PRO SEJAHTERA
(Prosiding Seminar Nasional Pengabdian kepada Masyarakat) *p-ISSN 2656-5021*
Volume 5 Halaman 257-261 Maret 2023 *e-ISSN 2657-1579*

PELATIHAN PEMBUATAN NUGGET WASAKA BERBASIS BAHAN PANGAN LOKAL LAHAN BASAH SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Norma Yuni Kartika [1]*, Lina Suherty[2], Nur Hidayah[1], Ghina Salsabilla Tasya Anwar[1]
[1]Program Studi Geografi, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, 70123, Indonesia
[2]Program Studi Ekonomi dan Bisnis, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, 70123, Indonesia
*Penulis korespondensi: norma.kartika@ulm.ac.id

Abstrak. Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan sosialisasi terkait stunting yang menjadi aspek pembelajaran dini serta ilmu tambahan kepada ibu-ibu terkait penjelasan umum tentang stunting dan bagaimana pencegahan sedini mungkin. Kelurahan Landasan Ulin Utara, Kota Banjarbaru Kalimantan Selatan merupakan wilayah dengan prevalensi keluarga beresiko stunting tertinggi se-kota tahun 2021. Salah satu determinan stunting adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang asupan pada saat pemberian MPASI anak usia 6-24 bulan yang bergizi dan sehat. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu memberikan pelatihan kepada ibu di Posyandu Kasih Ibu yang berada di Kampung Keluarga Berkuallitas (KB) Wengga Laura membuat nugget Wasaka atau Waluh Sayur Kalakai. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan mengedukasi seputar stunting, selanjutnya dengan memberikan pelatihan masalah olahan Nugget Wasaka kepada kader-kader di Posyandu Kasih Ibu. Pemberian makanan pendamping asi dapat berbasis dengan bahan pangan lokal namun di modifikasi sedemikian rupa agar menjadi olahan yang menarik, enak dan juga sehat. Kalimantan Selatan dikenal sebagai daerah lahan basah yang memiliki tanaman khas dengan nama latin *crookneck pumpkin* (labu kuning) atau dalam bahasa Banjar disebut *waluh* dan *Stenochlaena palustris* yang dikenal dengan nama *kalakai*. daun kelakai mengandung zat aktif yaitu zat besi (Fe), kalsium, vitamin C, dan vitamin A. labu kuning/waluh nilai gizi yang tinggi, rendah karbohidrat tetapi kaya akan serat, mineral dan juga vitamin. Pengolahan menu untuk makanan MPASI bayi sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak dan mencegah permasalahan kesehatan pada anak khususnya dalam hal stunting. Pemberian makanan pendamping asi dapat berbasis dengan bahan pangan lokal namun di modifikasi sedemikian rupa agar menjadi olahan yang menarik, enak dan juga sehat.

Kata kunci: kalakai, nugget, pencegahan, *stunting*, waluh

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka stunting hingga 40% pada tahun 2025 (Pusdatin Kemenkes RI, 2018). Stunting menjadi salah satu dari isu masalah kesehatan yang ditangani pemerintah Republik Indonesia secara serius sejak tahun 2018. Prevalensi di atas 20% dari tahun ke tahun menjadi dasar kuat untuk segera ditanggulangi karena hal ini menentukkan kualitas bangsa kedepannya. Stunting adalah kekurangan gizi pada bayi di 1000 hari pertama kehidupan yang berlangsung lama dan menyebabkan terhambatnya perkembangan otak dan tumbuh kembang anak (BKKBN, 2021). Stunting menggambarkan status gizi kurang yang bersifat kronik pada masa pertumbuhan dan perkembangan sejak awal kehidupan.

