

## Aplikasi Pemberdayaan IRT Terhadap Pengelolaan Pangan Lokal Dan Gizi Anak Dalam Mencegah Stunting

**Gardina Aulin Nuha dan Resti Utami**

Universitas Muhammadiyah Jember

E-mail: [gardina@unmuhjember.ac.id](mailto:gardina@unmuhjember.ac.id), [resti.utami@unmuhjember.ac.id](mailto:resti.utami@unmuhjember.ac.id)

Diterima : Juli 2020; Dipublikasikan Agustus 2020

### ABSTRAK

Ibu memiliki peran dan potensi yang sangat penting dalam mendukung program pemenuhan gizi anak dalam mencegah stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat dalam program pemberdayaan ibu rumah tangga (IRT) bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, rasa kesadaran dan kepedulian ibu rumah tangga (IRT) mengenai stunting, meningkatkan kreativitas dalam upaya pencegahan stunting melalui pengenalan pengelolaan bahan pangan bergizi berbasis sumber daya pangan lokal (abon lele) hingga peluang kemampuan wirausaha mitra untuk meningkatkan ekonomi keluarga. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dengan pemberian materi melalui ceramah dan video tutorial. Kegiatan ini dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan di lapangan dan pelaporan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini melibatkan partisipasi aktif dari mitra. Mitra ikut terlibat langsung dari proses perencanaan kegiatan, penyusunan jadwal kegiatan hingga tingginya antusiasme mitra saat sesi diskusi. Kegiatan pemberdayaan IRT dalam kelompok PKK ini tidak terlepas dari pihak kelurahan Jember Lor sebagai stakeholder yang dapat menjadi fasilitator tidak hanya untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan IRT dalam meningkatkan gizi anak, akan tetapi dapat memfasilitasi dalam mencari bantuan modal agar peluang usaha abon lele dapat ditindaklanjuti dan berdampak pada meningkatnya penghasilan ekonomi keluarga.

**Kata Kunci:** pemberdayaan, ibu rumah tangga, stunting, pangan local, abon lele

### ABSTRACT

Mothers have a very important role and potential in supporting children's nutritional fulfillment programs in preventing stunting. Community service activities in the housewife empowerment program (IRT) aims to increase knowledge, awareness and awareness of housewives (IRT) about stunting, increase creativity in stunting prevention efforts through the introduction of nutritional management based on local food resources (shredded catfish) ) to opportunities for partner entrepreneurial abilities to improve the family economy. The method used in this activity is counseling by providing material through lectures and video tutorials. This activity starts from the preparation, implementation in the field and reporting. The implementation of this community service activity involves active participation from partners. Partners are directly involved in the activity planning process, preparing activity schedules to the high level of enthusiasm of partners during discussion sessions. The activity of empowering IRT in the PKK group is inseparable from the Jember Lor district as a stakeholder who can be a facilitator not only to increase IRT knowledge and skills in improving children's nutrition, but can facilitate in seeking capital assistance so that the abon catfish business opportunities can be followed up and impacted on increasing family economic income.

**Keywords:** empowerment, housewives, stunting, local food, shredded catfish

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan isu strategis nasional yang terjadi di berbagai wilayah di Indonesia dan mendorong pemerintah untuk melaksanakan berbagai kegiatan upaya pencegahan. *World Health Organization* (WHO) dalam *The Sustainable Development Goals* memiliki program pengurangan stunting sebagai tujuan utama yang memusatkan perhatian pada kebutuhan akan program yang lebih efektif melalui peningkatan pemberian makan pelengkap dengan asupan nutrisi yang cukup (Untoro et al., 2017). Indonesia merupakan peringkat ke lima kejadian stunting pada balita di dunia (Sjarif, Yuliarti, & Iskandar, 2019). Saat ini setidaknya 1 dari 3 balita di Indonesia mengalami stunting atau kerdil. Angka stunting yang terjadi di Indonesia 2018 mencapai 30,8 persen (Riskesdas, 2018). Walaupun demikian, angka tersebut masih tergolong cukup tinggi karena masih berada diatas standar yang ditetapkan *World Health Organisation* (WHO) yaitu dibawah 20 persen, sehingga Indonesia termasuk wilayah yang mengalami gizi akut.

