



PKM MEWUJUDKAN KELUARGA BERKUALITAS MELALUI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DENGAN PEMBUATAN MAKANAN SEHAT DAN BERGIZI “ OLAHAN NAGET TEMPE” DI KELURAHAN TANJUNG RHU

Rahmi Pramulia Fitri¹, Fitri Silvia², Rahmah Datul Dina³, Nur Amelia⁴

^{1,2,3,4}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email : ¹rahmipramulia86@gmail.com ²fitrisilvia2002@gmail.com ³rahmahdatuldina@gmail.com

⁴nuramelia2802@gmail.com

Abstrak

Tempe merupakan makanan fermentasi dari kacang kedelai (*Glycine max*) dengan bantuan mikroorganisme *Rhizopus sp*, yang saat ini mulai dikembangkan dengan memanfaatkan jenis bahan baku lainnya. Review ini dilakukan untuk memahami potensi pangan lokal fermentasi tempe terkait dengan upaya penurunan angka stunting di Indonesia. Telah banyak dilakukan pengembangan pangan fermentasi tempe selain dari kacang kedelai. Proses fermentasi tersebut cenderung meningkatkan zat gizi makro dan mikro pangan yang dibutuhkan oleh tubuh untuk menunjang pertumbuhan yang optimal sehingga pada akhirnya mampu mencegah stunting. Tujuan pengabdian ini adalah suatu upaya untuk mencegah Stunting sejak dini serta memberikan pemahaman kepada masyarakat di kelurahan Tanjung Rhu bahwa pola makan menjadi faktor tingginya tingkat Stunting. Hasil dari pengabdian ini naiknya semangat dan meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai Stunting dan pola makan untuk pencegahan stunting salah satunya n kegiatan pembuatan olahan nugget tempe ini.

Abstract

*Tempeh is a fermented food from soybeans (*Glycine max*) with the help of microorganisms *Rhizopus sp*, which is currently starting to be developed by utilizing other types of raw materials. This review was conducted to understand the potential of tempeh fermented local food related to efforts to reduce stunting rates in Indonesia. There has been a lot of development of fermented tempeh food apart from soybeans. The fermentation process tends to increase macro and micronutrients needed by the body to support optimal growth so that in the end it can prevent stunting. The purpose of this service is an effort to prevent stunting from an early age and provide an understanding to the community in Tanjung Rhu village that diet is a factor in the high level of stunting. The result of this service is the increase in enthusiasm and increasing public understanding of stunting and diet for stunting prevention, one of which is the activity of making processed tempeh nuggets.*

PENDAHULUAN

Stunting Balita Pendek (Stunting) adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan Salah satu ermasalahan yang masih belum oleh teratasi di kelurahan Tanjung Rhu ini adalah asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat

anak berusia dua tahun (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016) dalam (Kinanti, 2020).

Kejadian balita pendek atau biasa disebut dengan stunting merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia saat ini. Pada tahun 2017, 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting. Pada tahun 2017, lebih dari setengah balita stunting di dunia berasal dari Asia (55%) sedangkan lebih dari sepertiganya (39%) tinggal di Afrika (Saputri & Tumangger,

2019). Berdasarkan data dari kelurahan Tanjung Rhu, pada bulan desember ada sekitar 27 anak yang mengalami stunting. Maka dari itu, mahasiswa KKNT akan berupaya memberikan pengetahuan dan intervensi mengenai bagaimana cara pencegahan stunting di Kelurahan ini.,Nah salah satu cara yang dilakukan oleh mahasiswa KKNT adalah pembuatan makan sehat dan bergizi dari olahan Nugget Tempe.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang di lakukan dalam pengamndian masyarakat kepada masyarakat melalui Kuliah Kerja Nyata Tematik, yaitu :

1. Observasi

Observasi adalah metode yang digunakan untuk mendapatkan kesimpulan atau gambaran tentang suatu obyek. Mahasiswa KKNT melakukan pendataan tentang Jumlah Stunting di Kelurahan Tanjung Rhu Jenis Kelamin.

1	data kasus Stunting >5 tahun	13	14	27
	Total			27 Balita

Table 1. data kasus stunting yang berusia < 5 thn
**data ini akan terus update, jika nantinya ada balita yang pindah /tinggi badan sudah normal/ umur sudah 5 tahun .*

2. penyuluhan

Penyuluhan adalah kegiatan yang digunakan untuk memberikan informasi dan berbagai kemampuan kepada individu ataupun kelompok.

Mahasiswa KKNT melakukan penyuluhan dengan mengumpulkan kader posyandu dan jga memberikan leaflet kepada masyarakat, agar masyarakat lebih peka terhadap kasus stunting

3. Demokrasi

Metode demokrasi adalah suatu kegiatan yang dilakukan dengan memeragakan pembuatan, langkahlangkah suatu materi yang sedang disajikan. Mahasiswa KKNT melakukan Demokrasi dengan cara membuat olahan makanan sehat dan bergizi dengan olahan Nugget Tempe.

HASIL DAN PEMBAHASAN PELAKSANAAN

Keberhasilan pelaksaan KKNT di kelurahan Tanjung Rhu dapat dilihat dari 2 tolak ukur sebagai berikut :

1. Respons positif dari masyarakat dan kelurahan Tanjung Rhu

Respon dari pihak kelurahan dan masyarakat yang ikut serta dalam pembuatan nugget tempe yang menyangkut kesan, saran, kritik dan keaktifan masyarakat dalam program makanan sehat dan bergizi “olahan nugget tempe” yang positif

2. Keberhasilan dalam produk dan keterampilan masyarakat.

Keterampilan masyarakat di observasi dari keaktifan masyarakat dalam program makanan sehat dan bergizi “olahan nugget tempe”

KESIMPULAN

Dari hasil evaluasi yang kami peroleh selama pelaksanaan kegiatan KKNT ini, dapat disimpulkan bahwa Salah satu permasalahan yang masih belum teratasi di kelurahan Tanjung Rhu ini adalah Stunting. Balita Pendek (Stunting) adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Bentuk upaya mencegah dan mengurangi Stunting dengan mengomsumsi makanan yang sehat dan bergizi, mahasiswa KKNT akan berupaya memberikan pengetahuan dan intervensi mengenai bagaimana cara pencegahan stunting di Kelurahan ini.,Nah salah satu cara yang dilakukan oleh mahasiswa KKNT adalah pembuatan makan sehat dan bergizi dari olahan Nugget

Tempe, Upaya itu di lakukan dengan metode observasi, penyuluhan dan demokrasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Wicaksana, A. A., Munawaroh, A.E. S., Azhari, S. W., Lestari, A.,Luthfiyasha, F. F., Azzahra, N. S., ... & Faozi, E. (2022, August). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita terhadap Status Gizi melalui Sosialisasi dan Demonstrasi PMBA dengan Pemanfaatan Pangan Lokal Tempe di Desa Bakipandeyan. In *Proceeding National Health Conference of Science* (pp. 107113).
- Kirana, D. N., Ningsih, K. W., FS, R. P., & Martilova, D. (2021). Pemberdayaan pasien COVID-19 untuk meningkatkan derajat kesehatan di Puskesmas Kampar Kiri Hilir. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(4), 2062-2072.
- Risma, R., & Nurhaeda, N.(2022). Pemberian Nugget Tempe Kedelai Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Gizi Kurang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(6), 7002-7013.