Tahun 2025 [JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM), P-ISSN: 2615-0921 E-ISSN: 2622-6030 VOLUME 8 NOMOR 9 TAHUN 2025] HAL 4360-4372

PEMBERIAN NUGET IKAN DAUN KELOR DI PEKON KOTA JAWA KABUPATEN PESISIR BARAT SEBAGAI PENCEGAHAN STUNTING

Aprilia Syah Putri[1*], Denta Tirtana[2], Dona Setya[3], Mestiria Harbani Sitepu[4], Fauzi Syahputra[5], Mulkan Nuzapril[6], Muliawati Handayani[7], Lalik Salistia Citra[8], Ryana Tammi Putri[9]

[1-8]Staf Pengajar Program Studi Perikanan Tangkap, Politeknik Negeri Lampung
[9]Staf Pengajar Program Studi Budidaya Perikanan, Politeknik Negeri Lampung

Email Korespondensi: apriliasyahputri@polinela.ac.id

Disubmit: 18 Juni 2025 Diterima: 08 Agustus 2025 Diterbitkan: 01 September 2025
Doi: https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i9.21169

ABSTRAK

Kota Pekon Jawa Pesisir Barat, Lampung merupakan daerah yang termasuk 3T yaitu terdepan, tertinggal, dan terluar. Mengingat bahwa potensi perikanan yang ada di Pesisir Barat ini sangat menjanjikan untuk keberlanjutannya. Dengan potensi yang ada, perlu pengolahan hasil tangkapan yang baik dan dimanfaatkan untuk kehidupan di masyarakat khususnya di keluarga nelayan. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemberian nugget ikan, melakukan edukasi, pelatihan dan pemberian informasi kepada ibu hamil dan balita di desa Pekon Kota Jawa. Metode yang dilakukan adalah dengan pemberian nugget ikan selama 4 minggu kepada ibu hamil dan balita serta melakukan edukasi, pelatihan dan pemberian informasi. Hasil intervensi diamati menggunakan parameter antropometri meliputi Berat Badan (BB), Tinggi Badan (TB), Lingkar lengan Atas (LLA) dan Lingkar Perut pada ibu hamil, kemudian pengukuran Berat Badan (BB), Tinggi Badan (TB) dan Lingkar kepala (LK) pada anak baduta. Pada pengukuran tersebut didapatkan bahwa setelah pemberian nugget ikan didapatkan hasil pengukuran yang semakin meningkat untuk setiap minggunya. Kesimpulannya dari permasalahan yang ada kami mencoba melakukan edukasi, pelatihan pembuatan nugget ikan dan pemberian informasi untuk pencegahan stunting di daerah tersebut. Sehingga harapannya dengan kegiatan pelatihan dan edukasi serta pemberian asupan makanan bergizi dapat menambah wawasan dari masyarakat nelayan dan bisa menambah kegiatan perekonomian mereka serta dapat secara mandiri terhindar dari stunting dan terciptanya masyarakat serta lingkungan yang sehat.

Kata Kunci: Telur Dan Daun Kelor, Nugget Ikan, Stunting, Pekon Kota Jawa Pesisir Barat.

ABSTRACT

Pekon Jawa Pesisir Barat City, Lampung is an area included in the 3T, namely the outermost, most remote, and most remote. Given that the fisheries potential in Pesisir Barat is very promising for its sustainability. With the existing potential, it is necessary to process the catch well and utilize it for the life of the community, especially in fishing families. The purpose of this

community service activity is to provide fish nuggets, provide education, training and provide information to pregnant women and toddlers in Pekon Kota Jawa village. The method used is to provide fish nuggets for 4 weeks to pregnant women and toddlers and provide education, training and information. The results of the intervention were observed using anthropometric parameters including Body Weight (BW), Height (TB) and Upper Arm Circumference (LLA) in pregnant women, then measuring Body Weight (BW), Height (TB) and Head Circumference (LK) in toddlers. In these measurements, it was found that after providing fish nuggets, the measurement results increased every week. Therefore, from the existing problems, we tried to provide education, training in making fish nuggets and provide information to prevent stunting in the area. So it is hoped that training and education activities as well as providing nutritious food intake can increase the insight of the fishing community and can increase their economic activities and can independently avoid stunting and create a healthy society and environment.

***Keywords**: Eggs and Moringa, Fish Nuggets, Stunting, Pekon City Pesisir Barat.*

1. PENDAHULUAN

Provinsi Lampung merupakan salah satu yang memiliki potensi perikanan yang melimpah. Namun dengan potensi perikanan yang melimpah perlu adanya olahan perikanan untuk dijadikan makanan yang disukai serta di gemari oleh masyarakat sekitar agar menghindari terjadinya stunting. Stunting saat ini masih menjadi salah satu isu kesehatan yang menjadi perhatian secara nasional. Sanitasi lingkungan yang tidak mendukung serta diliputi pengetahuan yang kurang serta cakupan imunisasi dan pemasukan gizi makanan yang rendah merupakan faktor resiko terjadinya stunting di Pekon Kota Jawa Kabupaten Pesisir Barat (Saranani S, 2023)

Pesisir Barat Lampung memiliki potensi sumberdaya perikanan yang cukup besar khususnya disektor perikanan tangkap. Sehingga hasil laut atau hasil perikanan dapat dimanfaatkan untuk menjadi olahan makanan sebagai salah satu pencegah stunting. Tercatat bahwa berdasarkan informasi Kabupaten Pesisir Barat prevalensi stunting berkisar 22,8%. Sehingga pemerintah mempunyai target menurunkan prevalensi stunting hingga 14% pada tahun 2024, yang artinya penurunkan prevalensi diharapkan sebesar 10,4% dalam 2,5 tahun kedepan. (Portal Pesibar, 2023)

Pekon Kota Jawa sebagian masyarakatnya terdiri dari anak-anak dan ibu hamil dimana kondisi stunting merupakan suatu kondisi kekurangan gizi yang menyebabkan anak memiliki tinggi badan lebih pendek dari usia mereka. Anak-anak dan ibu hamil membutuhkan asupan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Namun, banyak anak-anak dan ibu hamil yang tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup. Banyak ibu yang tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi yang baik untuk anak-anak dan ibu hamil, sehingga mereka tidak dapat memberikan asupan gizi yang tepat, dimana beberapa masyarakat memiliki keterbatasan akses ke fasilitas kesehatan dan informasi tentang gizi yang baik. Faktor resiko stunting seperti kurangnya asupan protein, protein hewani sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan janin dan anak-anak, serta kurangnya konsumsi ikandan pola asuh yang tidak tepat (Vizianti, 2022)

Faktor tidak langsung yang memengaruhi stunting diantaranya adalah faktor sanitasi yang berpengaruh dalam kejadian stunting. Faktor sanitasi merupakan salah satu penyebab dari kejadian stunting. Hubungan antara sanitasi dengan kejadian stunting adalah sanitasi yang buruk seperti tidak adanya penyediaan air minum, pengelolaan septic tank yang buruk, kontaminasi kotoran, air tergenang, akses air bersih yang tidak memadai yang menyebabkan dampak berbagai penyakit seperti kecacingan, infeksi usus, malaria, dan paparan terus menerus terhadap kotoran manusia dan binatang dapat menyebabkan infeksi bakteri kronis yang menyebabkan gizi sulit diserap oleh tubuh dan saat anak sakit lazimnya selera makan pun berkurang, sehingga asupan gizi makin rendah dan membuat energi untuk pertumbuhan teralihkan kepada perlawanan tubuh menghadapi infeksi. Maka, pertumbuhan sel otak yang seharusnya sangat pesat dalam dua tahun pertama seorang anak menjadi terhambat. Dampaknya, anak tersebut terancam menderita stunting yang mengakibatkan pertumbuhan mental dan fisiknya terganggu, sehingga cara untuk memutus rantai penularan penyakit atau alur kontaminasi adalah dengan melakukan perubahan perilaku hidup bersih dan sehat (Filsya Khoirina Fildzah, 2020)

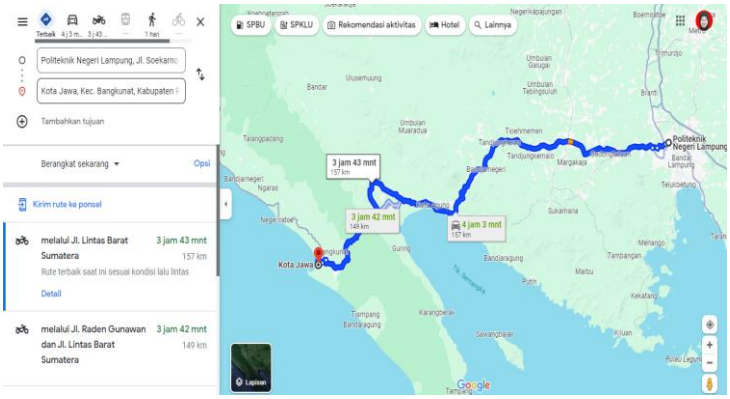
Bila pengetahuan para orang tua telah memadai, tentu akan timbul berbagai daya kreativitas dan inovasi untuk mencari alternatif gizi keluarga dengan memanfaatkan nutrisi hijau yang lebih efisien. Apalagi para ibu rumah tangga sejatinya dapat memanfaatkan pekarangan rumah untuk bisa menanam dan beternak hewan agar bisa memenuhi gizi keluarga. Dalam konteks ini daun kelor (Moringa Oleifera) dapat menjadi salah satu sumber alternatif nutrisi hijau yang bisa dibudidayakan dari pekarangan rumah. Hal itu disebabkan daun kelor mengandung nutrisi yang baik dan bermanfaat secara luas pada berbagai bidang seperti pangan. Daun kelor juga menjadi salah satu sumber nutrisi hijau yang bisa menjadi alternatif peningkatan gizi dan nutrisi keluarga (Trijani Moedjiherwati, 2023)

Penyebab pemberian intervensi nugget ikan kelor dikarenakan terdapat kandungan gizi yaitu pada ikan dan daun kelor dengan kandungan gizi yang sangat tinggi seperti adanya protein, vitamin dan mineral yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak, dimana kondisi stunting dapat dicegah dengan pemberian asupan gizi yang cukup dan seimbang pada anak-anak. Nugget ikan daun kelor dapat menjadi alternatif makanan bergizi untuk pencegahan stunting pada anak. Daun kelor memiliki kandungan zat besi yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah selain itu juga daun kelor memiliki kandungan antioksidan yang dapat membantu meningkatkan imunitas tubuh dan melindungi dari penyakit. Bahan dasar ikan sebagai pembuatan nugget ini juga memiliki banyak banyak kandungan asam lemak omega-3 yang dapat membantu dalam meningkatkan fungsi otak dan perkembangan kognitif anak. (Yanti, 2021)

Oleh karena itu dari permasalahan yang ada, tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah pemberian nugget ikan, melakukan edukasi, pelatihan dan pemberian informasi kepada ibu hamil dan balita di desa Pekon Kota Jawa.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan informasi di Lapangan bahwa di Pekon Kota Jawa Kabupatern Pesisir Barat memiliki Sanitasi lingkungan yang tidak mendukung serta diliputi pengetahuan yang kurang serta cakupan imunisasi dan pemasukan gizi makanan yang rendah merupakan faktor resiko terjadinya stunting di Pekon Kota Jawa Kabupaten Pesisir Barat Tercatat bahwa berdasarkan informasi Kabupaten Pesisir Barat prevalensi stunting berkisar 22,8%. Sehingga pemerintah mempunyai target menurunkan prevalensi stunting hingga 14% pada tahun 2024, yang artinya penurunkan prevalensi diharapkan sebesar 10,4% dalam 2,5 tahun kedepan. (Portal Pesibar, 2023). Rumusan pertanyaan dalam kegiatan ini adalah apakah nugget ikan daun kelor bisa diterima sebagai salah satu makanan pencegah stunting?



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

3. TINJAUAN PUSTAKA

Stunting adalah keadaan paling umum dari bentuk kekurangan gizi (PE/mikronutrien), yang mempengaruhi bayi sebelum lahir dan awal setelah lahir, terkait dengan ukuran ibu, gizi selama ibu hamil, dan pertumbuhan janin. Stunting pada anak balita merupakan salah satu indikator status gizi kronis yang dapat memberikan gambaran gangguan keadaan sosial ekonomi secara keseluruhan di masa lampau dan pada 2 tahun awal kehidupan anak dapat memberikan dampak yang sulit diperbaiki. Salah satu faktor sosial ekonomi yang mempengaruhi stunting yaitu status ekonomi orang tua dan ketahanan pangan keluarga (Dermawan A, 2022)

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang pada balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang, yang dapat terjadi sejak kehamilan hingga usia 24 bulan. Tanda yang sering muncul adalah terjadinya penurunan kecepatan pertumbuhan pada anak khususnya balita. Stunting bukan hanya mengganggu pertumbuhan fisik namun juga pada pertumbuhan lainya seperti mental, kognitif dan intelektual anak. Anak yang sudah teridentifikasi stunting sejak balita akan sulit untuk diperbaiki sehingga akan berlanjut hingga anak tersebut tumbuh dewasa. Bahkan ketika anak tersebut akan mempunyai ketururunan di masa depan, tidak menutup kemungkinan mempunyai resiko jabang bayi lahir dengan berat badan rendah (Rochmatun Hasanah, 2023)

Produk perikanan merupakan salah satu hasil laut yang melimpah dan sebagai komoditas unggulan karena Ikan mengandung banyak nutrisi seperti

protein, vitamin, mineral, omega-3 dan omega-6 yang baik untuk kesehatan. Protein yang terkandung pada ikan segar maupun olahan bermanfaat untuk memperbaiki jaringan otot dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh (Risya Ananda Putri, 2023)

Nugget Ikan merupakan suatu produk diversivikasi pangan yang bertujuan merubah penampilan dari ikan sehingga lebih menarik untuk dikonsumsi. Kandungan gizi dari nugget ikan yang cukup tinggi ini disertai dengan penampilan bentuk yang divariasi diharapkan dapat meningkatkan asupan gizi dari anak-anak yang sedang tumbuh sehingga dapat memacu pertumbuhan anak menjadi lebih baik (Darmadi NM, 2019)

Kelor merupakan tanaman perdu dengan ketinggian 7–11 meter dan tumbuh subur mulai dari dataran rendah sampai ketinggian 700-meter diatas permukaan laut. WHO menetapkannya sebagai bahan makanan superfood, karena nilai gizi yang sangat tinggi. Selain super food, daun kelor juga disebut sebagai bahan makanan fungsional. kelor mudah didapat dan tanpa mengeluarkan biaya yang tinggi mampu memulihkan malnutrisi pada anak-anak secara cepat. Masyarakat pada umumnya mengkonsumsi kelor sebatas pelengkap dalam masakan sehari-hari dengan proses yang sederhana seperti direbus atau ditumis sebagai sayur. Walaupun kelor dikenal sebagai tumbuhan yang sangat bermanfaat, namun masih banyak masyarakat Indonesia yang belum memanfaatkannya. Padahal daun kelor dapat diolah menjadi berbagai varian makanan dan minuman yang mempunyai nilai ekonomi yang tinggi seperti puding kelor, nugget kelor, es krim kelor, teh kelor, stik kelor, dan sebagainya (Arda, 2023)

Salahsatu faktor penting yang berkaitan dengan stunting adalah faktor gizi. Status gizi sebelum dan selama kehamilan akan menentukan ukuran bayi yang dilahirkan. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa status gizi wanita sebelum hamil berhubungan dengan berat bayi yang dilahirkan. Berat badan ibu sebelum hamil merupakan prediktor yang baik untuk berat bayi yang dilahirkan nantinya. Defisiensi energi serta zat gizi mikro sebelum hamil dan atau pada awal kehamilan dapat meningkatkan risiko lahir prematur dan hambatan pertumbuhan dalam uterus (intra uterin growth restriction/ IUGR). Hal ini dapat menyebabkan bayi yang dilahirkan memiliki berat badan rendah. Pemenuhan asupan zat gizi sejak sebelum hamil sangatpenting diperhatikan untuk mempersiapkan kehamilan yang sukses dan tanpa komplikasi. (Eva Lestari, 2023)

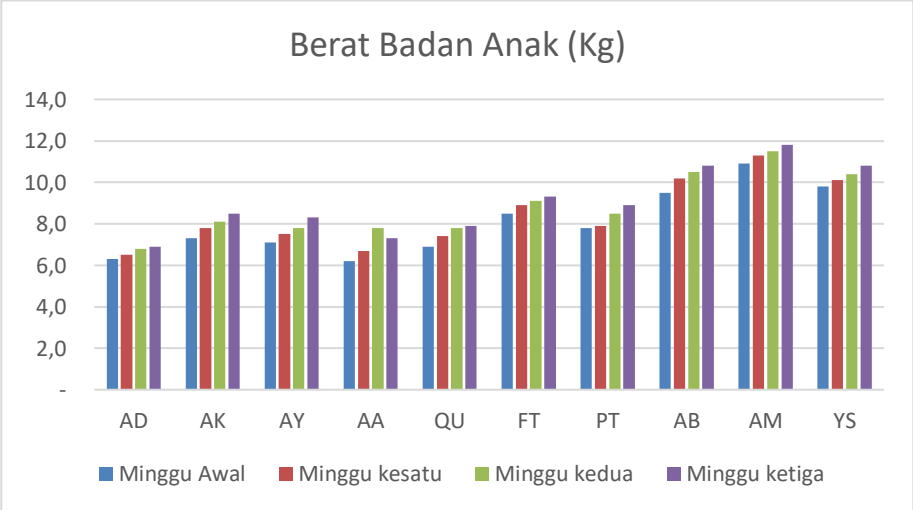
4. METODE

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2024 selama 4 minggu. Lokasi penelitian dilakukan di Pekon Kota Jawa Pesisir Barat. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini melibatkan 10 orang ibu hamil dan anak baduta, metode edukasi pencegahan dan penanganan stunting dan intervensi gizi spesifik melalui pemberian nugget ikan daun kelor. Intervensi dilakukan selama 4 minggu yang diberikan kepada bayi dibawah 2 tahun (Baduta) dan ibu hamil. Hasil intervensi diamati menggunakan parameter antropometri meliputi Berat Badan (BB), Tinggi Badan (TB), Lingkar lengan Atas (LLA) serta Lingkar Perut pada ibu hamil dan Berat Badan (BB), Tinggi Badan (TB), Lingkar Kepala (LK) pada anak baduta. Bahan untuk membuat Nugget Ikan daun Kelor dapat dibuat dengan bahan-bahan sederhana dan

mudah dijangkau bagi masyarakat pesisir setempat di Pekon Kota Jawa Kabupaten Pesisir Barat. Pengabdian ini melalui 4 tahap meliputi perencanaan, survey lokasi, serta menyiapkan sarana prasarana yang dibutuhkan guna terlaksananya program dan intervensi. Sampel dalam pengabdian ini adalah ibu hamil serta bayi dibawah 2 tahun (Baduta) dengan rentang usia 12-24 bulan.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini harapannya memberikan beberapa solusi atas permasalahan mitra. kegiatan tersebut meliputi memberikan edukasi terkait pencegahan stunting kemudian adanya pelatihan mengenai pembuatan nugget ikan berbahan daun kelor dan tepung serta pemberian asupan nugget ikan secara intervensi selama 4 minggu. Pemberian ini diberikan kepada ibu hamil dan anak dibawah 2 tahun. Sebelum pemberian intervensi nugget ikan terlebih dahulu dilakukan pengukuran awal seperti pengukuran berat badan anak, tinggi badan anak dan lingkar kepala anak. Berikut merupakan gambar pengukuran berat badan anak selama 4 minggu, dapat dilihat pada Gambar 2 sebagai berikut :



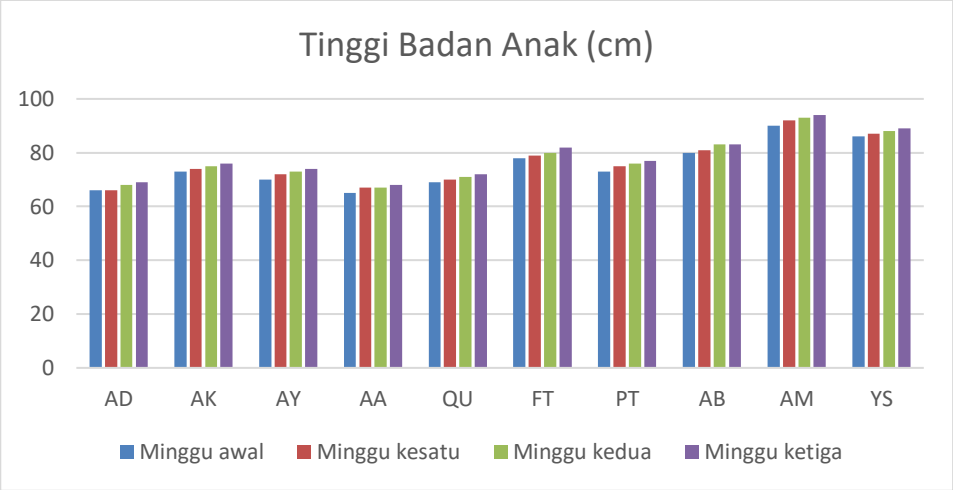
Gambar 2. Berat Badan anak dibawah 2 tahun

Berdasarkan data tersebut setelah pemberian asupan nugget ikan daun kelor dan asupan makanan lainnya terdapat kenaikan berat badan secara signifikat selama waktu 4 minggu sebagaimana Salah satu program pemerintah adalah meningkatkan asupan protein hewani. Telur sebagai salah satu pangan hewani merupakan salah satu makanan penunjang pertumbuhan yang sangat baik dengan nilai bioavailabilitas protein mendekati 100%. Mengkonsumsi satu telur satu hari mampu menurunkan resiko stunting pada balita.

