

## PEMBERDAYAAN KADER MELALUI PROGRAM PALANG SIGEMOY (PANGAN LOKAL ATASI STUNTING CIPTAKAN GENERASI EMAS TUMBUH OPTIMAL)

Rahmi padlilah<sup>1\*</sup>, Ririn Ariyanti<sup>2</sup>, Nurmasiyah<sup>3</sup>, Prisilia bawing<sup>4</sup>, Yuliani<sup>5</sup>, Isnawati<sup>6</sup>,  
Sriwahyuni<sup>7</sup>, Siti komariah<sup>8</sup>, Sintise<sup>9</sup>, Mutiara<sup>10</sup>, Martiana<sup>11</sup>, Marveni<sup>12</sup>  
<sup>1-12</sup>S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Borneo Tarakan, Indonesia

---

**\*Corresponding Author**  
**(Rahmi padlilah)**

Email:rahmipadlilah@gmail.com  
Alamat: JL. Amal lama No 1

**History Artikel**

**Received:** 14-6-2024

**Accepted:** 31-7-2024

**Published:** 15-8-2024

**Abstrak.**

Indonesia saat ini sedang menghadapi masalah gizi dengan banyaknya kejadian stunting (balita pendek). Berdasarkan dari Pemantauan Status Gizi (PSG) selama tiga tahun terakhir ini, balita pendek memiliki prevalensi tertinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, bahkan gemuk. Berdasarkan data dari BKKBN selama 2 tahun terakhir terdapat 3.066 jiwa bayi yang mengalami gizi kurang yang tersebar di lima kabupaten kota di Kalimantan Utara dan Kabupaten Malinau termasuk Kabupaten Kota yang angka stunting cukup tinggi serta Desa Lubak manis menjadi salah satu Lokus stunting. Stunting menyebabkan anak tumbuh tidak sehat, perkembangan otak tidak maksimal, dan dapat menyebabkan cacat mental. Oleh karena itu, usaha untuk menanggulangi stunting dapat dilakukan melalui perbaikan nutrisi pada bayi. Salah satu alternatif solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut dengan memberikan makanan tambahan berbahan dasar lokal yaitu tahu dan daun kelor dibuat naget yang banyak mengandung gizi serta protein. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah memanfaatkan potensi sumber daya alam yaitu tahu dan daun kelor yang cukup mudah didapatkan didesa. Sasaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu kader posyandu dan ibu PKK desa Lubak Manis yang berjumlah 15 orang. Metode yang di gunakan pada pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan pencegahan stunting dan pengolahan Tahu dan daun kelor menjadi Naget sebagai makanan tambahan untuk anak dan Balita (PALANG SIGEMOY). Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 2 hari pada bulan Mei yaitu pada tgl 15 sd 16 Mei 2024. Tempat kegiatan pengabdian ini adalah gedung Posyandu desa Lubak Manis Kabupaten Malinau Kalimantan Utara. Hasil kegiatan didapatkan adalah masyarakat mampu mengetahui manfaat dari makanan yang mengandung gizi dari bahan tahu dan daun kelor sebagai makanan tambahan untuk mengatasi stunting dan membuat inovasi pengolahan tahu dan daun kelor menjadi nuget lezat dan bergizi sebagai bahan makanan tambahan bagi bayi dan balita stunting.

**Kata kunci:** Stunting, nuget, tahu dan daun kelor

---

**Abstract**

Indonesia is currently facing nutritional problems with many incidents of stunting (short toddlers). Based on the Nutritional Status Monitoring (NSM) over the last three years, short toddlers have the highest prevalence compared to other nutritional problems such as malnutrition, thinness, and even obesity. Based on data from the BKKBN for the last 2 years, there were 3,066 babies experiencing malnutrition spread across five city districts in North Kalimantan and Malinau District, including City District where the stunting rate is quite high and Lubak Manis Village which is one of the stunting loci. Stunting causes children to grow unhealthy, their brain development is not optimal, and can cause mental disabilities. Therefore, efforts to overcome stunting can be done through improving nutrition for babies. One alternative solution to overcome this problem is by providing additional food made from local and protein. The aim of this community service is to utilize the potential of natural resources, namely tofu and Moringa leaves which are quite easy to obtain in the village. The targets of this community service activity are posyandu cadres and PKK mothers in Lubak Manis village. The method used in this community service is education on preventing stunting and processing tofu and Moringa leaves into Naget as additional food for children and toddlers (PALANG SIGEMOY). This community service was carried out for 2 days in May, namely on May 15,16 2024. The place of this service activity was the Posyandu building in Lubak Manis village, Malinau Regency, North Kalimantan. The results of the activity were that the community was able to understand the benefits of food containing nutrients from tofu and Moringa leaves as additional food to overcome stunting and innovate the processing of tofu and Moringa leaves into delicious and nutritious nuggets as additional food ingredients for stunted babies and toddlers.

