

## **Pengolahan dan Pemberian Makanan Tambahan pada Balita Stunting di Desa Buttu Pamboang Kecamatan Pamboang Kabupaten Majene Tahun 2024**

**Yulianah Sulaiman1)\*, Wardawati 2).**

1.Prodi D III Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene

2.Prodi SI Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene

Email\*: [Yulianahsulaiman13@gmail.com](mailto:Yulianahsulaiman13@gmail.com)

### **Abstrak**

Stunting merupakan masalah gizi global yang memerlukan penanganan multisektor dan menjadi tanggungjawab bersama mulai dari penatalaksanaan secara medis hingga pemberian nutrisi. Kejadian stunting di Desa Buttu Pamboang Kecamatan Pamboang, berdasarkan hasil penelitian dipengaruhi oleh asupan nutrisi yang kurang karena orang tua mengikuti kemauan anak yang menolak mengkonsumsi makanan yang disediakan bahkan konsumsi PMT rendah. Balita lebih senang mengkonsumsi makanan cepat saji atau junk food seperti sosis, pentol, penghasilan keluarga yang di bawah UMK juga menjadi permasalahan bagi ibu untuk menyediakan makanan bergizi bagi keluarga. Hal penting dalam pencegahan stunting adalah perbaikan terhadap pola makan (gizi). Salah satu intervensi lain yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan gizi Balita yaitu dengan pemberian makanan tambahan yang inovatif dan menarik namun memiliki zat penting hampir sama dengan susu yaitu daun kelor yang memiliki kandungan karbohidrat, protein, zat besi, kalsium, Vitamin C, Vitamin A dan kalium yang tinggi. Edukasi pemberian makanan tambahan ini diawali dengan penyuluhan kesehatan tentang nutrisi yang tepat, pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai makanan tambahan hingga penjelasan tentang konsumsi PMT bagi balita dalam bentuk biskuit atau susu. Pelaksanaan PkM ini melibatkan tenaga kesehatan (bidan), kader dan ibu balita stunting.

**Kata kunci:** Edukasi, Pemberian Makanan Tambahan, Balita, Stunting

### **PENDAHULUAN**

Stunting adalah masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Anak yang menderita stunting akan lebih rentan terhadap penyakit dan ketika dewasa berisiko untuk mengidap penyakit degeneratif. Stunting disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, kurangnya pengasuhan yang baik dalam pemberian makanan bagi bayi dan balita, serta sanitasi dan akses air bersih. Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting melalui pemberian MPASI memberikan edukasi tentang definisi, penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting, dilanjutkan dengan pemberian pengetahuan terkait pentingnya gizi seimbang, dan pengenalan pengolahan resep dan demonstrasi MPASI. Dampak stunting tidak hanya pada segi kesehatan tetapi juga mempengaruhi tingkat kecerdasan anak. Stunting pada Balita merupakan kondisi serius yang terjadi ketika seseorang tidak mendapatkan asupan bergizi dalam jumlah yang tepat dalam waktu yang lama (kronik). Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi, intervensi paling menentukan yaitu pada 1.000 HPK (1000 Hari Pertama Kehidupan), penyebab lain yaitu kurangnya akses ke makanan bergizi (Tim Indonesia baik, 2019).

Pencegahan *stunting* menitikberatkan pada penanganan penyebab masalah gizi, yaitu faktor yang berhubungan dengan ketahanan pangan khususnya akses terhadap pangan bergizi (makanan), lingkungan sosial yang terkait dengan praktik pemberian makanan bayi dan anak (pengasuhan), akses terhadap pelayanan kesehatan untuk pencegahan dan pengobatan (kesehatan), serta kesehatan lingkungan yang meliputi tersedianya sarana air bersih dan sanitasi (lingkungan). Keempat faktor tersebut secara tidak langsung mempengaruhi asupan gizi dan status kesehatan ibu dan anak. Intervensi terhadap keempat faktor tersebut diharapkan dapat mencegah malnutrisi, baik kekurangan maupun kelebihan gizi.

