

## **Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Nugget Ubi Jalar di Posyandu Desa Citarik**

Silvia Ismayanti<sup>1</sup>, Ermi Abriani<sup>2</sup>

Program Studi Farmasi, Program Studi Farmasi

[fm21.silviaismayanti@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:fm21.silviaismayanti@mhs.ubpkarawang.ac.id) <sup>1</sup>, [ermi.abrian@ubpkarawang.ac.id](mailto:ermi.abrian@ubpkarawang.ac.id) <sup>2</sup>

### **Abstrak**

Stunting adalah masalah gizi yang berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan. Untuk mencegah stunting pada balita di Desa Citarik, Kecamatan Tirtamulya, Kabupaten Karawang, melalui pemberian makanan tambahan (PMT) berupa nugget ubi jalar. Kegiatan sosialisasi dilakukan oleh mahasiswa KKN dengan dukungan dari Bidan Desa dan Kader Posyandu. Proses pembuatan nugget ubi jalar diperkenalkan kepada ibu-ibu balita sebagai salah satu cara untuk meningkatkan asupan gizi anak. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa ibu-ibu dan balita menyukai nugget ubi jalar yang diberikan, yang berpotensi membantu mencegah stunting. Edukasi gizi yang dilakukan dalam kegiatan ini juga berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu balita mengenai pentingnya PMT dalam pencegahan stunting.

**Kata Kunci:** Stunting; Makanan Tambahan; Nugget Ubi Jalar; Pencegahan; Gizi Balita

### **Abstract**

*Stunting is a nutritional problem that negatively affects the growth and development of children, especially in the first 1000 days of life. To prevent stunting in toddlers in Citarik Village, Tirtamulya District, Karawang Regency, through the provision of additional food (PMT) in the form of sweet potato nuggets. Socialisation activities were carried out by KKN students with support from the Village Midwife and Posyandu Cadres. The process of making sweet potato nuggets was introduced to mothers of toddlers as a way to increase children's nutritional intake. The results showed that the mothers and toddlers liked the sweet potato nuggets, which could potentially help prevent stunting.*

*The nutrition education conducted in this activity also succeeded in increasing the knowledge of mothers of toddlers about the importance of PMT in preventing stunting.*

**Keywords:** *Stunting; Supplementary Food; Sweet Potato Nuggets; Prevention; Toddler Nutrition*

## PENDAHULUAN

Kesehatan gizi Indonesia masih sangat terganggu, yang berdampak negatif pada kualitas sumber daya manusia. Angka balita pendek, atau stunting, adalah salah satu masalah gizi yang menjadi perhatian utama saat ini. Kekurangan gizi dapat menyebabkan stunting, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan. Tingkat kecerdasan anak dan kondisi kesehatan mereka di masa dewasa akan dipengaruhi oleh stunting. Malnutrisi pada 1000 hari pertama kelahiran tidak dapat diperbaiki dan permanen (Sugiyanto et al., 2020). Tingkat kekurangan gizi kronis pada anak-anak masih tinggi di seluruh dunia, yang sangat terkait dengan kemiskinan. Malnutrisi ibu dapat menyebabkan proses pertumbuhan linier yang terputus-putus di dalam rahim, yang dapat menyebabkan pertumbuhan intrauterin yang terbatas dan berat badan bayi yang rendah. Pertumbuhan anak yang buruk juga diprediksi melalui praktik pemberian makan bayi yang buruk dan tingkat penyakit menular yang tinggi. Skor z tinggi-untuk- usia (HAZ) lebih dari 2 SD di bawah median adalah indikasi fisik yang mudah diidentifikasi dan diukur untuk stunting pertumbuhan linier (Beal et al., 2018). Secara global, masalah gizi yang belum teratasi menyebabkan stunting pada balita. Umum stunting adalah kondisi fisik yang terjadi pada anak usia di bawah lima tahun dengan postur tubuh pendek atau sangat pendek yang menyebabkan defisit -2 SD di bawah median panjang atau tinggi badan (Sastria et al., 2021). Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi balita stunting di Indonesia adalah 27,7% pada tahun 2019, 24,4% pada tahun 2021, dan 21,5% pada tahun 2023. Di Jawa Barat, prevalensi stunting adalah 6,01 % pada tahun 2023. Tahun 2022, prevalensi stunting di Karawang adalah 14%, dengan 2.779 anak stunting pada bulan Februari. Desa Citarik berada di Kecamatan Tirtamulya Kabupaten Karawang, dan pada Juni 2024, terdapat 59 anak yang berada dalam status stunting (Utami et al., 2024). Diperlukan upaya untuk mencegah stunting, salah satunya melalui pemberian makanan tambahan (PMT). Hal ini karena stunting memiliki dampak buruk jangka panjang bagi anak, seperti mudah sakit, postur tubuh yang tidak