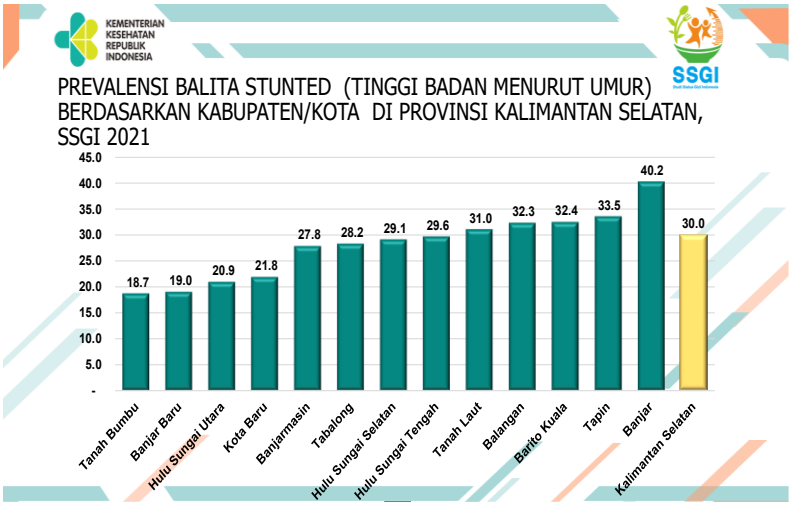
Stunting disebabkan oleh asupan zat-zat gizi yang tidak cukup atau penyakit infeksi yang berulang, atau kedua-duanya. Stunting dapat juga terjadi sebelum kelahiran dan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola asuh makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi penyakit infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan (Ratmana, 2019). Menurut *Unicef Framework* ada 3 faktor utama penyebab stunting yaitu asupan makanan yang tidak seimbang, BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) dan riwayat penyakit (Wijayanti, 2019). Asupan gizi yang tidak seimbang ini berhubungan dengan kepuasan gizi. Namun, meskipun banyak faktor yang mempengaruhi, asupan gizi merupakan faktor langsung penyebab stunting pada anak usia dini.

Pada usia sejak bayi, pengolahan menu khususnya sebagai makanan pendamping asi (MPASI) sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak sejak dini guna mencegah beberapa permasalahan kesehatan khususnya stunting. Peran penting orang tua khususnya ibu akan pengetahuan terhadap pola konsumsi anak juga perlu ditinjau ulang. Kenyataannya masih banyak para ibu diluar sana yang masih asing dengan beberapa hal

© 2022 Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat

mengenai pengolahan menu yang seimbang sebagai makanan pendamping asi (Letsoin, Yauri, & Silva, 2019). Rendahnya pengetahuan ibu dalam pengolahan menu MPASI pada bayi sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak.

Pengendalian stunting di Kalimantan Selatan merupakan salah satu fokus utama pengendalian di Indonesia. Berdasarkan Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) pada tahun 2019, angka prevalensi stunting nasional diperoleh sebesar 27,7%. Sementara itu, angka prevalensi stunting Provinsi Kalimantan Selatan sebesar 31,75%, yang menandakan bahwa Kalimantan Selatan dapat dikatakan sebagai wilayah kronis Berdasarkan hasil prevalensi balita stunted (tinggi badan menurut umur) provinsi Kalimantan Selatan, stunting di Kota Banjarbaru sebanyak 19% pada tahun 2021 (Gambar 1).



Gambar 1. Prevalensi *STUNTING* di Kabupaten/Kota Provinsi Kalimantan Selatan (Sumber: SSGI, 2021)

Salah satu program pengendalian stunting yaitu pengabdian kepada masyarakat, dimana fokus utama yaitu turun ke kampung yang sudah ditetapkan menjadi kampung percontohan keluarga berkualitas. Kampung Keluarga Berkualitas (KB) Wengga Laura RW V Kelurahan Landasan Ulin Utara didirikan sejak tahun 2018 dan pada tahun 2021 oleh Dinas Pengendalian Penduduk, Keluarga Berencana, Pemberdayaan Masyarakat, Perempuan dan Perlindungan Anak (DPPKBPM) ditetapkan sebagai Kampung KB Percontohan. Kelurahan Landasan Ulin Utara, Kota Banjarbaru Kalimantan Selatan merupakan wilayah dengan prevalensi keluarga beresiko stunting tertinggi se-kota Banjarbaru tahun 2021.

Pengolahan menu untuk makanan MPASI bayi sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak dan mencegah permasalahan kesehatan pada anak khususnya dalam hal stunting. Pemberian makanan pendamping asi dapat berbasis dengan bahan pangan lokal namun di modifikasi sedemikian rupa agar menjadi olahan yang menarik, enak dan juga sehat. Melakukan edukasi dan pelatihan kepada kader-kader posyandu tentang penanggulangan stunting dengan memanfaatkan potensi alam yang ada yaitu tanaman kelakai dan waluh (labu kuning) sebagai bahan pangan lokal yang bisa mencadi campuran didalam olahan Nugget Wasaka (Waluh Sayur Kalakai) sebagai olahan MPASI upaya pencegahan stunting. Kelakai (*Stenochlaena palustris*) merupakan salah satu tumbuhan khas hutan rawa yang memiliki keragaman nutrisi dan khasiat.

