



# Edukasi Pemanfaatan Makanan Berbasis Pangan Lokal di Kelurahan Gubukusuma Kota Tidore Kepulauan Tahun 2022

Diah Merdekawati Surasno<sup>1✉</sup>, Suryani Mansyur<sup>1</sup>, Agustin Rahayu<sup>1</sup>, Andiani<sup>1</sup>, Musiana<sup>1</sup>, Didik Kurniawan<sup>1</sup>, Nani Supriatni<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Staf Pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia,  
 Email : diah.surasno.86@gmail.com;ryanimansyur@gmail.com;agustinyayu21@gmail.com;andianimahbub@gmail.com;  
 aryana.elnisa@gmail.com ;kurniawandhy9@gmail.com; naniskm@yahoo.com

✉Korespondensi : Diah Merdekawati Surasno, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Indonesia,  
 Email : diah.surasno.86@gmail.com

Info Artikel :	<input type="checkbox"/> Artikel Penelitian	<input checked="" type="checkbox"/> Artikel Pengabdian	<input type="checkbox"/> Riview Artikel
Diterima : 22 Juni 2022, Disetujui : 12 Juli 2022, Publikasi On-Line : 13 Juli 2022			

## ABSTRAK

Penurunan stunting penting dilakukan sedini mungkin untuk menghindari dampak jangka panjang yang merugikan seperti terhambatnya tumbuh kembang anak. Stunting mempengaruhi perkembangan otak sehingga tingkat kecerdasan anak tidak maksimal. Hal ini berisiko menurunkan produktivitas pada saat dewasa. Stunting juga menjadikan anak lebih rentan terhadap penyakit. Anak stunting berisiko lebih tinggi menderita penyakit kronis di masa dewasanya. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah stunting adalah meningkatkan asupan gizi utamanya Protein dengan memanfaatkan potensi sumber daya alam setempat, misalnya ikan yang kaya akan zat gizi Protein dan asam lemak esensial yang baik bagi kesehatan, diantaranya untuk membentuk dan membangun jaringan tubuh, berperan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Tujuan kegiatan ini adalah memberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat utamanya Ibu rumah tangga dalam pengolahan ikan sehingga dapat menjadi alternatif makanan yang sehat untuk Balita dan juga keluarganya. Desain Pengabdian masyarakat ini menggunakan desain pre eksperimental dengan menggunakan pendekatan one group pre-post test design. Tempat di Kantor Kelurahan Gubukusuma, Kota Tidore Kepulauan jumlah responden penyuluhan sebanyak 20 Responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini Purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner Hasil : Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi sebelum dan setelah penyuluhan (nilai  $p = 0,087$ ), namun ada peningkatan pengetahuan peserta sebesar 45 % setelah penyuluhan. Adapun produk olahan ikan yang tinggi protein yaitu bakso goreng, (128, 5 gr P), siomay tuna labu siam (124,4 gr), pempek ikan ( 70,7 gr) dan Otak-Otak goreng (46,3gr). Pengetahuan peserta meningkat tentang produk olahan ikan yang bergizi. Diharapkan bagi masyarakat, dapat mempraktekkan langsung pengolahan produk yang berbahan dasar ikan menjadi diversifikasi produk lain sebagai alternatif makanan sehat untuk anak dan keluarga.

**Keyword:** Penyuluhan, Pengetahuan, Gizi, Stunting, Pangan Lokal

## I. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO), stunting merupakan masalah gizi kronis yang ditandai dengan skor z tinggi badan menurut umur di bawah minus 2 standar deviasi iebandingkan standar WHO . Secara global, sekitar 162 juta anak balita mengalami stunting. Tahun 2018, Indonesia masih merupakan negara dengan prevalensi stunting yang cukup tinggi yaitu pada kisaran 30,06%, meskipun dari tahun ke tahun sudah mengalami penurunan, yaitu tahun 2021 sebesar 24,4% (SSGI).

Masalah stunting di wilayah Maluku Utara berdasarkan data SSGI (2021) masih cukup tinggi yaitu sebesar 27,5%. Dengan prevalensi stunting tertinggi adalah Kabupaten Pulau Taliabu (35,2%) dan terendah kota Ternate (24%). Sementara itu, Prevalensi stunting Kota Tidore kepulauan sebesar 25,1 %. Angka ini masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan intervensi gizi yang tepat untuk mengatasi masalah stunting di tiap wilayah. Kelurahan Gubukusuma adalah salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Tidore Utara, Kota Tidore Kepulauan. Berdasarkan Data

Puskesmas Rawat inap Ome (Februari,2022), Data *Stunting* di Kecamatan Tidore Utara paling banyak di Kelurahan Gubukusuma yaitu sebanyak 6 balita (20%).