ideal, dan perkembangan kognitif yang lemah. PMT adalah makanan tambahan untuk anak-anak yang berisiko mengalami kekurangan nutrisi yang mengandung nutrisi tambahan seperti protein, vitamin, mineral, dan lemak. PMT dapat diberikan dalam bentuk suplemen atau makanan yang diperkaya nutrisi seperti susu bubuk, biskuit, kacang-kacangan, buah-buahan, sayuran, dan makanan yang mengandung protein hewani. Sangat disarankan untuk memberi anak balita makanan tinggi zinc karena zinc berperan sebagai katalis, pengatur ion, dan komponen struktural protein dalam berbagai proses metabolisme (Azizah et al., 2023). Salah satu contoh inovasi pemberian makanan tambahan (PMT) adalah memberikan makanan tambahan berupa makanan pangan lokal seperti nugget ubi jalar. Nugget ubi jalar adalah salah satu hasil pengolahan yang dibuat dari ubi jalar yang dikukus kemudian dihancurkan dan memiliki cita rasa tertentu dan berwarna kuning keemasan. Oleh karena itu KKN Universitas Buana Perjuangan Karawang dalam pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk membantu mengurangi maupun mencegah terjadinya stunting yang dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan anak khususnya di Desa Citarik, Kecamatan Tirtamulya, Kabupaten Karawang.

## METODE

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting melalui pemberian makanan tambahan (PMT) nugget ubi jalar dilaksanakan oleh mahasiswa KKN di Desa Citarik yang didampingi oleh Bidan Desa dan Para Kader Posyandu. Sebelum mengadakan sosialisasi mahasiswa KKN di Desa Citarik mengajukan surat bidan desa dan ketua kader posyandu, selanjutnya setelah undangan tersebut disetujui oleh bidan desa, undangan yang telah disetujui oleh bidan desa dibagikan kepada ibu-ibu yang mempunyai balita. Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting dengan pemberian makanan tambahan nugget ubi jalar dilakukan dengan pemaparan materi tentang stunting, pembuatan nugget ubi jalar dan pembagian nugget ubi jalar. Adapun rincian pelaksanaan kegiatan ini sebagai berikut:

Waktu Pelaksanaan : Senin, 05 Agustus 2024

Pukul : 09.00 s/d selesai

Tempat Pelaksanaan : Posyandu Bungur 1 yang berada di desa pasir malang

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan program pengabdian masyarakat khususnya sosialisasi tentang pencegahan stunting melalui pemberian makanan tambahan (PMT) nugget ubi jalar pada masyarakat Desa Citarik, Kecamatan Tirtamulya, Kabupaten Karawang adalah hal yang penting untuk disosialisasikan kepada masyarakat dan diharapkan dapat diberikan atau disajikan untuk balita.