*Key words: Stunting, nugget, tofu and Moringa leaves*

**PENDAHULUAN**

Indonesia masih menghadapi masalah gizi, seperti negara-negara berkembang lainnya, terutama pada balita dan perempuan hamil. Masalah gizi ini tidak hanya disebabkan oleh kekurangan zat gizi makro, tetapi juga zat gizi mikro. Stunting (tubuh pendek) pada balita merupakan manifestasi dari kekurangan zat gizi kronis, baik saat pre-maupun post-natal (Hestuningtyas et al., 2014). Sebagai gambaran, prevalensi stunting di Indonesia dari tahun ke tahun

cenderung fluktuatif. Meningkat di periode 2010-2013, kemudian menurun pada periode 2014-2018. Selanjutnya, pada 2021 hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan penurunan prevalensi 3.3% menjadi 24.4%, dan pada 2022 turun menjadi 21,6 %. upaya penanganan stunting secara nasional harus melibatkan multipihak. "Hal ini sesuai Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang percepatan penurunan stunting, sebagai landasan hukum kerja bagi kementerian dan lembaga termasuk BRIN. Kemudian, pihak-pihak terkait dalam upaya penurunan

stunting yang dilaksanakan secara holistik, integratif, dan berkualitas,” Direktorat Gizi dan KIA Kementerian Kesehatan RI menyatakan, data 2022 menunjukkan 4,5 juta anak balita Indonesia mengalami wasting dan 760.000 anak dengan status gizi buruk. Untuk itu, upaya intervensi pencegahan perlu dilakukan sejak bayi masih dalam kandungan atau masa kehamilan ibu. Hal ini bisa dilakukan dengan menambahkan keragaman jenis makanan pendamping ASI pada anak umur 6-26 bulan dengan mengkonsumsi sedikitnya 5 dan 8 kelompok makanan dalam sehari (Jalilah et al., 2022; Yunus et al., 2021). Upaya pemerintah selama ini untuk kelompok perempuan dan anak masih difokuskan pada pemberian kapsul Vitamin A. Mendorong makanan berfortifikasi, dan mendorong pemilihan bahan makanan yang beranekaragam. Selain itu, penguatan edukasi gizi juga dilakukan untuk pemenuhan kebutuhan gizi,” ujarnya. Penyebab *stunting* bukan saja masalah sektor kesehatan akan tetapi masalah non kesehatan di antaranya masalah ekonomi, sosial budaya dan masalah lingkungan seperti perbaikan pola makan, perbaikan pola psuh, dan perbaikan sanitasi dan akses air bersih (Ekawati et al., 2021). Selain itu penyebab *stunting* antara lain Wanita Usia Subur (WUS) dengan Kurang Energi Kronis (KEK), Anemia pada ibu bumil, Riwayat bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), Tidak diberikan ASI Eksklusif, Kurangnya asupan zat gizi, Kondisi sosial ekonomi dan lingkungan. Dampak *Stunting* yang ditimbulkan *stunting* dapat dibagi menjadi dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak Jangka Pendek. (1) Peningkatan kejadian kesakitan dan kematian (2) Perkembangan kognitif, motorik, dan verbal pada anak tidak optimal (3) Peningkatan biaya kesehatan. Dampak Jangka Panjang (1) Postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa (lebih pendek dibandingkan pada umumnya), (2)Meningkatnya risiko obesitas dan Penyakit Tidak Menular (PTM).(3) Menurunnya kesehatan reproduksi.(4) Kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah (5) Produktivitas dan kapasitas kerja yang tidak optimal(Candra, 2020). Pencegahannya (1)

Gizi seimbang untuk ibu selama kehamilan dan menyusui (2) Mengonsumsi aneka ragam pangan untuk memenuhi kebutuhan energi, protein dan vitamin serta mineral sebagai pemeliharaan, pertumbuhan dan perkembangan janin cadangan selama masa menyusui, membatasi makan-makanan yang mengandung garam tinggi untuk mencegah Hipertensi karena meningkatkan risiko kematian janin, terlepasnya plasenta, serta gangguan pertumbuhan, minum air putih lebih banyak untuk mendukung sirkulasi janin, produksi cairan amnion dan meningkatnya volume darah, mengatur keseimbangan asam basa tubuh dan mengatur suhu tubuh. Asupan air minum sekitar 2-3 liter perhari (8-12 gelas sehari) untuk mendukung sirkulasi janin, produksi cairan amnion dan meningkatnya volume darah, mengatur keseimbangan asam basa tubuh, dan mengatur suhu tubuh bagi ibu hamil serta agar dapat menghasilkan air susu dengan cepat bagi busui. Intervensi 1000 hari pertama kehidupan. Intervensi pada 1000 hari pertama kehidupan yakni 270 hari (9 bulan) masa kehamilan ibu, ditambah 730 hari (usia 0-2 tahun) setelah anak lahir. 1000 hari pertama kehidupan biasa disebut dengan “periode emas” (Almatsier, 2002). Pada periode ini, sangat dibutuhkan kecukupan gizi yang lengkap dan terpenuhi. Bila pada periode ini kecukupan pangan yang bergizi dan berkualitas tidak terpenuhi, maka pertumbuhan otak tidak optimal, imunitas yang kurang, dan berisiko terkena penyakit tidak menular(3) Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk ibu hamil. Memperbaiki gizi dan kesehatan ibu hamil merupakan cara terbaik dalam mengatasi *stunting*. Ibu hamil perlu mendapat makanan yang baik, sehingga apabila ibu hamil dalam keadaan sangat kurus atau telah mengalami Kurang Energi Kronis (KEK), maka perlu diberikan makanan tambahan (PMT) untuk mengatasi kekurangan energi dan protein (4) Suplementasi zat besi. Zat besi sangat dibutuhkan oleh ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia dan menjaga pertumbuhan janin secara optimal. Kementerian Kesehatan menganjurkan agar ibu hamil mengonsumsi paling sedikit 90

Tablet Tambah Darah (TTD) selama kehamilannya (5) Suplementasi seng dan vitamin A Pemberian suplementasi zink atau seng dan vitamin A pada balita dapat menurunkan kejadian infeksi saluran pernapasan dan diare yang dimana merupakan salah satu penyebab dari *stunting* (6) (Hestuningtyas et al., 2014). Peningkatan asupan kalsium dan vitamin D. Kalsium dan vitamin D merupakan mikronutrien yang dibutuhkan untuk pertumbuhan tulang. Defisiensi salah satu atau keduanya menyebabkan tulang tidak dapat tumbuh dengan optimal sehingga menyebabkan *stunting* (7) Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan ASI Eksklusif. Melakukan kegiatan IMD (Inisiasi Menyusui Dini) melalui pemberian ASI jolong / *colostrum* dan memastikan edukasi kepada ibu untuk terus memberikan ASI Eksklusif kepada anak balitanya selama 6 bulan (8) Pemberian MPASI secara bertahap (Martha, 2017). Makanan tambahan yang diberikan kepada bayi selain ASI ketika ASI saja tidak dapat mencukupi kebutuhan, dengan tujuan melatih kemampuan bayi (mengunyah dan menelan). Melatih menerima berbagai rasa dan tekstur makanan, merupakan proses memperkenalkan makanan dengan berbagai variasi tekstur, rasa, dan aroma yang meningkat, sambil tetap menyusui, Menurut WHO, MPASI yang baik harus diberikan tepat waktu, adekuat, aman dan *responsive* (9) Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) harus diupayakan oleh setiap rumah tangga termasuk meningkatkan akses terhadap air bersih dan fasilitas sanitasi, serta menjaga kebersihan lingkungan untuk menurunkan kejadian tertular penyakit infeksi. Selain itu dengan memonitoring anak kita berarti kita berusaha agar tumbuh kembang dan kecerdasan optimal baik di Puskesmas maupun Posyandu untuk memantau BB/U, BB/TB kemudian TB/U pada KMS (Najahah et al., 2013). Daun kelor pada pengabdian masyarakat ini digunakan sesuai dengan peraturan daerah kabupaten Malinau yaitu satu rumah satu pohon daun kelor, dimana pemerintah daerah dan dinas kesehatan melakukan kampanye dan sosialisasi manfaat daun kelor dan cara

pengolahannya yang bermanfaat bagi kesehatan (Rosmalina et al., 2018).

## METODE

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini dilakukan dalam empat tahap. Tahap pertama adalah tahap persiapan dimulai dengan melakukan rapat koordinasi dengan Kepala desa Lubak manis dan ketua tim penggerak PKK Desa Lubak manis dan kader posyandu, membuat perencanaan kegiatan meliputi rencana tahapan pelaksanaan, tahap monitoring dan tahap evaluasi. Tahap perencanaan yaitu mempersiapkan tempat, peserta, bahan. Tahap pelaksanaan adalah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Posyandu Desa Lubak manis kegiatan ini diawali dengan penyuluhan tentang edukasi gizi dan deteksi dini *stunting* dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan makanan tambahan dan mendistribusikan ke pada keluarga yang memiliki bayi dan balita *stunting* peserta pada pengabdian masyarakat ini adalah ibu kader posyandu Desa Lubak Manis.

Tahap monitoring dilakukan selama pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk melihat apakah peserta dapat mengikuti kegiatan dengan baik dan apakah dapat mengikuti arahan dari fasilitator dalam Penyuluhan dan tehnik pembuatan nuget tahu dan daun kelor. Terakhir tahap evaluasi dimana di tahap ini digunakan untuk mengevaluasi perencanaan dan pelaksanaan dari program pengabdian masyarakat ini apakah berjalan sesuai dengan perencanaan yang dibuat serta hambatan dari kegiatan pengabdian ini evaluasi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan metode tanya jawab dengan peserta pelatihan, dan apakah ada perubahan dari pengetahuan dan kemampuan kader mengenai deteksi dini *stunting* dan pentingnya perbaikan gizi bagi bayi, balita *stunting* serta cara pembuatan makanan berbahan dasar lokal sederhana yaitu nuget yang terbuat dari tahu dan daun kelor.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan

dan kemampuan ibu-ibu yang memiliki anak bayi dan balita tentang Gizi untuk bayi dan anak balita yang mengandung gizi yang baik bagi pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga mampu menghindari anak dari kekurangan gizi yang mengakibatkan stunting



Gambar 1. Penyuluhan Gizi bagi ibu-ibu yang memiliki bayi dan Balita



Gambar 2 Pemberian makanan tambahan bagi keluarga yang memiliki bayi dan balita

stunting



Gambar 3 Pemberian makanan tambahan bagi keluarga yang memiliki bayi dan balita stunting



Gambar 4 Pemberian makanan tambahan bagi keluarga yang memiliki bayi dan balita stunting



Gambar 5 Komitmen dengan steak holder setempat untuk melaksanakan Palang si gemoy.

## SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan pengabdian berjalan lancar, ibu-ibu cukup antusias mengikuti kegiatan tersebut dan mereka merasa senang dengan penyuluhan dan pemberian makanan tambahan bagi anak mereka yang menderita stunting, dan kegiatan ini akan menjadi agenda kegiatan yang akan diteruskan oleh ibu-ibu kader dan ibu-ibu PKK Desa Lubak Manis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2002). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Candra, A. (2020). *Epidemiologi Stunting*. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Ekawati, N., Sartika, D., & Wijaya, A. (2021). Edukasi Tentang Pemanfaatan Daun Kelor Guna Pencegahan Stunting Pada Kader Posyandu di Kecamatan Maros Baru Kabupaten Maros. *JTCSA Journal Of Training And Community Service Adptersi*, 2. <http://jurnal.adptersi.or.id/index.php/JTCSA/submissions>
- Hestuningtyas, Tiara Rosarina, & Noer. (2014). *Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan, Sikap, Praktik Ibu dalam Pemberian Makan anak dan asupan gizi anak stunting usia 1-2 tahun di kecamatan semarang timur*. Universitas Diponegoro.
- Jalilah, N. H., Ariyanti, R., Febrianti, S., & Kesehatan, F. I. (2022). Factors Associated With Stunting Incidence In Toddlers In North Kalimantan. *Jambura Journal Of Health Sciences and Research*, 4(Februari), 1.
- Martha, A. (2017). Asuhan Mikronutrien dan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Kota Semarang. *Journal Of Nutrition and Health*, 5(1).
- Najahah, I., Adhi, K. T., & Pinatih, G. N. I. (2013). Faktor risiko balita stunting usia 12-36 bulan di Puskesmas Dasan Agung, Mataram, Provinsi Nusa Tenggara Barat. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 1(2), 103–108. <https://doi.org/10.15562/phpma.v1i2.171>
- Rosmalina, Y., Luciasari, E., Ernawati, F., & Penelitian dan Pengembangan Upaya Kesehatan Masyarakat, P. dan P. B. dan T. D. K. P. (2018). Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Batita Stunting : Systematic Review. *Gizi Indonesia*, 41(1), 1–14. <http://ejournal.persagi.org/index.php/Gizi Indon>
- Yunus, M. R., Utami, A. K., & Aliah, M. N. (2021). Strategi Komunikasi Puskesmas Pasi Kepada Masyarakat Kampung Sumberpasi dalam Mencegah Stunting Pada Anak Usia Dini Melalui Program 1 Rumah 1 Kelor. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan (JISIP)*, 5(4).