Penurunan *stunting* penting dilakukan sedini mungkin untuk menghindari dampak jangka panjang yang merugikan seperti terhambatnya tumbuh kembang anak. *Stunting* mempengaruhi perkembangan otak sehingga tingkat kecerdasan anak tidak maksimal. Hal ini berisiko menurunkan produktivitas pada saat dewasa. *Stunting* juga menjadikan anak lebih rentan terhadap penyakit. Anak *stunting* berisiko lebih tinggi menderita penyakit kronis di masa dewasanya. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah *stunting* adalah meningkatkan asupan gizi utamanya Protein dengan memanfaatkan potensi sumber daya alam setempat, misalnya ikan yang kaya akan zat gizi Protein dan asam lemak esensial yang baik bagi kesehatan, diantaranya untuk membentuk dan membangun jaringan tubuh, berperan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Beberapa jenis ikan yang sering dikonsumsi masyarakat Maluku Utara, yaitu ikan cakalang, ikan kembung, ikan Madidihan, Ikan Tongkol, dan ikan teri.

Pengolahan produk perikanan dapat dikembangkan dengan melakukan inovasi dan diversifikasi yang bertujuan untuk memenuhi selera konsumen yang beragam, memberikan alternatif dan pengembangan produk serta meningkatkan daya saing produk. Pengolahan ikan tersebut dapat berupa baso ikan, pempek ikan, otak- otak ikan dan siomay ikan. Gemar Konsumsi ikan harus menjadi kebiasaan pola makan dalam keluarga sejak dini, sehingga anak balita terbiasa mengkonsumsi ikan untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Oleh karena itu, sangat diperlukan edukasi kepada masyarakat melalui penyuluhan pemanfaatan pangan lokal dalam mencegah *stunting* pada Balita.

## II. METODE PELAKSANAAN

Desain Pengabdian masyarakat ini menggunakan desain *pre eksperimental* dengan menggunakan pendekatan *one group pre-post test design*. Tempat di Kantor Kelurahan Gubukusuma Tahun 2022, jumlah responden penyuluhan sebanyak 20 Responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini *Purposive sampling*. Dengan kriteria inklusi yaitu orang tua yang memiliki anak yang mengalami masalah gizi,dan kader posyandu kelurahan Gubukusuma.

### 2.1 Tahap Persiapan

Pada tahapan ini, diawali dengan kegiatan dan perizinan dengan pihak pemerintah setempat, pengumpulan data sekunder, persiapan materi penyuluhan dan persuratan kepada pihak- pihak yang akan dilibatkan dalam kegiatan. Adapun yang dipersiapkan selain surat perizinan, juga persiapan materi dan perlengkapan berupa masker, alat tulis, infokus, produk pangan olahan ikan dan lainnya yang akan digunakan pada saat penyuluhan.

### 2.2 Tahap Pelaksanaan

Pada tahapan pelaksanaan, diawali dengan *pre- test* , dan selanjutnya Sambutan – sambutan dari Kecamatan Tidore Utara, Puskesmas Rawat Inap ome, Kelurahan Gubukusuma, Fikes UMMU dan PW Nasyiah Maluku Utara. Dilanjutkan dengan pemberian materi penyuluhan dan pengolahan bahan pangan lokal (ikan) menjadi beberapa produk seperti Baso ikan, Otak- Otak ikan, siomay ikan dan pempek. Setelah itu,pemberian leaflet edukasi *stunting* dan obesitas, kemudian diskusi dan tanya jawab. Kegiatan akhir yaitu monitoring dan evaluasi kegiatan penyuluhan melalui pemberian *post – test*. Hal ini dilakukan sebagai indikator pengukuran pengetahuan gizi peserta dan respon umpan balik dari penyuluhan yang telah dilaksanakan.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** Analisis Hubungan pengetahuan pre- test dan post test Peserta Penyuluhan Gizi di Kelurahan Gubukusuma tahun 2022

Variabel pengetahuan	N	Mean rank	Sum of rank	Nilai p
Post < pretest	2	7,0	14,0	
Post > pretest	9	5,78	52,0	0,087*
Post= pretest	9			
<b>Total</b>	<b>20</b>			

Sumber: data primer, 2022

\*Uji wilcoxon

Peserta kegiatan sebanyak 20 orang yang berasal dari 5 orang kader dan 15 orang ibu rumah tangga yang memiliki anak balita yang memiliki masalah gizi *stunting* dan Obesitas di Kelurahan Gubukusuma. Tabel I menunjukkan bahwa pengetahuan gizi peserta meningkat setelah diberi penyuluhan sebanyak 9 orang yang meningkatkan pengetahuannya (45%), namun belum menunjukkan signifikansi hubungan pengetahuan setelah penyuluhan (Nilai  $p = 0,087$ ) karena sudah ada peserta yang juga telah memiliki dasar pengetahuan yang baik tentang gizi termasuk *stunting* seperti kader posyandu yang selalu mendapatkan bimbingan teknis dari puskesmas. Ada 9 orang (45%) yang pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan, memiliki skor yang sama, dan terdapat 2 orang (10%) yang pengetahuan setelah penyuluhannya lebih kecil dibandingkan pengetahuan sebelum penyuluhan. Pengetahuan yang masih kurang terkait dampak *stunting*. Sebagian besar peserta belum mengetahui dampak jangka panjang masalah *stunting*.