**Gambar 1.** Sosialisasi Pencegahan Stunting dengan PMT Nugget Ubi Jalar

Bahan-bahan yang digunakan untuk membuat nugget ubi jalar antara lain: ubi jalar (500 gram), dada ayam (250 gram), wortel (1 buah), bawang bombay dan bawang putih secukupnya, tepung terigu (3 sendok makan), tepung tapioka (3 sendok makan), telur (1), penyedap rasa secukupnya, tepung panir. Cara pembuatannya rebus ubi jalar kemudian hancurkan, tambahkan dada ayam yang sudah dihaluskan, tambahkan wortel yang sudah halus, masukkan bawang bombay dan bawang putih, tambahkan tepung terigu dan tepung tapioka, masukkan telur beri penyedap rasa sesuai selera, aduk rata, masukkan kedalam wadah yang tahan panas untuk di kukus, setelah dikukus potong-potong dan balurkan dengan telur dan tepung panir, goreng hingga kecokelatan. Nilai gizi yang terkandung pada nugget ubi jalar yakni : energi 707 (kkal), protein 11,66 (gram), lemak 7,73 (gram), karbohidrat 149,56 (gram), fe/besi 2 (mg), kalsium 5,0 (mg), vitamin A 300, vitamin B1 0,45 mg, vitamin C 105 (mg) (Nenu et al., 2022). Hasil dari produk nugget ubi jalar

juga selanjutnya diberikan kepada balita yang hadir untuk mengetahui respon kesukaan produk PMT yang dibuat. Berdasarkan observasi dapat disimpulkan bahwa balita menyukai produk nugget ubi jalar yang telah dibuat.



**Gambar 2.** Nugget Ubi Jalar

Peningkatan pengetahuan dapat membantu memperbaiki perilaku pemberian makan pada anak, yang dapat memperbaiki stunting. Hal ini dapat dicapai dengan meningkatkan pengetahuan tentang perilaku pemberian makanan pada anak, yang dapat dilakukan melalui edukasi gizi atau penyuluhan gizi. Salah satu cara untuk memenuhi kebutuhan gizi anak adalah dengan memberikan camilan sehat sebagai tambahan untuk memenuhi kebutuhan gizi balita (Kholid et al. 2022). Edukasi tentang pemberian makanan tambahan (PMT) pada balita harus diberikan tidak hanya pada ibu-ibu yang langsung memberikan makanan pada anaknya, tetapi juga pada kader posyandu yang menyediakan PMT untuk tujuan mencapai status gizi ideal.

## **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Kegiatan edukasi tentang stunting dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait stunting dan pentingnya pemberian makanan tambahan pada balita. Selain itu, melalui kegiatan ini juga dapat menambah pengetahuan ibu mengenai salah satu jenis makanan tambahan yang dapat diberikan kepada balita.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Azizah, N.A., Jasmine, N., Nashruddin, R. M., Afif, A., Wibawani, S., (2023). Pemanfaatan Hidroponik sebagai Olahan PMT dalam Penurunan Stunting di Desa Banjarsari Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidika*, 9(22), 684-691.
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4), 1–10.
- Kholid, A., Sari, Y., Stywati, EE, Wawantoro, W., Fitriani, BI, Kazrina, S., ... & Syahrastany, MA (2022). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Melalui Sosialisasi, Pemberian Makanan Tambahan dan Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA* , 5 (3), 130-135.
- Nenu, P., Ngura, E.T., Laksana, D. N. L. (2022). Upaya Pencegahan Stunting melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Ubi untuk Meningkatkan Asupan Gizi Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(1), 1-12.
- Sastria Ahmad, A., Azis, A., & Fadli. (2021). Analysis of Risk Factors for the Incidence of Stunting in Toddlers. *Journal of Health Science and Prevention*, 5(1), 10–14.
- Sugiyanto, Sumarlan, & Hadi, A. J. (2020). Analysis of Balanced Nutrition Program Implementation Against Stunting in Toddlers. *Unnes Journal of Public Health*, 9(2), 148-159.
- Utami, G. P., Rahmaniati, M., Bagus, N., (2024). Kejadian Prevalensi Stunting dengan Indeks Pembangunan Manusia dengan Pendekatan Spasial di Jawa Barat Tahun 2021. *Jurnal Manajemen Informasi Kesehatan*, 9(1); 63-74