

## Penyuluhan Pencegahan Stunting dengan PMT Melalui Produk Olahahan Puding Sayur dan Pembagian Tablet Tambah Darah di Desa Tulung, Saradan Madiun

### *Stunting Prevention Counseling With PMT Through Processed Vegetable Pudding Products and Distribution of Blood Supplement Tablets in Tulung Village, Saradan Madiun*

Novi Ayuwardani<sup>1</sup>, Sylvia Puspita<sup>1</sup>, Rina Nurmaulawati<sup>1\*</sup>, N Nurfitriawatie<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Sekolah Tinggi Kesehatan Bhakti Husada, Madiun, Indonesia

Email: rina.orin2011@gmail.com

\*Corresponding Author

#### Abstract

*Improving the nutritional status of the community is an effort to reduce the prevalence of stunting in children under five years old, which is one of the priorities in the main targets of the 2020-2024 Medium-Term Development Plan. The utilization of local food is expected to be able to make the community independent in preventing stunting and not always depend on the government. There are many processed food products that can be used as additional food for additional child nutrition, one of which is pudding. Raw materials for making additional food can utilize vegetables and fruits. In this program we made pudding from spinach and pumpkin. Pumpkin has a fairly complete nutritional content such as protein, fiber, carbohydrates, Vitamin A, B and C. While spinach has many excellent benefits because it is a source of calcium, Vitamin A, Vitamin C, Vitamin E, fiber, beta-carotene, and has a very high iron content. This community service activity has been carried out starting from the planning, implementation and evaluation stages. From the results of this activity it can be concluded that the knowledge of the participants of this activity has increased about them about stunting in children and the importance of consuming blood supplement tablets.*

**Keywords:** *Vegetable Pudding; Community Service; Blood Supplement Tablets.*

#### Abstrak

Peningkatan status gizi masyarakat merupakan upaya penurunan prevalensi balita pendek (stunting) menjadi salah satu prioritas dalam sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka Menengah Tahun 2020-2024. Pemanfaatan pangan lokal diharapkan mampu membuat masyarakat mandiri dalam mencegah stunting dan tidak selalu bergantung pada pemerintah. Banyak berbagai produk olahan makanan yang dapat digunakan sebagai makanan tambahan untuk penambahan gizi anak, salah satunya yaitu puding. Bahan baku untuk membuat makanan tambahan dapat memanfaatkan sayur dan buah. Dalam program ini kami membuat puding dari sayur bayam dan labu kuning. Labu kuning memiliki kandungan gizi yang cukup lengkap seperti protein, serat, karbohidrat, Vitamin A, B dan C. Sedangkan bayam memiliki banyak manfaat yang sangat baik karena merupakan sumber kalsium, Vitamin A, Vitamin C, Vitamin E, serat, betakaroten, serta memiliki kandungan zat besi yang sangat tinggi. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini telah terlaksana mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Dari hasil kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan peserta kegiatan ini telah meningkat tentang mereka tentang stunting pada anak serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah.

**Kata Kunci:** *Puding Sayur; Pengabdian Masyarakat; Tablet Tambah Darah*

## Pendahuluan

Peningkatan status gizi masyarakat merupakan upaya penurunan prevalensi balita pendek (stunting) menjadi salah satu prioritas dalam sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka

Menengah Tahun 2020-2024 (RPJMN, 2019). Dampak stunting jangka pendek yaitu peningkatan kejadian kesakitan dan kematian, perkembangan kognitif, motorik dan verbal tidak optimal serta peningkatan biaya kesehatan. Sedangkan dampak jangka panjang stunting yaitu postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, meningkatnya resiko obesitas dan penyakit lain, menurunnya kesehatan reproduksi, kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah serta produktivitas dan kapasitas kerja yang tidak optimal (WHO, 2014).

Faktor langsung yang mempengaruhi kejadian stunting yaitu asupan gizi, riwayat penyakit infeksi, pengetahuan gizi ibu dan keluarga sadar gizi, sedangkan faktor tidak langsung yang mempengaruhi stunting yaitu perilaku hidup bersih dan sehat atau PHBS. Asupan zat gizi memiliki peran besar terhadap pertumbuhan anak hingga remaja. Hal tersebut dibutuhkan dalam mempercepat pembelahan sel dan DNA selama masa pertumbuhan terutama zat gizi energi dan protein (Susetyowati, 2016).

Pemanfaatan pangan lokal diharapkan mampu membuat masyarakat mandiri dalam mencegah stunting dan tidak selalu bergantung pada pemerintah. Banyak berbagai produk olahan makanan yang dapat digunakan sebagai makanan tambahan untuk penambahan gizi anak, salah satunya yaitu puding. Bahan baku untuk membuat makanan tambahan dapat memanfaatkan sayur dan buah. Dalam progam ini kami membuat puding dari sayur bayam dan labu kuning. Labu kuning memiliki kandungan gizi yang cukup lengkap seperti protein, serat, karbohidrat, Vitamin A, B dan C. Sedangkan bayam memiliki banyak manfaat yang sangat baik karena merupakan sumber kalsium, Vitamin A, Vitamin C, Vitamin E, serat, betakaroten, serta memiliki kandungan zat besi yang sangat tinggi. Labu kuning dan bayam dapat dimanfaatkan sebagai bahan tambahan pada olahan puding (Rohmatika, 2017).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul penyuluhan pencegahan stunting dengan pmt melalui produk olahan puding sayur dan pembagian tablet tambah darah di desa tulung kecamatan saradan kabupaten madiun.

