

SOSIALISASI DAMPAK STUNTING DAN UPAYA PENCEGAHANNYA DENGAN MENGONSUMSI GULAI SARI BUAH KELAPA SAWIT DAN LELE

Budyanto^{1*}, Ulfah Anis¹, Fitri Yuwita S.¹, Arina Fatharani¹

¹Jurusan Teknologi Pertanian Fakultas Pertanian Universitas Bengkulu, Indonesia

budyanto@unib.ac.id, ulfahanis@unib.ac.id, fitriyuwita.s@unib.ac.id, arina.fatharani@unib.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Desa Tapak Gedung merupakan salah satu desa yang memiliki kasus *stunting* di kabupaten Kepahiang, Bengkulu. Tujuan kegiatan pengabdian ini yaitu (1) memberikan pengetahuan terkait *stunting*, faktor penyebab *stunting*, dampak *stunting*, dan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah *stunting*; dan (2) memberikan pengetahuan terkait produk pangan yang mengandung zat gizi untuk mencegah *stunting*. Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah sosialisasi kepada 25 orang mitra yang terdiri dari remaja putri, ibu hamil, ibu menyusui, ibu menyusui yang memiliki anak beresiko *stunting*, kader posyandu, dan ibu-ibu PKK desa Tapak Gedeung. Kegiatan pengabdian dilanjutkan dengan evaluasi untuk mengukur pengetahuan mitra mengenai materi sosialisasi tersebut dengan mengisi kuisisioner sebelum dan setelah materi sosialisasi disampaikan. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan mitra terkait *stunting* dan upaya yang dilakukan untuk mencegah *stunting* dengan mengonsumsi gulai sari buah kelapa sawit dan lele. Peningkatan pengetahuan tersebut ditunjukkan dengan hasil evaluasi yang meningkat sebesar 29% dibandingkan sebelum disampaikan materi sosialisasi.

Kata Kunci: Gulai; Kelapa Sawit; Lele; Pencegahan Stunting; Sosialisasi.

Abstract: Tapak Gedung Village is one of the villages that has *stunting* cases in Kepahiang district, Bengkulu. The objectives of this community service activity are (1) providing knowledge related to *stunting*, the causes of *stunting*, the impact of *stunting*, and efforts that can be taken to prevent *stunting*; and (2) providing knowledge related to food products that contain nutrients to prevent *stunting*. The method used in this community service activity was outreach to 25 target audiences: young women, pregnant women, breastfeeding mothers, nursing mothers with children at risk of *stunting*, posyandu cadres, and PKK mothers in Tapak Gedeung village. The service activity is followed by an evaluation to measure the target audience's knowledge of the socialization material. This community service activity results in an increase in the target audience's knowledge regarding *stunting* and efforts made to prevent *stunting* by consuming palm oil and catfish juice. The increase in knowledge is shown by the evaluation results, which increased by 29% compared to before the socialization material was delivered.

Keywords: Catfish; Curry; Palm Oil; Stunting Prevention; Socialization.



Article History:

Received: 10-07-2023

Revised : 21-07-2023

Accepted: 26-07-2023

Online : 18-08-2023



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan masalah kesehatan yang dialami oleh beberapa negara di dunia, termasuk Indonesia (Soekatri et al., 2020). Salah satu provinsi yang memiliki angka *stunting* tinggi yaitu Bengkulu Angka *stunting* di salah satu kabupaten di Bengkulu yaitu Kepahiang memiliki angka yang tertinggi. Prevalensi *stunting* di kabupaten Kepahiang mencapai 22,9 % dan mengalami kenaikan mencapai 24,9% desa di kabupaten Kepahiang yang memiliki anak beresiko *stunting* yaitu Desa Tapak Gedung, Kecamatan Tebat Karai, yaitu 7 penderita (Antoni et al., 2023).

Stunting ditandai dengan tubuh anak yang pendek atau kerdil dibandingkan anak seusianya (Kemenkes, 2018). Faktor yang menjadi penyebab adanya *stunting* di desa Tapak Gedung diduga karena asupan makanan yang kurang bernutrisi, tidak lengkap dan berimbang. Asupan makanan yang kurang bernutrisi tersebut diduga karena pendapatan masyarakat yang rendah dan kurangnya pengetahuan mengenai makanan yang bernutrisi.

Upaya penurunan *stunting* dapat dilakukan dengan beberapa strategi misalnya dari ibu sebelum dan setelah melahirkan melalui perbaikan nutrisi (Dewey, 2016). Perempuan memiliki peranan yang penting dalam upaya pencegahan *stunting* untuk anak-anaknya. Menurut Margatot & Huriah (2021), karena pentingnya perempuan dalam mengelola rumah tangga maka pemberdayaan perempuan dalam pendidikan dan pengetahuan memiliki pengaruh yang signifikan dalam pencegahan *stunting*. Edukasi tentang nutrisi pada wanita usia produktif yaitu usia 19-59 tahun juga dilakukan untuk memperbaiki pengetahuan dalam upaya pencegahan *stunting* (Martineta et al., 2021). Upaya lain dalam menurunkan angka *stunting* juga dapat dilakukan dengan kegiatan pelatihan pembuatan Makanan Lengkap yang Beragam, Bergizi Seimbang serta Aman (B2SA) (Resdiana et al., 2021; Sanjaya et al., 2022).

Makanan yang beragam, bergizi seimbang serta aman dikonsumsi bisa didapatkan dari berbagai makanan yang ada di sekitar lingkungan dan sudah tersedia. Makanan bergizi tersebut bisa juga merupakan makanan-makanan olahan misalnya di Afrika Tengah dengan mengonsumsi sereal yang berbahan dasar ulat sebagai makanan yang dapat melengkapi makanan lainnya untuk bayi (Bauserman et al., 2015). Di Indonesia, penelitian mengenai makanan pencegah *stunting* misalnya lele. Minyak ikan lele dapat membantu meningkatkan penyerapan nutrisi yang dibutuhkan tubuh (Reski et al., 2021). Makanan lain yang mengandung nutrisi adalah buah kelapa sawit. Buah kelapa sawit mengandung β -karoten dan antioksidan. Penelitian mengenai produk dari buah kelapa sawit yaitu minyak sawit merah fraksi *olein* atau *red palm oil olein* (RPOO). RPOO mengandung vitamin A, vitamin E, dan antioksidan yang sangat bermanfaat bagi tubuh. RPOO dapat disubstitusi pada produk pangan misalnya pada pembuatan saus bakso bakar, bumbu kacang batagor, bumbu siomay, bumbu mi ayam (Agustina et

al., 2019; Budiyanto et al., 2019; Nofita et al., 2020; Yupita et al., 2022). Oleh karena itu, pada kegiatan pengabdian ini mengenai sosialisasi *stunting* dan sosialisasi gulai sari buah kelapa sawit dan lele yang mengandung vitamin A, vitamin E, dan protein sebagai makanan pencegah *stunting*.

Tujuan dari dilakukannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah (1) memberikan pengetahuan terkait *stunting*, faktor penyebab *stunting*, dampak *stunting*, dan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah *stunting*; dan (2) memberikan pengetahuan terkait produk pangan yang mengandung zat gizi untuk mencegah *stunting*.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan pada bulan Juni 2023 di Desa Tapak Gedung, Kecamatan Tebat Karai, Kabupaten Kepahiang, Provinsi Bengkulu. Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 25 orang wanita yang terdiri dari remaja putri, ibu hamil, ibu menyusui, ibu menyusui yang memiliki anak beresiko *stunting*, kader posyandu, dan ibu-ibu PKK Desa Tapak Gedung yang selanjutnya disebut sebagai mitra. Permasalahan yang dihadapi mitra yaitu adanya kasus anak yang beresiko *stunting* di Desa Tapak Gedung. Adanya anak yang beresiko *stunting* tersebut diduga karena kurangnya asupan zat gizi dan aspek ekonomi. Masyarakat desa dan mitra ada yang berprofesi sebagai petani, misalnya ibu-ibu yang bekerja membantu suami dalam mengolah kebunnya.

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini yaitu:

1. Koordinasi

Kegiatan pengabdian diawali dengan kegiatan awal berupa koordinasi tim pengabdian dengan perangkat desa.

2. Sosialisasi

Kegiatan pengabdian selanjutnya adalah sosialisasi mengenai *stunting* dan upaya pencegahannya dengan mengonsumsi gulai sari buah kelapa sawit dan lele. *stunting* Sosialisasi berisi mengenai pengertian *stunting*, dampak *stunting*, dan upaya-upaya yang dapat dilakukan salah satunya dengan mengonsumsi gulai sari buah kelapa sawit dan lele. Sebelum tim pengabdian menjelaskan materi mengenai *stunting*, tim pengabdian memberikan kuisisioner pretest kepada mitra untuk mengukur pengetahuan mitra sebelum diberikannya materi.

3. Diskusi

Diskusi berupa tanya jawab yang dilakukan setelah penyampaian materi oleh tim pengabdian selesai. Khalayak sasaran diberi kesempatan bertanya mengenai materi apabila ada materi yang masih tidak dipahami.

4. Evaluasi

Evaluasi dilakukan diakhir kegiatan dengan memberikan kuisisioner posttest untuk mitra. Mitra diminta untuk mengisi kuisisioner yang

sama dengan kuisioner yang dibagikan sebelum materi sosialisasi. Hasil pengisian kuisioner pretest dan kuisioner posttest tersebut dapat diketahui apakah terjadi peningkatan pengetahuan mengenai *stunting* dan upaya pencegahannya melalui kegiatan sosialisasi tersebut.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Koordinasi

Koordinasi dilakukan dengan tim pengabdian berkunjung ke Desa Tapak Gedung untuk menemui perangkat desa dan menanyakan terkait balita yang beresiko *stunting* di desa tersebut. Tim Pengabdian selanjutnya berkoordinasi untuk jadwal kegiatan pengabdian di desa tersebut dan meminta kontak ketua PKK desa Tapak Gedung. Koordinasi dilanjutkan dengan ketua PKK terkait mitra yang akan terlibat dalam pengabdian ini.

2. Sosialisasi

Tim pengabdian menjelaskan mengenai pengertian *stunting* yaitu anak pendek atau kerdil dibandingkan dengan anak seusianya. Penyebab *stunting* adalah kekurangan nutrisi pada ibu saat hamil, dan menyusui sehingga pertumbuhan anaknya terganggu. Dampak *stunting* yaitu kemampuan kognitif dan motorik yang rendah sehingga akan mengganggu aktivitas anak tersebut. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah *stunting* yaitu melalui asupan makanan yang bernutrisi melalui calon ibu dan ibu dari anak-anak, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Tim Pengabdian sedang menyampaikan materi mengenai *stunting*

Menurut Margatot & Huriah (2021), upaya yang dapat dilakukan melalui perempuan dalam pencegahan *stunting* yaitu pemberdayaan perempuan dalam pendidikan dan pengetahuan serta pemberdayaan perempuan untuk mengambil keputusan sangat penting. Pemberdayaan perempuan dalam pendidikan dan pengetahuan memiliki pengaruh yang signifikan dalam pencegahan *stunting* pada anak usia 6-59 bulan. Pendidikan dan pengetahuan ibu-ibu mengenai gizi pada makanan, kebutuhan mikronutrien dan makronutrien saat hamil dan menyusui, memberikan ASI eksklusif,

serta makanan pendamping ASI kepada anak-anaknya. Pemberdayaan wanita dalam mengambil keputusan tidak berpengaruh signifikan dalam penvegahan stnting, karena di Indonesia peranan pengambil keputusan dalam rumah tangga adalah pada kepala rumah tangga (laki-laki). Perembuan atau ibu-ibu tetap dapat memberikan masukan dan saran terbaiknya.

Upaya lainnya dalam pencegahan *stunting* selain dari pengetahuan dan pendidikan perempuan juga dari asupan makanannya. Makanan harus bernutrisi. Untuk meningkatkan nilai nutrisinya makanan bisa diolah atau difortifikasi. Salah satu contoh makanan bernutrisi sebagai pencegah *stunting* adalah sereal ulat. Sereal tersebut untuk makanan bayi 6-12 bulan dengan porsi 30 g setiap hari di Afrika Tengah. Kandungan nutrisinya yaitu 552 kJ (132kkal), 6,9 protein, 6,9 lemak, 12 g karbohidrat, 3,8 mg Fe, dan 3,8 mg Zn. Sereal tersebut sebagai makanan yang dapat melengkapi asupan makanan lainnya (Bauserman et al., 2015). Selain itu terdapat sumber makanan lain yaitu lele. Minyak ikan lele dapat memperbaiki kondisi inflamasi sehingga dapat membantu meningkatkan penyerapan nutrisi yang dibutuhkan tubuh (Reski et al., 2021). Ikan lele dapat menjadi sumber protein hewani. Sumber protein hewani lainnya yaitu lokan (Nadra & Nora, 2020). Lokan biasa dibuat menjadi rendang lokan oleh masyarakat sumatera barat (Fatimah et al., 2021). Makanan yang perlu dikonsumsi yaitu makanan yang mengandung karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran, dan buah-buahan (Resdiana et al., 2021). Untuk melengkapai makanan tersebut maka dibutuhkan makanan yang mengandung mikronutrien misalnya vitamin A dan vitamin E yang terdapat pada buah kelapa sawit.