Manfaat dari mengkonsumsi tanaman kelakai sangat banyak yaitu sebagai obat diare, pereda demam, mengobati sakit kulit dan masyarakat dayak mempercayai bahwa kelakai bisa digunakan untuk obat penambah darah dan obat awet muda. Selama ini bagian kelakai yang dikonsumsi oleh masyakarat dan dipercayai sebagai bahan obat tradisional adalah bagian daun. Banyak penelitian yang sudah dilakukan untuk membuktikan kebenaran khasiat yang dimiliki oleh daun kelakai. Beberapa penelitian membuktikan bahwa daun kelakai mengandung zat aktif yaitu zat besi (Fe), kalsium, vitamin C, dan vitamin A (David, 2018).

Labu Kuning/waluh merupakan makanan yang sangat mudah ditemukan di masyarakat dan disekitar kita. Waluh ini termasuk tanaman yang memiliki nilai gizi yang tinggi, rendah karbohidrat tetapi kaya akan serat, mineral dan juga vitamin. Penelitian tentang zat gizi labu kuning telah banyak dilakukan. Salah satunya yaitu retensi

© 2022 Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat

karoten dalam berbagai produk olahan labu kuning yang menyimpulkan bahwa retensi karoten pada produk kerupuk sebesar 79,44%, biscuit 71,27% dan mie 64,46%. Artinya walaupun sudah diolah menjadi berbagai produk kandungan beta karoten waluh tetap masih di atas 50% (Ranonto et al, 2015).

Gambar 2. Bahan – bahan pembuatan nugget Wasaka

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu dan kader-kader posyandu dalam penenggulangan stunting melalui pelatihan pembuatan nugget wasaka. Melalui kegiatan ini diharapkan mereka dapat mengolah makanan bergizi tinggi yang disukai anak-anak walaupun dari dari bahan pangan local yang mudah didapat dan murah. Dengan demikian maka stunting pada anak balita dapat dicegah.

Melalui Kampung KB, BKKBN diberikan amanat untuk berkontribusi dalam mempercepat perbaikan gizi, khususnya masalah stunting. Melalui edaran sekretaris utama nomor 2/SE.SES/B1/2019 tentang pelaksanaan kegiatan dana bantuan operasional keluarga berencana tahun anggaran 2019, terkait dengan program ini program kampung KB juga dibentuk dengan prioritas pada desa terpapar stunting.

Kampung KB merupakan salah satu program dari pemerintah yang dibentuk sebagai wadah pemberdayaan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas hidup masyarakat ditingkat kampung serta pembangunan sektor dalam mewujudkan keluarga yang berkualitas. Menurut BKKBN (2019) kampung KB merupakan salah satu inovasi strategis dalam upaya realisasi pelaksanaan kegiatan-kegiatan Program Bangga Kencana. Mardiyono (2017) mengungkapkan adanya kampung KB di setiap daerah tidak hanya berbicara tentang alat kontrasepsi, tetapi ada beberapa manfaat lain yaitu mengentaskan kemiskinan, menyejahterakan masyarakat juga melaksanakan program dalam sektor pembangunan.

2. METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada tahun 2021 di Posyandu Kasih Ibu, Kelurahan Landasan Ulin Utara, Kota Banjarbaru. Target sasran, ibu-ibu yang berada di posyandu yang sedang membawa anak-anak. Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Program Kemitraan Masyarakat (PKM) di Kampung Keluarga Berkualitas (KB) Wengga Laura menggunakan beberapa metode.

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan mengedukasi seputar stunting, selanjutnya dengan memberikan pelatihan masalah olahan Nugget Wasaka kepada kader-kader di Posyandu Kasih Ibu. Pada tahap pertama yaitu dilakukan edukasi terhadap ibu hamil, ibu menyusui dan balita dibawah 2 tahun. Edukasi tentang pentingnya peningkatan status gizi dari 1000 Hari Pertama Kehidupan agar pertumbuhan dan perkembangan balita dapat berjalan dengan optimal dan terhindar dari berbagai macam penyakit terutama stunting. Tahap kedua adalah dengan memberikan pelatihan memasak Nugget Wasaka kepada kader-kader di Posyandu Kasih Ibu dan pada akhir kegiatan tersebut semua anak dibagiakan makanan hasil kegiatan pelatihan memasak nugget wasaka bersama kader-kader Posyandu Kasih Ibu.

© 2022 Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian di Kampung Keluarga Berkualitas (KB) Wengga Laura untuk meningkatkan peranan ibu dalam membantu deteksi dini sebagai upaya penurunan stunting, maka diperlukannya edukasi kepada ibu untuk menjaga asupan gizi dan pola hidup sehat pada anak terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan yang sangat penting terhadap intervensi untuk penurunan stunting. Masih banyak masyarakat terkhusus ibu-ibu yang sedang memiliki balita/anak belum mengetahui terkait stunting baik dari pengertian, ciri ciri, dampak dan lain sebagainya Adanya sosialisasi terkait stunting yang menjadi aspek pembelajaran dini serta ilmu tambahan terkait penjelasan umum tentang stunting dan bagaimana pencegahan sedini mungkin.