Hal penting dalam pencegahan *stunting* adalah perbaikan terhadap pola makan (gizi). Salah satu kebutuhan gizi yang bermanfaat untuk mengatasi *stunting* adalah dengan minum susu setiap hari karena memiliki zat gizi penting yang berguna bagi pertumbuhan fisik dan pertumbuhan lainnya. Salah satu intervensi lain yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan gizi Balita yaitu dengan pemberian makanan tambahan yang inovatif dan menarik namun memiliki zat penting hampir sama dengan susu yaitu daun kelor yang memiliki kandungan karbohidrat, protein, zat besi, kalsium, Vitamin C, Vitamin A dan kalium yang tinggi.

Pemberian makanan tambahan dapat dibuat dari bahan pangan lokal sehingga Balita mendapatkan asupan nutrisi yang cukup sesuai dengan usianya. Ikan tuna, kandungan gizi ikan tuna antara lain albumin sebesar 3,6147 gr/dL, kadar air sebesar 72,16%, protein sebesar 24,75% abu sebesar 1,65%, lemak sebesar 0,89%, karbohidrat sebesar 0,55% kalsium (Ca) sebesar 69,0 mg/kg, fosfor (F) sebesar 0,457% dan zat besi (Fe) sebesar 0,17 mg/kg. Komposisi asam amino pada ikan tuna diidentifikasi terdapat 16 jenis asam amino terdiri dari asam amino non esensial yaitu asam glutamate dan asam amino esensial yaitu lisin yang baik untuk kesehatan (Fitriyani et al., 2020). Pembuatan Nugget dengan bahan pangan lokal berupa ikan tuna bisa juga dilakukan sebagai upaya peningkatan status gizi Balita dengan *stunting*.

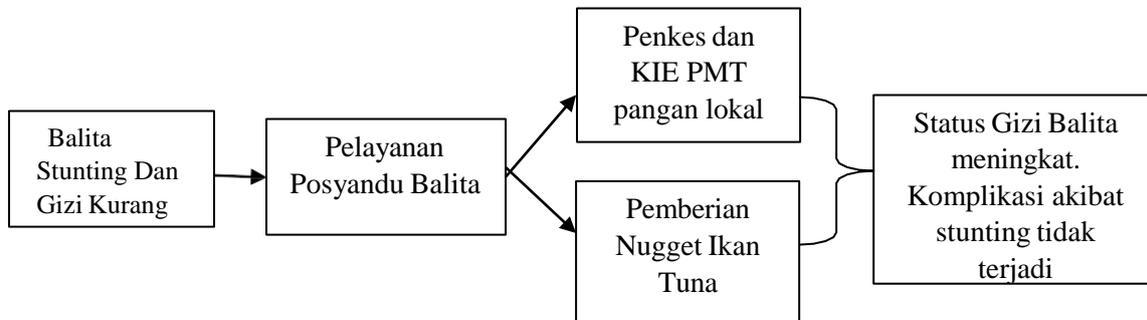
Albumin merupakan produk transparan dari zink, sedangkan kandungan albumin dalam ikan tuna cukup tinggi. Zink adalah mineral esensial yang berperan dalam aktivasi dan sintesis hormon pertumbuhan (GH), menjaga kekebalan tubuh, sebagai antioksidan, berperan dalam fungsi pengecap, serta stabilisasi membran sel. Defisiensi zink dapat mengganggu fungsi kekebalan tubuh sehingga anak mudah terkena infeksi. Penyakit infeksi yang diderita anak menyebabkan absorpsi makanan dan nafsu makan menurun sementara kebutuhan tubuh semakin meningkat. Hal ini juga dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan seperti halnya yang terjadi pada *stunting* (Hidayati et al., 2019).

Untuk meningkatkan kesehatan balita *stunting* dilakukan edukasi pemberian makanan tambahan ini diawali dengan penyuluhan kesehatan tentang nutrisi yang tepat, pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai makanan tambahan hingga penjelasan tentang konsumsi PMT bagi balita dalam bentuk biskuit atau susu. Pelaksanaan PkM ini melibatkan tenaga kesehatan (bidan), kader dan ibu balita *stunting*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene Program Studi Diploma III Keperawatan yang ada di Kabupaten Majene, sebagai salah satu perguruan tinggi maka STIKes Bina Bangsa Majene memiliki kewajiban melakukan pengabdian kepada masyarakat melalui dosen dan mahasiswa dalam bentuk edukasi dan pemberian makanan tambahan.