Asupan nutrisi yang cukup merupakan prasyarat untuk mencapai status gizi yang baik. Praktik pemberian makanan pelengkap yang buruk telah diidentifikasi sebagai faktor risiko yang terkait langsung dengan stunting (Bhutta et al., 2013). Pemberian makanan pelengkap merupakan komponen penting dari praktik pemberian makan bayi dan anak (Ahoya, Kavle, Straubinger, & Gathi, 2019). Praktik pemberian makanan pelengkap yang optimal telah terbukti dapat mencegah defisiensi mikronutrien, pengerdilan, kegemukan, dan obesitas (Bégin & Aguayo, 2017). Hasil penelitian Krasevec, An, Kumapley, Bégin, & Frongillo, (2017) menunjukkan bahwa anak-anak berusia 6-23 bulan yang hanya mengonsumsi satu kelompok makanan pada hari sebelumnya memiliki kemungkinan 1,37 lebih tinggi untuk terhambat dibandingkan dengan anak-anak yang mengonsumsi lebih dari lima kelompok makanan per hari. Hal ini menunjukkan bahwa jumlah dan keanekaragaman jenis kelompok makanan yang dikonsumsi oleh anak-anak yang bervariasi memiliki potensi dan dampak yang paling baik terhadap pertumbuhan anak.

Ibu memiliki peran dan potensi yang sangat penting dalam mendukung program pemenuhan gizi keluarga dan mencegah stunting melalui proses pendampingan dan penyuluhan secara berkelanjutan dalam hal pengetahuan gizi dan pengolahan makanan dengan berbagai variasi sehingga dapat meningkatkan status gizi anak balitanya serta bisa memberikan nilai ekonomi dalam keluarganya. Salah satu sumber protein alternatif baik untuk menunjang gizi anak yang mudah dijangkau dengan harga yang murah dan mudah diperoleh adalah ikan lele. Ikan lele merupakan sumber asupan nutrisi yang esensial yang dapat membentuk kecerdasan karena adanya kandungan Omega-3, Omega-6 dan DHA .

Kelurahan Jember Lor merupakan salah satu kelurahan yang berada di dekat pusat kota Jember. Sebagian besar ibu rumah tangga (IRT) di Kelurahan Jember Lor aktif dalam kegiatan sosial di masyarakat dan tergabung dalam kegiatan PKK belum memahami tentang stunting pada anak, pemenuhan gizi dalam mencegah stunting, informasi tentang kandungan dan macam penyajian olahan ikan lele untuk anak, serta peluang usaha ikan lele sebagai pemenuhan gizi alternatif dalam suatu program pemberdayaan keluarga skala rumah tangga. Oleh karena itu, perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan, rasa kesadaran dan kepedulian ibu rumah tangga (IRT) mengenai stunting, serta meningkatkan kreativitas dalam upaya pencegahan stunting melalui pengenalan pengelolaan bahan pangan bergizi berbasis sumber daya pangan lokal (abon lele) hingga peluang kemampuan wirausaha mitra untuk meningkatkan ekonomi keluarga.

## METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan pencegahan stunting dan pengelolaan bahan pangan bergizi berbasis sumber daya pangan lokal (abon lele) dengan pemberian materi melalui ceramah dan video tutorial .