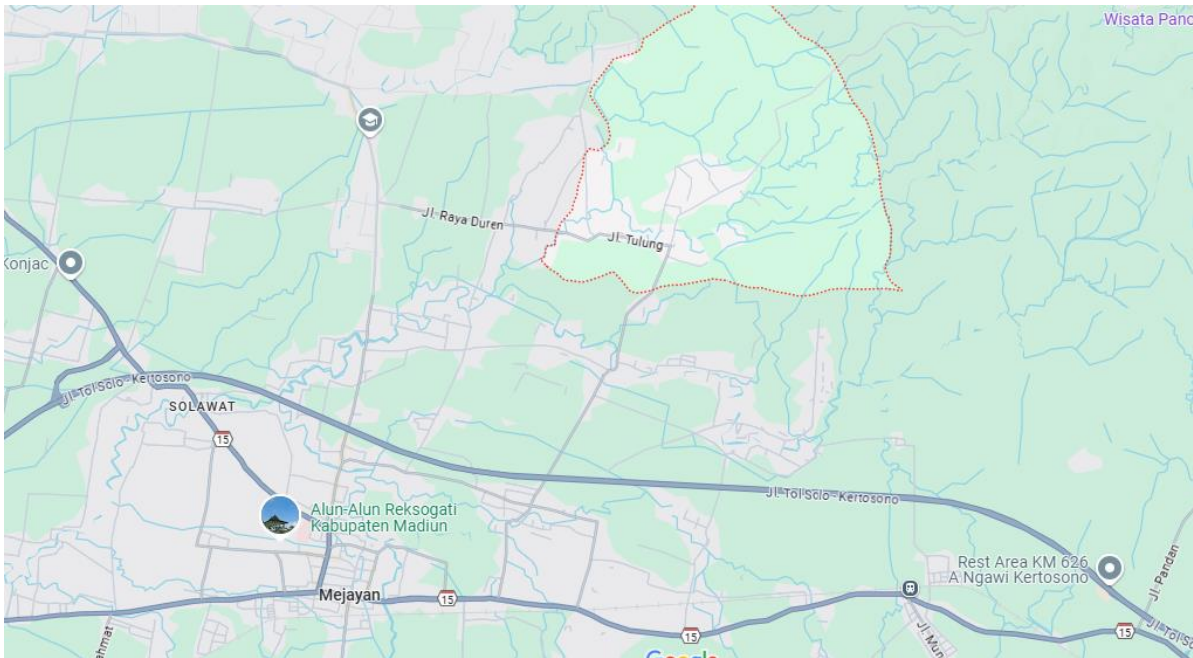
## Metode Pelaksanaan

Adapun tahapan dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai pencegahan stunting dari produk olahan puding sayur serta pembagian tablet tambah darah terdiri dari beberapa tahapan seperti pada **Gambar 1**.



**Gambar 1.** Tahap Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Adapun peta lokasi pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah di Desa Tulung Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun seperti yang dapat dilihat pada **Gambar 2**.



**Gambar 2.** Peta Lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini telah terlaksana mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi dengan lancar. Tahap Perencanaan dalam pengabdian masyarakat ini yaitu mendapatkan izin dari berbagai pihak terkait, tersusunnya materi yang digunakan, pembuatan pudding sayur serta melakukan diskusi dengan bidan desa dan kader posyandu terkait pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Tahap Pelaksanaan meliputi pelaksanaan pre test kemudian pemberian edukasi, demonstrasi serta dilanjutkan diskusi kelompok kecil dan acara kuis yang terakhir adalah pelaksanaan post test, dalam tahap ini peserta yang mengikuti sebanyak 17 orang yang meliputi ibu-ibu PKK dan Perangkat Desa. Tahap evaluasi, mengevaluasi dari edukasi yang diberikan dengan pelaksanaan post test. Adapun hasil produk pudding sayur dapat dilihat pada **Gambar 3**.



**Gambar 3.** Hasil Produk Olahan Puding Sayur

Adapun brosur yang dibagikan kepada peserta pengabdian masyarakat dapat dilihat pada **Gambar 4**.



**Gambar 4.** Brosur Puding Sayur

## Kesimpulan

Dari hasil kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan peserta kegiatan ini telah meningkat tentang mereka tentang stunting pada anak serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah. Hal ini dapat diketahui dari pertanyaan-pertanyaan yang peserta ajukan pada saat kegiatan ini dilaksanakan, dan juga dari hasil evaluasi kuisioner yang di-isi oleh para peserta.

## Daftar Pustaka

- Aritonang I. 2011. *Menilai Status Gizi untuk Mencapai Sehat Optimal*. Leutika. Yogyakarta.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. 2019. *Rencana Pembangunan Jangka Menengah (RPJMN) 2020-2024*.
- Dwi L. 2011. *Ilmu Gizi menjadi Semakin Mudah*. Jakarta. EGC.
- Kuku KE & Nuryanto. 2011. Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2 – 3 Tahun Di Kecamatan Semarang Timur. *Journal Of Nutrition College*. 2(4) : 523 – 530.
- Ratih, R. H. (2017). Pengaruh Pemberian Zat Besi (Fe) Terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Anemia. *Journal Of Midwifery Science Volume 1. Nomor 2*. ISSN : 2579-7077
- Sattu M. 2014. Karakteristik Balita Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Teku Kecamatan Balantak Utara Kabupaten Banggai. *Jurnal Of Natural Science*. 3(3) : 239 – 247.
- Soekirman. 2000. *Ilmu Gizi dan Aplikasi*. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Susetyowati. 2016. *ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- WHO. 2014. *Health for the World's Adolescents: A Second Chance in the Second Decade*. Geneva, World Health Organization Departemen of Noncommunicable disease surveillance. (2014).