#### **METODE**

Metode yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada

masyarakat dengan metode Komunikasi, Informasi dan Edukasi dan pelaksanaan pemberian makanan tambahan nugget ikan Tuna. Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat kali ini adalah balita stunting dan kurang gizi yang hadir yaitu sebanyak 25 orang (Balit dan Ibu). Pelaksana kegiatan ini adalah Dosen dan Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene.



Gambar 1. Bagan Alur Pelaksanaan Kegiatan

Adapun realisasi pemecahan masalah dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesehatan balita stunting dan gizi kurang dilakukan pemeriksaan status gizi, pemberian KIE nutrisi yang tepat bagi balita stunting dan pemberian makanan tambahan dengan bahan pangan olahan lokal dalam bentuk Nugget ikan tuna pada balita diharapkan dapat meningkatkan nafsu makan balita dan menjadi ide makanan bagi balita dan keluarga.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

- 1) Kegiatan diawali Pada tanggal 21 April 2025 ketua mengajukan proposal pengabdian kepada masyarakat kepada LPPM. Setelah melalui proses revisi proposal selanjutnya Ketua dan Anggota mengajukan surat ijin untuk melaksanakan PKM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene Prodi Diploma III Keperawatan .
- 2) Setelah surat disetujui kemudian menentukan tanggal pelaksanaan dan mempersiapkan PKM Pada tanggal 24 April 2025 dilaksanakan PKM di Posyandu Balita Desa Buttu Pamboang Wilayah Kerja Puskesmas Pamboang Kabupaten Majene.
- 3) Waktu yang dibutuhkan sekitar 120 menit berisi tentang pemeriksaan status gizi balita, pemberian penkes dan makanan tambahan ( Nugget Ikan Tuna).
- 4) Jumlah peserta yang datang sebanyak 25 orang (Balita dan Ibu) . Peserta yang hadir diminta untuk mengisi daftar hadir.
- 5) Setelah dilakukan pemeriksaan pemeriksaan status gizi, pemberian penkes dan PMT Nugget Ikan Tuna diharapkan kesehatan Balita dengan stunting meningkat dan tetap sehat.

### Pembahasan

Ibu dari Balita stunting yang datang menghadiri undangan berusia 20-38 tahun, berdomisili di Desa Buttu Pamboang Kecamatan Pamboang Kabupaten Majene , dari 25 ibu diketahui bahwa mayoritas ibu sebagai ibu rumah tangga dan sesekali membantu menanam padi, penghasilan keluarga sepenuhnya dari suami yang rata-rata

bekerja sebagai buruh bangunan dengan waktu pekerjaan tidak menentu dan besar penghasilan 500.000- 650.000/minggu. Balita stunting dan gizi kurang yang hadir rata-rata lahir cukup bulan, persalinan normal, tidak ASI Eksklusif dan pemberian MP ASI Dini, menu makanan yang dikonsumsi cenderung pada nasi dan telur, sosis atau nugget. Balita menolak mengkonsumsi sayuran, dan menu makanan seperti ikan, tahu maupun tempe ataupun olahan PMT seperti bubur kacang hijau yang biasanya diberikan di posyandu balita.

Pendidikan ibu yang rendah membuat pengetahuan ibu tentang pengolahan makanan bergizi menjadi terbatas, dimana hanya beberapa ibu yang berusaha mengolah cemilan sehat yang murah namun bergizi sedangkan ibu lainnya hanya pasrah pada menu makanan rumah dan PMT dari Puskesmas karena status ekonomi yang rendah. Fokus ibu hanya pada kuantitas dan bukan kualitas makanan yang disajikan.

Pemberian makanan tambahan dalam bentuk nugget ikan tuna diharapkan dapat meningkatkan nafsu makan balita dan menjadi ide baru menu makanan bagi ibu dengan mengolah ikan menjadi nugget, otak-otak, bakso, sempol sehingga balita merasa tertarik dan penasaran dengan jenis makanan baru yang diberikan. Ikan tuna, kandungan gizi ikan tuna antara lain albumin sebesar 3,6147 gr/dL, kadar air sebesar 72,16%, protein sebesar 24,75% abu sebesar 1,65%, lemak sebesar 0,89%, karbohidrat sebesar 0,55% kalsium (Ca) sebesar 69,0 mg/kg, fosfor (F) sebesar 0,457% dan zat besi (Fe) sebesar 0,17 mg/kg. Komposisi asam amino pada ikan tuna diidentifikasi terdapat 16 jenis asam amino terdiri dari asam amino non esensial yaitu asam glutamate dan asam amino esensial yaitu lisin yang baik untuk kesehatan.

Nugget adalah olahan dari protein hewani baik daging maupun ikan yang dicampurkan dengan bahan tambahan seperti tepung, telur, sayuran, perasa seperti garam dan kaldu makanan lainnya yang dibaluri atau dibaluri bagian luarnya dengan tepung roti. Ikan tuna salah satu ikan ekonomi penting lokal Sulawesi Barat. Nugget ikan tuna sendiri adalah olahan dari daging ikan tuna yang dicampur dengan sayuran dan perasa lain seperti garam dan kaldu jamur yang dibalur dengan tepung roti dan diberikan kepada balita stunting dengan cara digoreng untuk menciptakan rasa crispy dan meningkatkan nafsu makan balita.

Pemberian makanan tambahan nugget ikan tuna diberikan sejumlah 40 potong nugget untuk 20 hari dimana setiap harinya balita disarankan mengkonsumsi 2 nugget sebagai tambahan protein. Ibu dari balita stunting dan gizi kurang meminta untuk dilakukan kegiatan demonstrasi pembuatan cemilan sehat tinggi protein yang murah dan bergizi di kegiatan Posyandu Balita. Dari masukan tersebut di atas pelaksanaan dan anggota sangat mengapresiasi keinginan dari warga dan akan berusaha mewujudkan kegiatan ini bekerja sama dengan Puskesmas Pamboang.

## **SIMPULAN**

Balita dengan masalah gizi memerlukan upaya perbaikan gizi dalam bentuk makanan olahan susu, biskuit atau jenis makanan seperti nugget yang kaya gizi namun disukai balita untuk mengatasi permasalahan picky eater pada balita. Pelaksanaan edukasi tentang PMT berbahan dasar pangan lokal seperti ikan tuna yang melimpah dan kaya gizi diharapkan dapat membantu meningkatkan status gizi balita serta menambah pengetahuan ibu untuk menyajikan makanan yang enak, bergizi dan menarik bagi balita.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Bangsa Majene yang telah memberi dukungan financial terhadap pengabdian ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada kepala Puskesmas Pamboang dan Bidan Desa Buttu Pamboang dan Seluruh Masyarakat Desa Buttu Pamboang yang memberikan peluang bagi penulis untuk melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Rahayu A; dkk. (2014). *Risiko pendidikan ibu terhadap kejadian stunting*. 37(Ci), 129–136. file:///C:/Users/WAYCOM/Downloads/adminpgm,+Journal+manager,+5.+Atikah37(2)-+OK(129-136).pdf
- Afdhal, M. F. (2021). *Pengaruh City Branding “Kota Santri dan Ulama” Terhadap Minat Masyarakat untuk Menabung di Bank Syariah Parepare*. 5.
- Amalia, M. R., Talibo, S. D., & Setiawan, D. I. (2023). *Analisis Determinan Kejadian Stunting di Wilayah Pesisir Danau Limboto*. 4(1), 65–73. <https://doi.org/10.24853/mjnf.4.1.65-73>
- dr. Desi Fajar Susanti, M.Sc, S. . (K). (2022). *Mengenal Apa itu Stunting*. Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting)
- Fitriyani, E., Nuraenah, N., & Deviarni, I. M. (2020). Perbandingan Komposisi Kimia, Asam Lemak, Asam Amino Ikan Toman ( *Channa micropeltes* ) DAN IKAN GABUS ( *Channa Striata* ) Dari Perairan Kalimantan Barat. *Manfish Journal*, 1(2014), 71–82. <https://ejournal.polnep.ac.id/index.php/manfish/article/view/121/116>
- Gias Anjar Sasmita Rustamaji, & Rita Ismawati. (2020). Makanan Selingan Balita Stunting Gias Anjar Sasmita Rustamaji Rita Ismawati Abstrak. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*. file:///C:/Users/WAYCOM/Downloads/41287-Article Text-65721-1-10- 20210714.pdf
- Helmiyati, S., Atmaka, R. D., Setyo, W. U., & Wigati, M. (2019). *Stunting Permasalahan dan Penanganannya* (Sifa (ed.); Pertama). Gajahmada University Press.
- Hidayati, M. N., Rukmi, R., Perdani, W., Karima, N., Kedokteran, F., Lampung, U., Ilmu, B., Anak, K., Kedokteran, F., Lampung, U., Fisiologi, B., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2019). Peran Zink terhadap Pertumbuhan Anak The Role of Zinc in Children Growth. *Majority*, 8, 168–171. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/2314/2281>
- Ibrahim, I. A., Bujawati, E., Syahrir, S., & Adha, A. S. (2019). *Analisis Determinan Kejadian Growth Failure ( Stunting ) Pada Anak Balita Usia 12-36 Bulan Di Wilayah Pegunungan Desa Bontongan Kecamatan Baraka Kabupaten Enrekang*. 11, 50–64. <https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Sihah/article/view/9418/6649>
- Irwan, Z., Salim, A., Adam, A., Irwan, Z., Salim, A., & Adam, A. (2020). Pemberian Cookies Tepung Daun Dan Biji Kelor Terhadap Puskesmas Tanpa Padang (Giving cookies of Moringa leaf flour and Moringa seed flour towards weight and nutritional status of children in the Tampa Padang public health center ). *Journal AcTion : Aceh Nutrition Journal*, 2020(5),45–54. <https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/an/article/view/198/151>
- Kalbar, D. (2021). *Status Gizi Balita Pendek (Stunting) Provinsi Kalimantan Barat*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status*

- Gizi Indonesia (SSGI) 2022* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (ed.)). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/attachments/09fb5b8ccfd088080f2521ff0b4374f.pdf>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, D. J. K. M. (2018). *Cegah Stunting itu Penting*. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-02-2018\\_1136.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-02-2018_1136.pdf)
- Klik S.M & Nuwa M.S. (2018). *Stunting dengan pendekatan Framework WHO - Google Books* (pp. 1–2).
- Letlora, J. A. S., Sineke, J., & Purba, B. (2020). Bubuk Daun Kelor Sebagai Formula Makanan Balita Stunting. *Jurnal GIZIDO*, 12(2), 105–112.
- Nisa, S. K., Lustiyati, E. D., & Fitriani, A. (2021). Sanitasi Penyediaan Air Bersih dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 17–25. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jppkmi/article/view/47243/19587>
- Pratama, M. R. (2021). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Stunting di Puskesmas HInai Kiri , Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat. *Jurnal Kedokteran STM*, IV(I), 17–25. <https://jurnal.fk.uisu.ac.id/index.php/stm/article/view/65/40>
- Pulungan, M. H., Ramadanti, S., Putri, G., & Perdani, C. G. (2020). Formulasi Pembuatan Cookies dengan Metode Linera Formulation of Making Cookies With Linear Programming Method. *Jurnal Pangan Dan Agro Industri*, 8(4), 208–218.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Rahmandiani, R. D., Astuti, S., & Susanti, A. I. (2018). *Hubungan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Dengan Karakteristik Ibu dan Sumber Informasi di Desa Hegarmanah Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang Characteristics of Mother and Sources of Information in Desa Hegarmanah Kecamatan Jatinangor Kabupate*. 5, 74–80. [https://jurnal.unpad.ac.id/jsk\\_ikm/article/viewFile/25661/12345](https://jurnal.unpad.ac.id/jsk_ikm/article/viewFile/25661/12345)
- Satriawan, E. (2024). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024. November 2018*, 132. [https://www.tnp2k.go.id/filemanager/files/Rakornis2018/Sesi\\_1\\_01\\_RakorStunting\\_TNP2K\\_Stranas\\_22Nov2018.pdf](https://www.tnp2k.go.id/filemanager/files/Rakornis2018/Sesi_1_01_RakorStunting_TNP2K_Stranas_22Nov2018.pdf)