**Tabel 1. Kegiatan Tujuan, dan Luaran Kegiatan**

Solusi	Tujuan yang dicapai	Luaran
Penyuluhan pencegahan stunting, manfaat lele serta bahan olahan lele	Mitra mengerti tentang fenomena stunting yang terjadi di Indonesia, pencegahan stunting, manfaat lele dan bahan olahan lele	Pengetahuan pencegahan stunting dan manfaat ikan lele Tumbuh motivasi mitra untuk mencegah stunting pada anak, aktif mencari tau tentang bahan olahan lele
Penyuluhan dan video tutorial pembuatan abon lele dan peluang usaha olahan abon lele	Mitra mengerti tentang membuat abon lele	Resep abon lele Motivasi usaha abon lele

Selama pelaksanaan kegiatan selalu dilakukan evaluasi dengan menggunakan metode diskusi untuk menilai pemahaman mitra tentang pengetahuan pencegahan stunting pada anak dan pengenalan pengelolaan sumber protein dari bahan pangan lokal (abon lele). Evaluasi dilakukan secara berkesinambungan sampai mitra memperoleh pengetahuan dalam mencegah stunting dan mengenal pengelolaan bahan pangan bergizi berbasis sumber daya pangan lokal (abon lele) dan peluang usaha produksi abon lele.

## HASIL KEGIATAN

Kegiatan dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan di lapangan dan pelaporan diantaranya:

1. Langkah persiapan: Program pengabdian masyarakat ini diawali dengan pendekatan terpadu yang dilakukan dari proses awal sosialisasi dengan ketua kelompok PKK di Kelurahan Jember Lor selanjutnya menetapkan jadwal. (2) Langkah pelaksanaan: Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilaksanakan pada tanggal 04 Maret 2020 pada jam 10.00-selesai, bertempat di Aula Kantor Kelurahan Jember Lor.
2. Langkah Pelaksanaan: Kegiatan dilakukan melalui pemberian materi secara ceramah oleh tim pelaksana. Pemberian materi diawali dengan pendahuluan mengenai fenomena stunting yang terjadi di Indonesia melalui video. Pada tahap ini tim pelaksana juga menjelaskan mengenai apa itu stunting, bahaya stunting, hasil penelitian tentang stunting, tantangan utama dalam mencegah stunting. Materi selanjutnya yang diberikan adalah mengenai pemberdayaan ibu rumah tangga yang dapat memberikan manfaat dari sisi kesehatan maupun ekonomi. Dari segi kesehatan dapat memberikan pengetahuan mengenai manfaat ikan lele dalam mencegah stunting, sedangkan secara ekonomi dapat memberikan pengetahuan bahwa lele yang dikembangkan menjadi abon lele dapat menjadi sumber alternatif untuk meningkatkan ekonomi keluarga. Kegiatan selanjutnya adalah sesi tutorial dari video. Dalam sesi ini pelaksana kegiatan memutar video tutorial langkah pembuatan abon lele dan memberikan panduan resep pembuatan abon lele serta memberikan contoh produk jadi dari abon lele yang berasal dari kota Situbondo yang telah dipasarkan. Hal tersebut untuk memberikan gambaran peluang

usaha dan contoh dalam hal *packaging* dari produk abon lele. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini melibatkan partisipasi aktif dari mitra. Mitra ikut terlibat langsung dari proses perencanaan kegiatan, penyusunan jadwal kegiatan hingga tingginya antusiasme mitra saat sesi diskusi. Selama pelaksanaan kegiatan juga dilakukan evaluasi dengan menggunakan metode diskusi untuk menilai pemahaman mitra tentang pengetahuan pencegahan stunting pada anak dan pengenalan pengelolaan sumber protein dari bahan pangan lokal (abon lele). Evaluasi dilakukan secara berkesinambungan sampai mitra memperoleh pengetahuan dalam mencegah stunting dan mengenal pengelolaan bahan pangan bergizi berbasis sumber daya pangan lokal (abon lele) dan peluang usaha produksi abon lele.