Adapun untuk produk olahan ikan yang dibuat berupa 4 resep makanan yaitu otak- otak goreng, pempek ikan, siomay tuna labu siam, bakso goreng.

**Tabel 2.** Kandungan gizi Produk olahan Ikan

No	Produk olahan	KH	Protein	Lemak
1	Otak- otak Goreng (200 gr ikan madidihan)	108,6 gr	46,3 gr	44,6 gr
2	Pempek Ikan ( 300 gr ikan cakalang)	696,2 gr	70,7 gr	74,5 gr
3	Siomay Tuna Labu Siam (250 gr ikan tuna, 300gr labu siam)	683,5 gr	124,4 gr	16,2 gr
4	Bakso Goreng (500 gr ikan tuna)	104 gr	128,5 gr	62,6 gr

Menu olahan berbasis pangan lokal berupa ikan dapat menjadi alternatif yang disajikan pada anggota keluarga, diantaranya:

1. Otak – otak goreng, Kandungan gizi: 46,3 gr protein, 44,6 gr Lemak, 108,6 gr KH. (untuk 5 porsi dalam 200 gr ikan madidihan/ cakalang).
2. Pempek Ikan, Kandungan nutrisinya (untuk 300gr daging ikan madidihan/ cakalang), sebesar 70,7 Protein, 74,5 gr Lemak, 696,2 gr KH.
3. Siomay Tuna Labu Siam, kandungan gizi : 124, 4 gr Protein; 16,2 gr lemak; 683,5 gr KH,; 31,3 gr serat. (Dalam 250 gr ikan tuna, dan 300 gr labu siam) .
4. Bakso goreng, Kandungan gizinya (untuk 500 gr Ikan tuna) sebesar 1512,7 kkal,; 128,5 g Protein, 62,6 gr, Lemak, 104 gr KH, 158,3 mg Kalsium, 7 mg Zat fe, dan 4,1 gr Zink).

Dengan menggunakan aplikasi *nutrisurvey*, analisis kandungan gizi produk olahan ikan tersebut menunjukkan bahwa produk olahan yang tinggi protein secara berurut adalah Bakso goreng, Siomay Tuna Labu siam, Pempek ikan dan Otak- Otak goreng.

#### IV. PENUTUP

Tidak ada hubungan antara pengetahuan gizi sebelum dan setelah penyuluhan (nilai  $p = 0,087$ ), namun ada peningkatan pengetahuan peserta sebesar 45 % setelah penyuluhan. Hal ini bisa disebabkan karena jumlah peserta yang terbatas dan adanya latar pendidikan peserta yang sebagian besar lulus SMA. Produk olahan ikan seperti Otak- otak goreng, pempek ikan, siomay tuna labu siam, dan bakso goreng merupakan alternatif makanan tinggi protein untuk cegah *stunting* pada anak. Disarankan pentingnya peningkatan kerjasama antara perguruan tinggi dan aparat pemerintah dalam kegiatan pendampingan untuk mendukung program percepatan penurunan *stunting*. Bagi masyarakat, diharapkan dapat mempraktekkan langsung pengolahan produk yang berbahan dasar ikan menjadi diversifikasi produk lain sebagai alternatif makanan sehat untuk anak dan keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ani Margawati, Astri Mei Astuti. 2018. Pengetahuan Ibu, pola makan dan status gizi pada anak stunting usia 1 – 5 tahun di Kelurahan bangetayu, Kecamatan Genuk, Semarang. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6 (2), e-ISSN : 2338-3119, p-ISSN: 1858-4942. Diakses tanggal 2 Februari 2022.
- Aridiyah FO, N Rohmawati & M Ririanty, 2015. Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian stunting pada anak balita di wilayah pedesaan dan perkotaan. *Jurnal Kesehatan*. 3 (1): 163-170. Retrieved from :<https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/2520/2029>.
- FY Arthatiani, Armen Zulham. 2019. Konsumsi ikan dan Upaya Penanggulangan stunting di Provinsi daerah khusus ibukota Jakarta. Akses <http://ejournal-balitbang.kkp.go.id/index.php/mra/article/view/8107>. Diakses tanggal 2 Februari 2022.
- Kemendes RI, 2018. Situasi Balita Pendek (*Stunting*) di Indonesia. Buletin jendela data dan informasi kesehatan. ISSN 2088 – 270X. Jakarta. Akses <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/Buletin-Stunting-2018.pdf>. Diakses tanggal 2 Februari 2022.
- Litbangkes, 2021. Buku Saku hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021. <https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>. Diakses tanggal 2 Februari 2022.
- Mitra. 2015. Permasalahan anak pendek (stunting) dan intervensi untuk mencegah terjadinya stunting (Suatu Kajian Kepustakaan). *J. Kesehatan Komunitas*. 2 (6):254-261.
- Persagi. 2018. Stop Stunting dengan konseling gizi. Jakarta: penebar Plus
- Puskesmas rawat Inap Ome. 2022. Laporan E-PPGBM bulan Februari kelurahan Gubukusuma.