Penyebab stunting sendiri memang terdiri dari banyak faktor yang berpengaruh satu sama lain dan tentunya penyebab tersebut berbeda disetiap daerahnya. Penyebab paling utama adalah kekurangan gizi kronis pada awal 1.000 hari pertama kehidupan yaitu sejak awal kehamilan (konsepsi) hingga anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi dapat berupa kurangnya jumlah asupan makanan, atau kualitas makanan

yang kurang baik, seperti kurangnya variasi makanan. Pemenuhan gizi, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan, menjadi upaya pertama dalam menghindari stunting. Pemenuhan gizi tersebut meliputi gizi selama kehamilan dan masa kanak-kanak hingga usia dua tahun. Kesehatan ibu hamil dan anak juga harus dijaga dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sehingga mengurangi kekerapan terjadinya infeksi pada ibu hamil dan masa kanak-kanak (Laili Rahayuwati, Kusman Ibrahim, Sri Hendrawati, Citra Windani Mambang Sari, Desy Indra Yani, Arlette Suzy Puspa Pertiwi, Raden Nabilah Putri Fauziyyah, 2022)

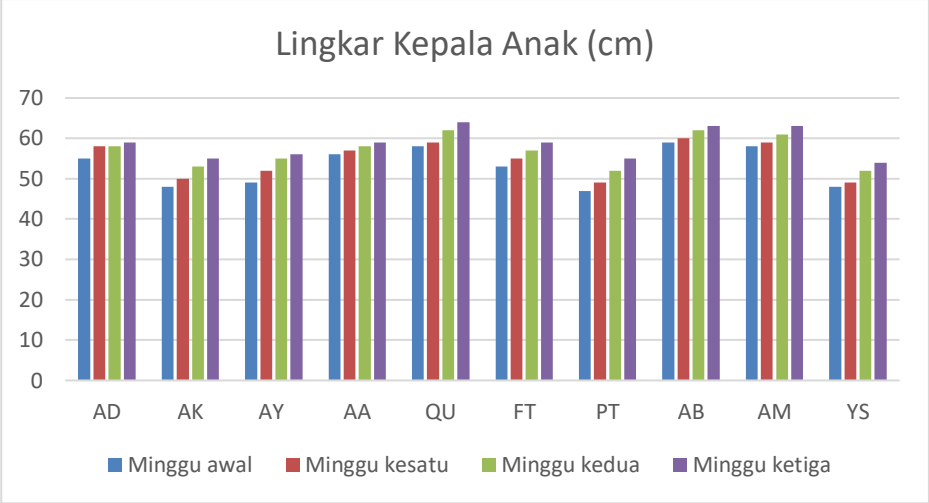
Selain pengukuran berat badan pada anak juga dilakukan pengukuran tinggi badan anak di bawah 2 tahun. Berikut data pengukuran tinggi anak dibawah 2 tahun selama 4 minggu dapat dilihat pada Gambar 3 berikut:



Gambar 3. Tinggi badan anak dibawah 2 tahun

Berdasarkan gambar tersebut terlihat bahwa tinggi badan anak di bawah 2 tahun sebagian besar mengalami peningkatan pada tinggi badannya, namun ada beberapa yang megalami kenaikan yang tidak begitu besar. Sebagaimana menurut (Dinkes Bali, 2022) menyatakan bahwa Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah 5 tahun) akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Stunting pada anak memang harus menjadi perhatian dan diwaspadai. Kondisi ini dapat menandakan bahwa gizi anak tidak terpenuhi dengan baik. Jika dibiarkan tanpa penanganan, stunting bisa menimbulkan dampak jangka panjang kepada anak. Anak tidak hanya mengalami hambatan pertumbuhan fisik, tapi nutrisi yang tidak mencukupi juga memengaruhi kekuatan daya tahan tubuh hingga perkembangan otak anak. Oleh sebab itu, penanganan stunting sangat penting bagi terciptanya SDM berkualitas.

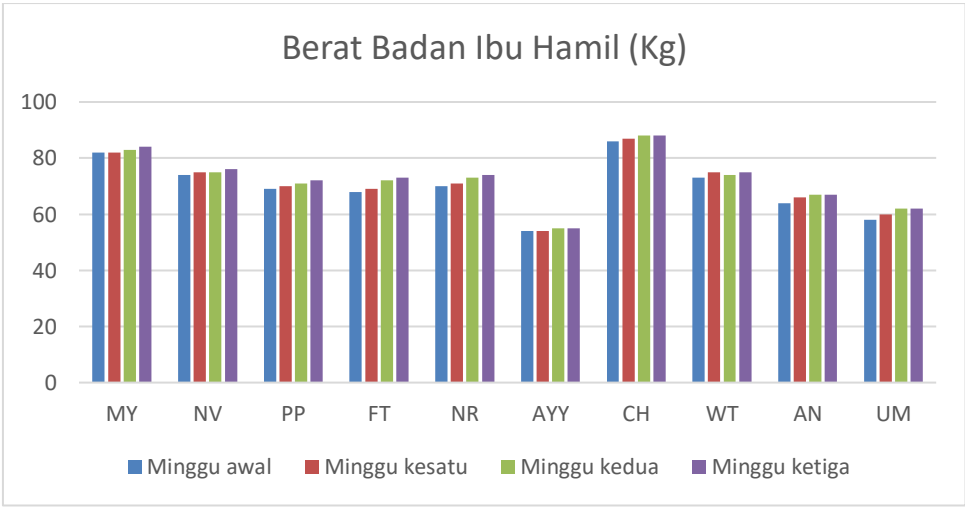
Selain berat badan dan tinggi badan anak juga dilakukan pengukuran pada lingkar kepala anak. Pengukuran tersebut dapat dilihat pada gambar 4 sebagai berikut:



Gambar 4. pengukuran Lingkar Kepala anak dibawah 2 tahun

Berdasarkan data tersebut terlihat pengukuran lingkar kepala anak mengalami peningkatan pada 4 minggu pemberian nugget ikan daun kelor. Sebagaimana (Amania, 2022) menyatakan bahwa Telur merupakan bahan pangan sumber protein yang murah dan mudah diperoleh. Telur mengandung semua asam amino esensial yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Asupan protein yang cukup penting untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat, termasuk mencegah stunting

Kemudian pengukuran tidak hanya dilakukan pada anak dibawah umur 2 tahun saja tetapi pengukuran ini juga kami lakukan kepada ibu hamil. Pengukuran ini untuk mengambil beberapa data seperti pengukuran berat badan ibu hamil, lingkar lengan ibu hamil dan lingkar perut ibu hamil. Pengukuran berat badan ibu hamil dapat dilihat pada gambar 5 sebagai berikut:

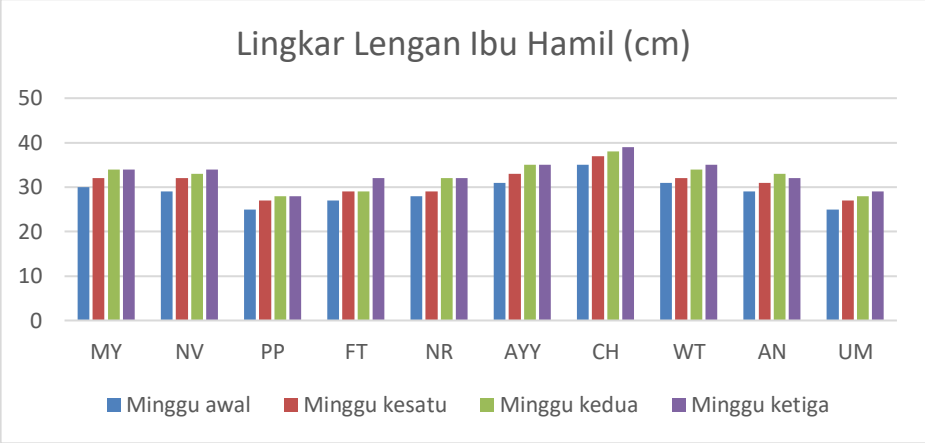


Gambar 5. pengukuran berat badan ibu hamil

Berdasarkan data tersebut terlihat bahwa berat badan ibu hamil ada yang mengalami peningkatan yang rendah. Bahan dasar pembuatan nugget

ini berupa ikan kembung dan daun kelor. Ikan kembung mempunyai kandungan omega 3 dan protein yang tinggi yang berguna untuk perbaikan gizi masyarakat (Permatasari, 2022) Sedangkan Tanaman kelor memiliki nilai manfaat dalam pengobatan, sumber makanan, produk kosmetik dan kecantikan, serta memiliki kemampuan sebagai bahan penjernih air. Tanaman kelor merupakan salah satu tanaman yang paling bermanfaat di dunia. Tanaman kelor kaya akan nutrisi karena mengandung berbagai macam senyawa fitokimia pada daun, polong, dan biji. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tanaman kelor mampu memberikan vitamin C 7 kali lebih besar dibandingkan 1 buah jeruk, vitamin A 10 kali lebih besar dibandingkan wortel, kalsium 17 kali lebih tinggi dibandingkan susu, protein 9 kali lebih tinggi dibandingkan yoghurt, kalium 15 kali lebih tinggi dibandingkan pisang, dan zat besi 25 kali lebih tinggi dibandingkan bayam (Karina, 2019)

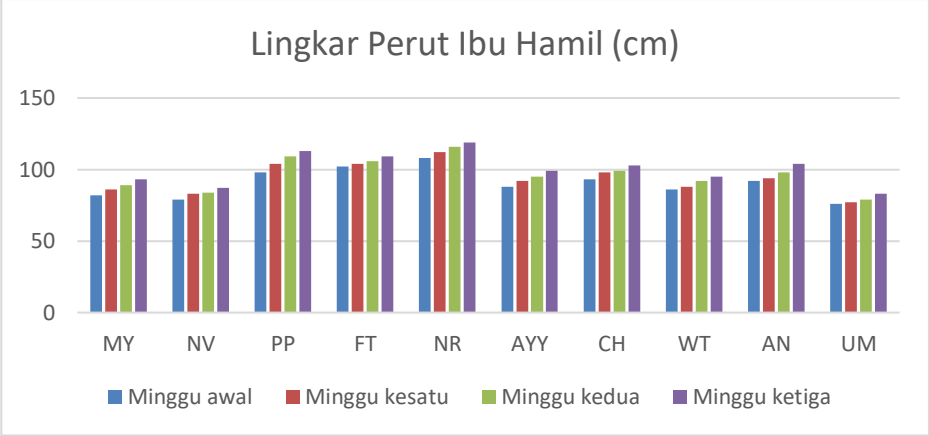
Pengukuran pada ibu hamil tidak hanya pada berat badan tetapi juga dilakukan pengukuran lebar lengan pada ibu hamil dapat dilihat pada gambar 6 sebagai berikut:



Gambar 6. pengukuran lingkar lengan ibu hamil

Berdasarkan data tersebut terlihat adanya peningkatan secara signifikan untuk lebar lingkar lengan ibu hamil selama 4 minggu pemberian nugget ikan daun kelor. Nugget ikan sendiri merupakan kaya akan protein. Dimana Protein merupakan zat gizi makro yang mempunyai fungsi sangat penting antara lain sebagai sumber energi, zat pembangun, dan zat pengatur. Pertumbuhan dapat berjalan normal apabila kebutuhan protein terpenuhi, karena pertambahan ukuran maupun jumlah sel yang merupakan proses utama pada pertumbuhan sangat membutuhkan protein. Secara umum protein dapat dikategorikan menjadi dua yaitu protein hewani dan protein nabati. Protein hewani berasal dari hewan seperti susu, daging, dan telur sedangkan protein nabati berasal dari tumbuhan seperti kacang kacangan dan biji-bijian. Bahan makanan yang mengandung protein hewani biasanya harganya lebih mahal sehingga untuk masyarakat yang memiliki daya beli kurang jarang mengikutsertakan bahan makanan ini dalam menunya sehari-hari (Aryu, 2020)

Selain itu juga dilakukan pengukuran lingkar perut ibu hamil. Data dapat dilihat pada gambar 7 sebagai berikut:



Gambar 7. Pengukuran Lingkar Perut Ibu hamil

Berdasarkan gambar 7 terlihat bahwa adanya peningkatan lingkar perut ibu hamil untuk setiap minggunya. Banyak hasil penelitian di Indonesia yang menyimpulkan bahwa asupan protein masyarakat Indonesia sebagian besar masih tergolong kurang. Penelitian yang mengambil data dari 116 negara juga menyatakan bahwa asupan protein yang rendah berhubungan kejadian stunting. Padahal produk hewani, mengandung zat gizi yang essensial bagi tumbuh kembang balita. Protein dalam pangan hewani merupakan zat penting yang berfungsi sebagai pembangun sel-sel tubuh yang sangat dibutuhkan untuk proses pertumbuhan dan perkembangan balita (Esem, 2023)

Proses pelaksanaan kegiatan pelatihan atau edukasi mengenai pembuatan nugget ikan daun kelor dilaksanakan di Pekon Kota Jawa Kabupaten Pesisir Barat Lampung dihadiri oleh beberapa ibu-ibu nelayan. Bahan-bahan dalam pembuatan nuget ikan daun kelor mudah didapatkan di sekitar lokasi kegiatan. Berikut merupakan gambar proses pembuatan nugget ikan daun kelor dapat dilihat pada gambar 8 sebagai berikut :

Gambar 8. Hasil Pembuatan Nugget Ikan Daun Kelor

Sosialisasi tentang stunting, gejala, dan cara pencegahan stunting dilakukan dengan melakukan pemaparan tentang stunting oleh tim. Setelah penjelasan tentang stunting, kemudian dilakukan diskusi dengan peserta tentang hal-hal yang belum dipahami oleh peserta. Terdapat beberapa pertanyaan yang diajukan oleh peserta. Hal ini menunjukkan bahwa peserta kegiatan menyimak dengan baik pemaparan yang diberikan. Selain itu, dengan adanya pemberian nugget ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan keterampilan memadai yang seharusnya dimiliki oleh para ibu sebagai modal dalam pemenuhan gizi bagi anak. Para ibu khususnya harus dapat membentuk pola makan anak, menciptakan situasi yang menyenangkan dan menyajikan makanan yang menarik untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi anak-anaknya.

Tingkat pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor yang menjadi penyebab terjadinya kekurangan gizi pada anak, karena Ibu adalah pengasuh terdekat dan ibu juga yang menentukan makanan yang akan dikonsumsi oleh anak dan anggota keluarga lainnya. Seorang ibu sebaiknya tahu tentang gizi seimbang sehingga anak tidak mengalami gangguan seperti kekurangan gizi. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi adalah hubungan status sosial ekonomi dengan status gizi. Peranan orang tua terutama ibu dalam mengasuh balita sangat menentukan bagaimana kondisi asupan gizi yang diterima balita tersebut. Sehingga demikian, seorang ibu harus mengetahui bagaimana memberikan asupan gizi seimbang pada balita nya sehingga balita akan dapat tumbuh menjadi anak yang sehat dan bisa tumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya. Pemberian gizi seimbang merupakan suatu upaya dalam penanggulangan stunting yang terjadi pada balita. Pemberian asupan makanan dengan porsi yang baik dan pas akan membantu proses pertumbuhan dan perkembangan seorang balita menjadi lebih optimal. Sehingga seorang balita akan mencapai derajat kesehatan yang lebih baik (Ina Kuswanti, 2023)

Edukasi merupakan bagian kegiatan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan didefinisikan sebagai proses pembelajaran yang dilakukan kepada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat yang dilakukan dengan tujuan untuk merubah perilaku yang tidak sehat ke pola yang lebih sehat. Proses pendidikan kesehatan melibatkan beberapa komponen, antara lain menggunakan strategi belajar mengajar, mempertahankan keputusan untuk membuat perubahan tindakan / perilaku, dan pendidikan kesehatan juga berfokus kepada perubahan perilaku untuk meningkatkan status kesehatan mereka (Agustina Eka Harjanti, 2023)

Efek jangka panjang stunting berakibat pada gangguan metabolik seperti penyakit yang terkait dengan obesitas,hipertensi dan diabetes

mellitus. Pemberian zat gizi yang tidak tepat pada perkembangan janin, saat lahir dan masa bayi dapat memberikan dampak jangka panjang buruk terhadap kardiovaskulaer dan tekanan darah pada saat dewasa. Retardasi pertumbuhan postnatal memilik potensi terhadap berat badan sekarang dengan tekanan darah. Tekanan darah pada memiliki hubungan negatif terhadap berat lahir (Atun Wigati, 2022)

6. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di Pekon Kota Jawa Kabupaten Pesisir Barat Lampung dengan dilakukan pemberian nugget ikan daun kelor kepada ibu hamil dan anak baduta dihasilkan sebagian besar adanya pertambahan ukuran Berat badan, tinggi badan, lingkar lengan dan lingkar perut ibu hamil serta adanya peningkatan ukuran pula pada Berat badan, tinggi badan serta ukuran lingkar kepala anak baduta selama 4 minggu. Kemudian dilaksanakannya pelatihan pembuatan serta informasi nugget ikan sebagai pencegahan stunting di lingkungan Pekon Kota Jawa Kabupaten Pesisir Barat Lampungoleh Ibu-Ibu nelayan.

7. DAFTAR PUSTAKA

Agustina Eka Harjanti, C. B. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pelatihan Kewirausahaan Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Abdimas Indonesia*, Vol 5 No 1 .

Amania, R. H. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Parenting Education Di Desa Pakel Bareng. *Jurnal Pengabdian Masrakat Darul Ulum*, 1(1), 52–68.

Arda, E. (2023). Upaya Pemanfaatan Daun Kelor : Puding Daun Kelor Untuk Mencegah Stunting. *Abdi Massa Jurnal Pengabdian Nasional*, 3(3), 23-27 .

Aryu, C. (2020). *Epidemiologi Stuntng*. Semarang: Universitas Diponegoro.

Atun Wigati, F. Y. (2022). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan. *Jurnal Abdimas Indonesia*, Volume 4 Nomor 2 (155-162).

Darmadi Nm, P. I. (2019). Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm) Nugget Ikan (Fish Nugget). *Community Services Journal (Csj)*, 2(1), 18-22 Https://Doi.Org/10.22225/Csj.2.1.2019.18-22.

Dermawan A, M. M. (2022). Upaya Percepatan Penurunan Stunting Di Kabuopaten Asahan. *Jurnal Bangun Abdimas*, 2(1), 60–68. Https://Doi.Org/10.56854/Ba.V1i2.124.

Esem, O. H. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Dengan Pemberian Protein Hewani (Telur Rebus) Dan Edukasi Kebutuhan Protein Hewani Terhadap Balita 1-5 Tahun. . *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad*, 5(1), Hal 9-18.

Eva Lestari, Z. S. (2023). Intervensi Pencegahan Stunting Pada Masa Prakonsepsi :Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia, The Indonesian Journal Of Health Promotion*, Vol 6 No 2 (214-221).

Filsya Khoirina Fildzah, A. Y. (2020). Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Pada Baduta. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, Vol 5 No 2 (272-284).

Ina Kuswanti, S. K. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, Vol 13 No 1 (15-22).

Karina, C. (2019). Kandungan Nutrisi Tanaman Kelor. *Journal Of Physics A: Mathematical And Theoretical*, 44(8).

Laili Rahayuwati, Kusman Ibrahim, Sri Hendrawati, Citra Windani Mambang Sari, Desy Indra Yani, Arlette Suzy Puspa Pertiwi, Raden Nabilah Putri Fauziyyah. (2022). *Pencegahan Stunting Melalui Air Bersih, Sanitasi, Dan Nutrisi*, Vol 25 No 3 (356-365).

Permatasari, O. D. (2022). Pendidikan Kesehatan Gizi Seimbang Sebagai Pedoman Hidup Sehat Pada Anak Sekolah. *Reswara: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 534-539.

Risya Ananda Putri, S. S. (2023). Pemanfaatan Potensi Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting . *International Journal Of Demos*, Vol 5 No 1 (16-28).

Rochmatun Hasanah, F. A. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, Vol 2 No 1 (1-6).

Saranani S, N. P. (2023). Pencegahan Stunting Melalui Intervensi Gizi Spesifik Pemberian Nugget Ikan Kelor Dan Telur Di Desa Torobulu Kabupaten Konawe Selatan. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, Vol 4 No 1 Hal: 273-279. Doi 10.35311/Jmpm.V4i1.244.

Trijani Moedjiherwati, M. O. (2023). Pemanfaatan Daun Kelor Bagi Pencegahan Stunting Di Desa Surianeun Kabupaten Pandeglang. *Seandanan: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, Vol 3 No 1 (8-14).

Vizianti, L. (2022). Peran Dan Fungsi Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) Dalam Pencegahan Stunting Di Kota Medan. *Jurnal Warta Dharmawangsa*, Vol 16 No 3.

Yanti, N. D. (2021). Faktor Penyebab Stunting Pada Anak. *Tinjauan Literatur. Research Of Education And Art Link In Nursing Journal*, 3(1).