3. Langkah pelaporan : Pelaporan dilakukan setelah tim peneliti selesai melaksanakan pengabdian masyarakat kepada mitra sesuai petunjuk pelaporan dari LPPM Universitas Muhammadiyah Jember.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil kegiatan pengabdian, maka dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pemberdayaan IRT melalui pengelolaan pangan lokal dan gizi anak dalam mencegah stunting di Kelurahan Jember Lor berjalan dengan sangat baik. Hal ini terlihat dari antusiasme para peserta dalam mengikuti setiap kegiatan. Selain itu, proses kegiatan menghasilkan ide bagi peserta yang sebagian besar merupakan ibu rumah tangga untuk memberdayakan dirinya untuk meningkatkan gizi anak dalam keluarga melalui pengolahan abon lele. Hal ini dapat memberikan peluang IRT dalam mengoptimalkan gizi anak melalui pengolahan abon lele untuk mencegah stunting. Dengan demikian, output yang diharapkan dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan IRT tentang pemenuhan gizi anak melalui pengolahan abon lele, dan pengolahan abon lele yang dapat menjadi produk bernilai ekonomis meningkatkan pendapatan keluarga.

### Saran

Kegiatan Pengabdian pada masyarakat yang dilaksanakan memberikan dampak yang positif kepada masyarakat, khususnya ibu rumah tangga. Berdasarkan pada hasil kegiatan pengabdian pada masyarakat diatas, maka terdapat beberapa rekomendasi yang dapat dilakukan yaitu:

1. Kader PKK dapat memfasilitasi lebih jauh sebagai *follow up* dari kegiatan ini agar keterampilan ini bisa terus dikembangkan dan tidak terhenti sampai berakhirnya kegiatan ini, namun terus berlanjut dibawah naungan PKK di Kelurahan Jember Lor;
2. Pemerintah kelurahan Jember Lor dapat menjadi fasilitator untuk mencari bantuan modal bagi ibu-ibu ke pihak Kecamatan, atau pihak lainnya agar peluang usaha ini dapat berjalan dan berdampak pada meningkatnya gizi anak dan penghasilan ekonomi keluarga.

## UCAPAN TERIMA KASIH :

Ucapan Terima kasih kepada Kelurahan Jember Lor yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini. Tak lupa kami juga mengucapkan terima kasih pada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UM Jember yang telah membiayai terselenggaranya program pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga Ibu-ibu PKK Kelurahan Jember Lor yang bersedia menjadi peserta pengabdian masyarakat ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ahoya, B. *et al.* (2019) 'Accelerating progress for complementary feeding in Kenya: Key government actions and the way forward', *Maternal and Child Nutrition*, 15(October 2018), pp. 1–8. doi: 10.1111/mcn.12723.
- Bhutta, Z. A. *et al.* (2013) 'Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: What can be done and at what cost?', *The Lancet*, 382(9890), pp. 452–477. doi: 10.1016/S0140-6736(13)60996-4.
- Fenta, H. M. *et al.* (2019) 'Determinants of Stunting among under-five Years Children in Ethiopia from the 2016 Ethiopia Demographic and Health Survey: Application of Ordinal Logistic Regression Model using Complex Sampling Designs', *Clinical Epidemiology and Global Health*. INDIACLEN. doi: 10.1016/j.cegh.2019.09.011.
- Krasevec, J. *et al.* (2017) 'Diet quality and risk of stunting among infants and young children in low- and middle-income countries', *Maternal and Child Nutrition*, 13(December 2016), pp. 1–11. doi: 10.1111/mcn.12430.
- Riskesdas (2018) 'Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar', *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, pp. 1–100. doi: 1 Desember 2013.
- Sjarif, D. R., Yuliarti, K. and Iskandar, W. J. (2019) 'Daily consumption of growing-up milk is associated with less stunting among Indonesian toddlers', 28(1), pp. 70–76.
- Untoro, J. *et al.* (2017) 'Tools to improve planning, implementation, monitoring, and evaluation of complementary feeding programmes', *Maternal and Child Nutrition*, 13(August 2016), pp. 1–16. doi: 10.1111/mcn.12438.
- Utami, R. A., Setiawan, A. and Fitriyani, P. (2019) 'Identifying causal risk factors for stunting in children under five years of age in South Jakarta, Indonesia', *Enfermeria Clinica*. Elsevier España, S.L.U., (xx), pp. 6–11. doi: 10.1016/j.enfcli.2019.04.093.