3. Diskusi

Diskusi dilakukan setelah penyampaian materi sosialisasi selesai. Tim pengabdian memberikan kesempatan kepada mitra untuk bertanya atau menanggapi terkait materi yang telah diberikan. Ada beberapa pertanyaan dari mitra mengenai materi dan produk ekstrak gulai sari buah kelapa sawit. Salah satu remaja putri yang bertanya, pertanyaan dari mitra tersebut menunjukkan antusiasme mitra pada materi mengenai *stunting* ini. Pertanyaan dari mitra sudah dijawab dengan baik oleh tim pengabdian dan selanjutnya adalah tahapan pengisian kuisioner *post-test*, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Salah seorang mitra Mitra sedang bertanya kepada Tim Pengabdian saat sesi diskusi

4. Evaluasi

Evaluasi yang dilakukan yaitu dengan mengisi kuisisioner sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) materi sosialisasi disampaikan. Evaluasi bertujuan untuk mengukur pemahaman mitra tentang materi yang diberikan oleh tim pengabdian. Mitra sedang mengisi kuisisioner *post-test*, seperti terlihat pada Gambar 3.

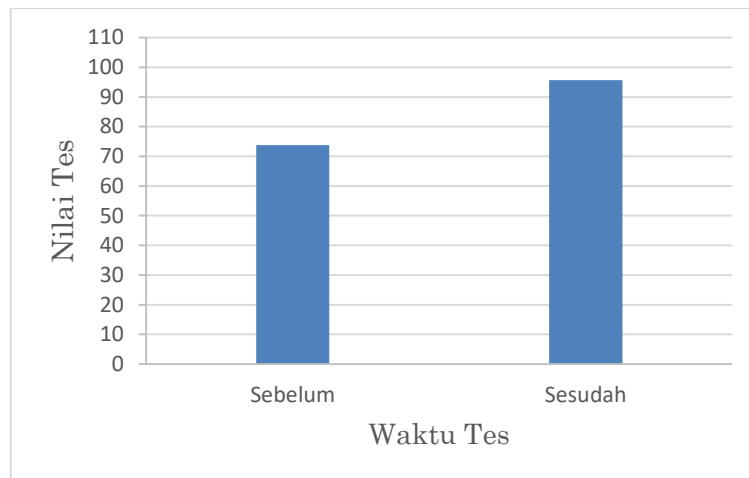


Gambar 3. Mitra Mitra sedang mengisi kuisisioner *posttest*

Gambar 3 menunjukkan hasil evaluasi sebelum dan sesudah materi sosialisasi disampaikan dan dinyatakan dalam nilai tes. Nilai tes mitramitra sebelum diberikan materi yaitu 74. Nilai ini dinilai cukup baik, karena mitramitra terdiri dari kader posyandu yang diduga sudah memahami dengan baik terkait *stunting*. Akan tetapi, terdapat beberapa mitra yang memiliki nilai rendah. Hal ini diduga karena pengetahuan mengenai *stunting* dan makanan bernutrisi yang dapat mencegah *stunting* masih kurang. Hal ini diduga karena pendidikan dan pengetahuan mitra yang berbeda-beda.

Nilai tes mengalami peningkatan sebesar 29% setelah materi sosialisasi terkait *stunting* disampaikan (Gambar 4). Peningkatan nilai tes tersebut menunjukkan pengetahuan mitra meningkat mengenai *stunting* dan makanan pencegah *stunting*. Mitra menjadi tahu bahwa buah kelapa sawit dapat dijadikan gulai. Pengetahuan mitra juga sudah meningkat terkait nutrisi yang ada pada buah kelapa sawit yaitu vitamin A, vitamin E,

antioksidan. Mitra juga dapat mengetahui bahwa minyak ikan lele dapat membantu dalam penyerapan nutrisi (Reski et al., 2021), seperti terlihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Grafik evaluasi sebelum dan setelah sosialisasi materi *stunting*

D. SIMPULAN DAN SARAN

Mitra yang sudah mendapatkan materi sosialisasi mengenai pengertian *stunting*, dampak *stunting*, penyebab *stunting* dan upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah *stunting* mengalami peningkatan pengetahuan dibandingkan sebelumnya. Hal ini ditunjukkan dari hasil evaluasi yang meningkat sebesar 29% setelah diberikan materi sosialisasi. Saran untuk pengabdian selanjutnya adalah praktek pembuatan gulai sari buah kelapa sawit dan lele sebagai makanan pencegah *stunting* yang bernutrisi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Bengkulu yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini melalui dana PNPB tahun 2023 sehingga kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustina, L., Budiyanto, B., & Tutuarima, T. (2019). *Subtitusion of Rpo To Seasoning Oil and Acceptability and Fortification Potency of Vitamin a Trough Chicken Noodle*. *Jurnal Agroindustri*, 8(2), 150–158. <https://doi.org/10.31186/j.agroind.8.2.150-158>
- Antoni, E., Fitriani, R., & Jamhari, A. (2023). *Pemkab Kepahiang Tancap Gas Turunkan Angka Stunting*. *Radar Kepahiang.Id*, 1–2. <https://radarkepahiang.disway.id/read/657623/pemkab-kepahiang-tancap-gas-turunkan-angka-stunting>
- Bauserman, M., Lokangaka, A., Gado, J., Close, K., Wallace, D., Kodondi, K., Tshetu, A., & Bose, C. (2015). *A cluster-randomized trial determining the ef fi cacy of caterpillar cereal as a locally available and sustainable complementary food to prevent stunting and anaemia*. *Public Health Nutrition*, 18(10), 1785–1792. <https://doi.org/10.1017/S1368980014003334>

- Budiyanto, Silsia, D., & Napitupulu, A. (2019). *Alternative Fortification Vitamin A for Lactating Mother Using Siomay Sauce Enriched with Red Palm Oil*. *Journal of Agricultural Sciences*, 2(1), 13–25. <https://doi.org/10.31186/J.Agritropica.2.1.13-25>
- Dewey, K. G. (2016). *Review Article Reducing stunting by improving maternal , infant and young child nutrition in regions such as South Asia : evidence , challenges and opportunities*. *Maternal & Child Nutrition*, 12(1), 27–38. <https://doi.org/10.1111/mcn.12282>
- Fatimah, S., Syafrini, D., Wasino, & Zainul, R. (2021). *Rendang lokan: history, symbol of cultural identity, and food adaptation of Minangkabau tribe in West Sumatra, Indonesia*. *Journal of Ethnic Foods*, 8(12), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s42779-021-00088-2>
- Kemenkes. (2018). Cegah Stunting Itu Penting! Kementerian Kesehatan RI, 4, 1–49.
- Margatot, D. I., & Huriah, T. (2021). *The effectiveness of women empowerment in preventing stunting in children aged 6-59 months*. *Bali Medical Journal*, 10(3Special issue), 1230–1234. <https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2852>
- Martineta, M., Nasution, F., Dwi, N., Lubis, A., Tala, Z. Z., & Sari, D. K. (2021). *A Nutrition Education for Productive Aged Women to Improve Knowledge in Preventing Stunting in Indonesia*. *ABDIMAS TALENTA*, 6(2), 467–470.
- Nadra, A. K., & Nora, E. (2020). *Rendang Lokan as A Culinary Tourism Attraction in Pesisir Selatan*. *Journal of Business on Hospitality and Tourism*, 6(2), 401–407. <https://doi.org/10.22334/jbhost.v6i2.259>
- Nofita, L., Budiyanto, & Surawan, F. E. D. (2020). Pengaruh Substitusi Fraksi Olein Minyak Sawit Merah pada Bumbu Kacang Batagor terhadap Karakteristik Fisik , Sensoris. *Jurnal Teknologi Agro-Industri*, 7(2), 132–146.
- Resdiana, E., Hasanah, L., Ilmu, F., & Universitas, K. (2021). Edukasi Pencegahan Stunting bagi Keluarga Penerima Manfaat Bantuan Sosial Kampung Polay Kecamatan Gapura. *DHARMA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 134–145.
- Reski, S., Mundhofir, F. E. ., Murbawani, E. A., Nindita, Y., Muniroh, M., Swastawati, F., & Mahati, E. (2021). Efficacy of Catfish (*Pangasius Hypophthalmus*) Oil To Overcome Stunting By Reducing Inflammatory Condition. *International Journal of Pharmacy and Pharmaceutical Sciences*, 13(5), 18–22. <https://doi.org/10.22159/ijpps.2021v13i5.40357>
- Sanjaya, S., Rabasari, S., & Wahyono, S. A. (2022). Pelatihan Pembuatan Makanan Lengkap yang Beragam , Bergizi Seimbang serta Aman (B2SA) bagi Penyuluh Umum Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian (DKPP) Kota Bandung. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 3(3), 473–482.
- Soekatri, M. Y. E., Sandjaja, S., & Syauqy, A. (2020). *Stunting was associated with reported morbidity, parental education and socioeconomic status in 0.5–12-year-old Indonesian children*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176204>
- Yupita, M., Budiyanto, B., & Koto, H. (2022). *Substitution of Red Palm Oil Olein (RPOO) as a Source of Provitamin E in Grilled Meatball Sauce*. *AGRITROPICA : Journal of Agricultural Sciences*, 5(1), 13–21. <https://doi.org/https://doi.org/10.31186/J.agritropica.5.1.13-21>.