Edukasi yang dilaksanakan berupa penyampaian tentang pengertian *stunting*, ciri-ciri *stunting*, penyebab stunting dan mengapa stunting perlu ditanggulangi,serta bagaimana cara menaggulangi stunting, banyak lagi pemahaman yang dipaparkan terkait *stunting* agar mayarakat tekhusus ibu-ibu yang menghadiri imunisasi di posyandu Kasih Ibu lebih memperhatikan pola hidup dan asupan gizi balita. Dilakukan pula edukasi untuk selalu melakukan pengecekan ke fasilitas kesehatan terdekat bagi balita karena pendek belum tentu terkena stunting namun apabila terkena *stunting* sudah pasti pendek, selain balita juga di anjurkan kepada calon pengantin dan ibu hamil yang harus selalu memeriksakan diri, memperhatikan asupan gizi dan pola hidup sehat karena pencegahan *stunting* dimulai dari calon pengantin hingga 1000 hari kehidupan pertama.

Gambar 3. Edukasi bersama kader posyandu dan ibu-ibu terkait materi *stunting*

Gambar 4. Pemberian hasil olahan nugget Wasaka kepada anak-anak

Setalah dilakukan edukasi, kegiatan selanjutnya adalah pendampingan pengolahan Nugget Wasaka menjadi variasi olahan MPASI. Kegiatan pendampingan ini dilakukan bertepatan pada saat kegiatan posyandu

© 2022 Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat

dilaksanakan. Setelah praktik dan pendampingan pembuatan olahan nugget wasaka hasil olahan tersebut lalu dibagikan ke anak-anak yang datang pada saat kunjungan di posyandu.

4. SIMPULAN

Potensi alam yang ada yaitu tanaman kelakai dan waluh (labu kuning) sebagai bahan pangan lokal yang bisa mencadi campuran didalam olahan Nugget Wasaka (Waluh Sayur Kalakai) sebagai olahan MPASI upaya pencegahan stunting. Kelakai (*Stenochlaena palustris*) merupakan salah satu tumbuhan khas hutan rawa yang memiliki keragaman nutrisi dan khasiat. Labu Kuning/waluh merupakan makanan yang sangat mudah ditemukan di masyarakat dan disekitar kita. Waluh ini termasuk tanaman yang memiliki nilai gizi yang tinggi, rendah karbohidrat tetapi kaya akan serat, mineral dan juga vitamin. Program edukasi ini akan membantu para ibu untuk lebih memperhatikan jenis makanan anak untuk mencegah stunting.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih pada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Univesitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan support baik materi maupun non materi melalui program Penelitian Dosen Wajib Mengabdi (PDWA) Tahun 2022. Terima kasih pada ketua program studi dan rekan sejawat di Geografi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat..

6. DAFTAR PUSTAKA

Marta, A., Purba, C. G., Putri, M. C., Saulina, N., Elvina, N. P., Maulina, N., ... & Gusnedi, W. I. (2022). Inovasi Mahasiswa Kukerta UNRI 2022 dalam pencegahan stunting di Wilayah Kampung KB RW 08 Kelurahan Tangkerang Barat. *Abdimas Ekodiksosiora: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ekonomi, Pendidikan, dan Sosial Humaniora (e-ISSN: 2809-3917)*, *2*(2), 66-75.

Norfai, N., & Abdullah, A. (2021). Determinan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Pekauman Kota Banjarmasin. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, *10*(1), 131-144.

Samah, D. A., zahra Bachtiar, B. F. A., AzZahra, A. A., Ramadhani, Y. P. R., Afandi, A., Wahyuni, O. S., & Katmawanti, S. (2022). Peningkatan literasi ibu sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Wonorejo Kabupaten Malang. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(1), 48-56.

Setyawati, V. A. V., & Ramadha, F. (2020). Pengaruh kampung KB pada intervensi gizi sensitif stunting di Desa Janegara. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, *9*(1), 42-47.

Yuniarti, K. N. (2020). Diversifikasi produk olahan kolang kaling dan kelakai untuk meninkatkan ekonomi masyarakat di sekitar lahan basah. In *PRO SEJAHTERA (Prosiding Seminar Nasional Pengabdian kepada Masyarakat)* (Vol. 2, No. 1).

© 2022 Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat