

Pelatihan Keterampilan Pengolahan Ikan Sebagai Alternatif Pemenuhan Nutrisi Untuk pencegahan dan Penurunan stunting di Wilayah Nunukan

Nurasmi¹,

¹. Jurusan Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Borneo Tarakan

Jl. Amal Lama No. 1, Tarakan

*e-mail: nurasmi@borneo.ac.id

ABSTRAK

Dalam upaya penanganan stunting di Indonesia, pemerintah telah menargetkan Program Penurunan Stunting menjadi 14% pada tahun 2024 mendatang. Memenuhi target tersebut merupakan sebuah tantangan besar pasca pandemi terutama dilokasi perbatasan Indonesia. Nunukan pada tahun 2021 prevalensi stunting yaitu 21%, ini menunjukkan bahwa kejadian stunting di wilayah Nunukan masing tinggi. Aktivitas Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) merupakan salah satu pendukung utama dalam pelayanan terhadap anak dan ibu terutama di daerah tertinggal. Posyandu adalah tonggak utama pemantau tumbuh kembang balita pada lingkup wilayah yang lebih kecil. Untuk meningkatkan peran posyandu dalam penanganan stunting perlu dilakukan Pendidikan Kesehatan, pencegahan stunting dan pelatihan pembuatan makanan dari bahan baku ikan. Pelatihan ini juga untuk meningkatkan peran kesadaran ibu perlunya pengolahan makanan dari bahan baku ikan untuk nutrisi anak. Tahapan pelaksanaan yang akan dilakukan untuk mencapai sasaran meliputi: 1) Sosialisasi Stunting dan Nutrisi Ikan; 2) Pelatihan pemahaman dan Pendidikan kesehatan Gizi pada Anak untuk mencegah stunting; 3) Peningkatan keterampilan Kader Posyandu dan ibu rumah tangga dalam kegiatan pelatihan pembuatan makanan bahan baku ikan untuk mencegah stunting. Diharapkan melalui program kemitraan yang akan dilakukan di Nunukan menjadi langkah awal untuk penurunan dan pencegahan kejadian stunting di Kabupaten Nunukan, desa Binusan.

Kata Kunci: Ikan, udang, bakso, nugget dan stunting

ABSTRACT

In an effort to tackle stunting in Indonesia, the government has targeted the Stunting Reduction Program to 14% by 2024. Meeting these targets is a big challenge after the pandemic, especially at the border areas of Indonesia. Nunukan in 2021 the prevalence of stunting is 21%, this shows that the incidence of stunting in the Nunukan area is high. The activities of the Integrated Service Post (Posyandu) are one of the main supporters in providing services to children and mothers, especially in disadvantaged areas. Posyandu is the main milestone in monitoring the growth and development of toddlers in a smaller area. To increase the role of posyandu in handling stunting, it is necessary to conduct health education, stunting prevention and training in making food from fish raw materials. This training is also to increase the role of mother's awareness of the need for food processing from fish raw materials for child nutrition. The stages of implementation that will be carried out to achieve the targets include: 1) Socialization of stunting; 2) Education on understanding and education on nutrition for children to prevent stunting; 3) Improving the skills of Posyandu cadres and housewives in training activities for making fish food raw materials to prevent stunting. It is hoped that the partnership program that will be carried out in Nunukan will be the first step to reduce and prevent stunting in Nunukan Regency.

Keywords: fish, shrimp, meatballs, nuggets and stunting

(1) PENDAHULUAN

Indonesia saat ini sedang dihadapkan dengan darurat stunting. Masalah ini terjadi akibat kekurangan gizi di 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sehingga menyebabkan resiko tinggi terhambatnya kemandirian dan

kesejahteraan masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan, perilaku, kemampuan, kesadaran, serta memanfaatkan sumber daya sesuai esensi masalah dan prioritas kebutuhan masyarakat pertumbuhan fisik,

mengganggu imunitas tubuh, serta mengancam perkembangan kognitif yang berpengaruh terhadap kecerdasan dan produktivitas anak, serta pada masa dewasa menimbulkan resiko gangguan metabolik yang berdampak pada penyakit degeneratif. Masalah ini beresiko serta mengancam generasi bangsa terhadap kelompok rentan yaitu Balita. Sehingga diperlukan alternatif penanganan stunting dengan melihat potensi dari daerah.

Penurunan stunting memerlukan intervensi yang terpadu, mencakup intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif. Sejalan dengan inisiatif Percepatan Penurunan Stunting, pemerintah meluncurkan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi (Gernas PPG) yang ditetapkan melalui Peraturan Presiden Nomor 42 tahun 2013 tentang Gernas PPG dalam kerangka 1.000 HPK. Selain itu, indikator dan target penurunan stunting telah dimasukkan sebagai sasaran pembangunan nasional dan tertuang dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 dan Rencana Aksi Nasional Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (TPB) 2017-2019.

Salah satu program yang diluncurkan oleh pemerintah untuk penurunan stunting adalah Gerakan Masyarakat Turunkan Angka Stunting atau disingkat dengan Gematuntas. Program ini membutuhkan suatu terobosan atau inovasi ekstra ditengah kondisi pasca pandemi saat ini. Perlu kerjasama lintas sektor untuk mewujudkan target tersebut. Kerja Bersama antar pemangku kebijakan, petugas kesehatan, masyarakat

sasaran, serta kader posyandu. Salah satu upaya yang dilakukan melalui pendekatan penjaminan ketersediaan pangan baik secara kualitas dan kuantitas terutama untuk 1000 Hari Pertama Kehidupan. Pemenuhan gizi yang berasal dari ketahanan pangan daerah setempat menjadi alternatif yang mudah diimplementasikan. Nunukan merupakan salah satu kabupaten yang ada di provinsi Kalimantan Utara. Kejadian prevalensi stunting di wilayah tersebut masih tinggi yaitu pada tahun 2022 kejadian prevalensi stunting sebesar 21%. Warga Nunukan khususnya di Binusan memiliki kebiasaan makan ikan dan potensi ikan yang mudah didapatkan. Potensi dari ikan dapat diimplementasikan untuk pemenuhan gizi balita dalam penanganan dan pencegahan stunting.

(2) METODE

Kegiatan pelaksanaan pengabdian dilakukan bersama dengan Kader Posyandu, ibu PKK dan ibu rumah tangga di Nunukan, Desa Binusan. Metode yang digunakan berupa pemberdayaan masyarakat melalui kelompok ibu rumah tangga, ibu yang memiliki balita stunting, dan kader posyandu. Tahapan pelaksanaan :

1. Penyuluhan tentang stunting, faktor penyebab stunting, upaya pencegahan dan penanganan stunting.
2. Pengenalan kandungan gizi berupa omega 3, omega 6 dan omega 9 pada ikan.
3. Pendampingan dan pelatihan praktek pengolahan ikan menjadi nugget dan empek-empek yang dapat diaplikasikan sebagai makanan tambahan untuk balita kaya akan omega 3, omega 6 dan omega 9.

(3) HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Sosialisasi Kegiatan

Kegiatan sosialisasi serta pengarahan kegiatan dilakukan pada bulan Juli dimana peserta sosialisasi adalah mitra yaitu Kader Posyandu, Ibu PPK serta ibu rumah tangga dari keluarga yang memiliki balita. Materi sosialisasi yang disampaikan yaitu mengenai stunting, faktor penyebab stunting, Gizi seimbang untuk anak dan manfaat Omega 3, omega 6 dan omega 9 dari ikan bandeng dan udang terhadap pencegahan stunting pada balita. Sangat penting untuk menanamkan pemahaman mengenai apa

itu stunting, apa saja yang menjadi peluang faktor penyebab terjadinya, serta bagaimana mencegah stunting sejak dini dengan memanfaatkan potensi alam yang ada disekitar masyarakat berupa ikan sehingga kejadian stunting pada anak dapat dihindari sejak dini.

Dampak dari stunting begitu banyak diantaranya terjadinya gangguan pertumbuhan dan perkembangan balita yang akan berdampak pada status gizi balita dimasa yang akan datang karena terjadi penurunan daya tahan tubuh, penurunan nafsu makan, tingkat intelegensia, kemampuan verbal dalam berinteraksi sosial dan kesulitan dalam mengingat informasi, mengganggu kemampuan balita dalam memecahkan masalah dan dapat mengurangi kreativitas dan daya cipta pada usia berikutnya. Peserta mengikuti sosialisasi dengan baik dan semangat.



Gambar 1. Sosialisasi

2. Pendampingan dan Pelatihan

Pendampingan dan pelatihan pengolahan empek-empek dan nugget dari ikan dan udang dilaksanakan untuk tujuan agar kader posyandu, ibu PKK terutama ibu rumah tangga yang memiliki balita dapat memiliki keterampilan dalam mengolah ikan dan udang sehingga digemari anak untuk di konsumsi.

Sebagai ibu harus tau bahwa nutrisi pada anak memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan tubuh (Mahmudiono et al., 2020). Dijelaskan bahwa pada balita, gangguan tumbuh kembang yang paling sering terjadi pada balita adalah gizi buruk dan juga balita pendek atau yang biasa disebut dengan stunting (Rachmah et al., 2020).



Gambar 2. Pendampingan dan Pelatihan Pengolahan Ikan dan Udang

Selama kegiatan pendampingan dan pelatihan peserta antusias dalam mencoba dan mempraktekkan sendiri pengolahan makanan dari ikan dan udang. Setelah dilakukan pelatihan, peserta telah mamahami dan mampu mengolah makanan dari ikan dan udang berupa empek-empek dan nugget.

Antusiasme peserta sangat tinggi terhadap program ini terlihat dari banyaknya pertanyaan saat penyuluhan dan besarnya partisipasi dan kontribusi pada saat pelaksanaan pendampingan dan pelatihan. Hal ini membuat tim kegiatan pengabdian menjadi lebih termotivasi untuk terus melaksanakan diseminasi hasil-hasil riset melalui kegiatan pendampingan untuk penyelesaian permasalahan lainnya.

(4) PENUTUP

Sosialisasi, Penyuluhan dan pendampingan dalam kegiatan pengabdian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader Posyandu, PKK dan Ibu rumah tangga yang memiliki balita di Kabupaten Nunukan, desa Binusan. Peserta sosialisasi sangat antusias dalam kegiatan ini, hal ini dapat terlihat dari keseriusan dan komitmen mitra sangat tinggi.

(5) UCAPAN TERIMAKASIH

Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan dengan menggunakan dana DIPA Universitas Borneo Tarakan, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada Rektor Universitas Borneo dan Kepala LPPM Universitas Borneo Tarakan.

(6) DAFTAR RUJUKAN

Arikunto. (2020).

Cegah Stunting Untuk Masa Depan Anak. In Departemen gizi kesehatan UNAIR.

Lewi Jutomo, Bambang Wirjatmadi, and Roedi Irawan. (2020).

The Omega-3 Fatty Acids can Significantly Increase the Height of Children Under Five with Stunting. Indian Journal of Forensic Medicine & Toxicology, 14 (2). pp. 1306-1309. ISSN 0973-9122.

Mahmudiono, T., Ardianti, B. P., Kombih, M. F., Amira, K. A., & Indriani, D. (2020).

Nutritional education intervention by giving snakehead fish meatball to increasing nutritional status of childhood stunting and improvement of mother's care patterns in lamongan district. Systematic Reviews in Pharmacy, 11(8), 400-405.

Rachmah, Q., Indriani, D., Hidayah, S.,

Adhela, Y., & Mahmudiono, T. (2020).

Pendidikan Gizi Gemar Makan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting Di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. Amerta Nutrition, 4(2), 165. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i2.2020.165-170>.

Soetjningsih. Penilaian pertumbuhan fisik anak. Dalam: IGN Gde Ranuh, penyunting.

Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: UKK Tumbuh Kembang IDAI; 1995. h. 37-54.

MCA Indonesia. (2013). Stunting dan Masa Depan Indonesia. Millennium Challenge Account - Indonesia, 2010, 2-5. Retrieved from www.mca-indonesia.go.id.

Optimalisasi Ekonomi Kreatif di Masa Pandemi Bersama Usaha Mikro Kecil dan Menengah (UMKM) Rancage Desa Curugrendeng.

Proceedings.Uinsgd.Ac.Id, I(XX), 125-133.

<https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings/article/view/618>

Suryani, E. (2010).

Uji Kinerja Tangki Berpengaduk Pada Pembuatan Pelembut Pakaian. In Laporan Tugas Akhir.

<http://eprints.undip.ac.id/27708/>

Wiyati, R., Maryanti, S., & Thamrin, M. (2021).

Motivasi Ibu Rumah Tangga

Untuk Usaha Rumahan Saat Masa Pandemi Covid 19 di Kelurahan Tobekgodang Pekanbaru. Ejournal.Kompetif.Com, 05(03), 215-222.

<https://doi.org/https://doi.org/10.35446/diklatreview.v5i3.597>

Yanti, H., Paramita, V., Amalia, R., Novela, G., & Rhamvy, I. (2019).

Pelatihan Keterampilan Pembuatan Softener Pakaian Bagi Ibu-Ibu Pkk Di Desa Kangkung, Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak. Jurnal Pengabdian Vokasi, 1(2), 112-115.

<https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/jpv/article/view/6450>