

# PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PENANGGULANGAN DAN PENCEGAHAN STUNTING DENGAN PEMANFAATAN PRODUK LOKAL BERUPA PUDING ALPUKAT

Mirna Ria Andini<sup>1</sup>, Muhammad Ardiansyah<sup>2</sup>, Ilham Juliwardi<sup>3</sup>, Andri Yusmindra<sup>4</sup>,  
Lisma Husna<sup>5</sup>, Wiwi Andari<sup>6</sup>.

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Teuku Umar, Aceh, Indonesia

\*mirnaryandi@utu.ac.id

## Abstrak

Masalah stunting merupakan tantangan Kesehatan Masyarakat global yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak secara jangka Panjang, penanggulangan stunting memerlukan pendekatan holistic yang melibatkan berbagai elemen, termasuk pemberdayaan Masyarakat dan pemanfaat sumber daya local. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran pemanfaatan produk local dan menguatkan partisipasi Masyarakat dalam proses tersebut. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini mengumpulkan data melalui wawancara mendalam dengan ibu-ibu. Dan pemangku kepentingan ditingkat komunitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan produk lokal, seperti makanan bernutrisi tinggi dari daerah sekitar, dapat menjadi sumber gizi yang berharga untuk pertumbuhan anak-anak. Selain itu, pendekatan ini juga mendorong partisipasi aktif Masyarakat dalam produksi, distribusi, dan konsumsi produk local penelitian ini memberikan wawasan tentang bagaimana kolaborasi antara Masyarakat, pemerintah, dan sektor swasta dapat memperkuat Upaya penanggulangan stunting melalui pemanfaatan produk local. Dengan mengedepankan kerja sama lintas sektor dan pendekatan berbasis komunitas, Langkah-langkah pemberdayaan Masyarakat ini memiliki potensi untuk menghasilkan dampak positif dalam mengatasi masalah stunting dan meningkatkan kesejahteraan anak-anak di tingkat lokal.

*Keywords:* pemberdayaan Masyarakat; pemanfaatan produk local; penanggulangan stunting; gizi anak.

## ABSTRACT

*The problem of stunting is a global public health challenge that affects the growth and development of children in the long term, tackling stunting requires a holistic approach that involves various elements, including community empowerment and utilization of local resources. This study aims to analyze the role of utilizing local products and strengthening community participation in the process. Through a qualitative approach, this study collected data through in-depth interviews with mothers. And stakeholders at the community level. The results of the research show that the use of local products, such as highly nutritious food from the surrounding area, can be a valuable source of nutrition for growing children. In addition, this approach also encourages active community participation in the production, distribution and consumption of local products. This research provides insight into how collaboration between communities, government and the private sector can strengthen stunting prevention efforts through the use of local products. By promoting cross-sectoral collaboration and a community-based approach, these Community Empowerment Measures have the potential to have a positive impact on tackling stunting and improving children's welfare at the local level*

*Keywords:* community empowerment; utilization of local products; stunting control; child nutrition.

## 1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan program wajib bagi mahasiswa Universitas Teuku Umar yang bertujuan untuk mengimplementasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh selama masa perkuliahan dalam upaya memberikan kontribusi nyata bagi masyarakat. Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini diarahkan untuk memungkinkan mahasiswa terlibat langsung dan berperan aktif dalam lingkungan masyarakat, sekaligus mendapatkan pengalaman dan pengetahuan yang tidak dapat diperoleh dari perkuliahan. Ilmu pengetahuan memiliki peran

sangat penting dalam kehidupan, dan pendidikan menjadi salah satu jalur penting untuk menuntut ilmu. Stunting merupakan kondisi dimana pertumbuhan anak balita (di bawah usia 5 tahun) terhambat, disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang berkepanjangan, menyebabkan anak tampak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari seharusnya sesuai usianya. Defisiensi gizi dapat terjadi mulai dari periode kehamilan hingga awal kehidupan bayi, tetapi gejala stunting baru terlihat ketika anak mencapai usia 2 tahun. Stunting pada anak dapat disebabkan oleh kurangnya efektifitas periode 1000 hari pertama kehidupan, periode ini mendapatkan peran penting dalam menentukan pertumbuhan fisik, dan produktivitas seseorang di masa depan [1].

Dalam mengatasi masalah stunting, perlu dilakukan pemantauan angka kejadian stunting baik di tingkat nasional, provinsi, maupun kabupaten. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan penurunan angka stunting dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di tahun 2022 [2]. Prevalensi stunting di Aceh menurun dari angka 2007 sampai 2018 yaitu 7,3% dan stunting pada balita di Aceh menduduki peringkat ke-3 dari 34 provinsi di Indonesia dengan prevalensi 37,3%, sementara angka stunting pada anak dibawah 2 tahun menduduki peringkat ke-1 dari 34 provinsi dengan prevalensi sebesar 37,9%. Prevalensi stunting di Aceh Tengah tercatat pada tahun 2019 sebanyak 13,80% [2]. Desa Dedingin adalah salah satu desa yang berada di wilayah Aceh Tengah, Kec.Kute Panang [3]. Pelayanan Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) merupakan salah satu upaya pemerintah dalam memberikan pelayanan kesehatan dasar bagi masyarakat, terutama ibu hamil, ibu menyusui, balita, dan anak-anak di bawah lima tahun. Posyandu bertujuan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara rutin, memberikan imunisasi, serta memberikan informasi dan edukasi tentang kesehatan dan gizi yang seimbang. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) juga merupakan program yang diberikan melalui Posyandu untuk memberikan makanan tambahan kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan anak-anak balita. PMT bertujuan untuk meningkatkan asupan nutrisi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak secara optimal. Dalam Upaya pencegahan stunting, pemanfaatan produk lokal seperti puding alpukat sebagai PMT menjadi alternatif yang menarik. Puding alpukat memiliki kandungan gizi yang tinggi dan disukai oleh anak-anak, sehingga dapat menjadi solusi untuk meningkatkan asupan nutrisi bagi ibu-ibu dan anak-anak di Desa Dedingin. Dengan memahami latar belakang masalah di atas, perlu dilakukan intervensi yang tepat dan terintegrasi melalui Posyandu dan program PMT(pemberian makanan tambahan) puding alpukat untuk mengatasi stunting dan masalah gizi di Desa Dedingin,puding alpukat sangat baik bagi Kesehatan, ada beberapa vitamin yang terkandung di dalam pudding alpukat seperti vitamin A, C, B, B6, B12, dan E untuk memperkuat tulang dan gigi terutama untuk anak-anak. Melalui program ini, diharapkan masyarakat dapat lebih peduli terhadap kesehatan dan gizi, serta menerapkan pola makan sehat dan bergizi bagi ibu hamil serta anak-anak guna mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

## **2. METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif sebagai metode penyelidikan. Fokus penelitian adalah untuk mengeksplorasi pemahaman masyarakat terkait stunting serta pandangan mereka mengenai penerimaan makanan olahan yang cocok atau tidak cocok untuk dikonsumsi oleh ibu hamil dan anak usia 6 bulan hingga 5 tahun. Makanan olahan dari produk lokal berbahan dasar alpukat, seperti pudding alpukat, menjadi fokus penelitian sebagai salah satu aspek upaya pencegahan stunting dengan memperhatikan asupan gizi bagi ibu hamil. Subjek penelitian melibatkan individu yang menjadi sumber informasi, terutama ibu hamil dan anggota kader posyandu, yang merupakan bagian dari masyarakat di Desa Dedingin..

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini bertujuan untuk mendukung pelaksanaan kegiatan dengan menggunakan teknik wawancara guna menggali pemahaman ibu hamil mengenai risiko stunting, serta untuk mengetahui cara ibu hamil memperlakukan alpukat sebagai makanan tambahan. Sementara itu, teknik dokumentasi digunakan untuk merekam semua proses kegiatan dalam pengolahan pangan lokal berbahan dasar alpukat, termasuk data terkait stunting yang terdapat di Desa Dedingin.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil pengenalan bersama ibu hamil dan anggota kader posyandu, mereka memahami bahwa stunting merupakan kondisi kekurangan gizi di mana anak mengalami pertumbuhan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan dengan anak seusianya. Faktor ini disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang diterima oleh ibu selama masa kehamilan, yang menyebabkan anak mengalami hambatan pertumbuhan yang dimulai sejak periode pertumbuhannya dan baru terlihat ketika anak mencapai usia dua tahun. Stunting pada anak disebabkan oleh kurangnya perhatian ibu terhadap pola makan selama kehamilan dan kurangnya praktik gaya hidup sehat. Sebagian besar penduduk, yang mayoritasnya (95%) adalah petani alpukat dan kopi, menghasilkan berbagai jenis pangan lokal yang dapat dikonsumsi oleh masyarakat, termasuk ibu hamil dan anak usia 6 bulan hingga 5 tahun.

Menurut hasil analisis di Desa Dedingin terdapat banyak pangan lokal yang memiliki gizi luar biasa dan dapat mencegah stunting salah satunya buah alpukat, buah alpukat sangat mudah di dapatkan di Desa Dedingin.

Dari hasil observasi yang dilakukan pada Kegiatan Program PMT Posyandu, kami menghadirkan makanan tambahan berupa Program PMT (Pemberian Makanan Tambahan) yaitu Puding Alpukat yang telah kami ciptakan sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting serta pemanfaatan produk local guna memajukan sektor pertanian dan industri lokal, dengan menggunakan olahan buah-buahan dari petani daerah desa Dedingin sebagai bahan utama program PMT (Pemberian Makanan Tambahan) dan olahan buah dalam bentuk pudding. Pada kegiatan kami saat sosialisasi kepada masyarakat kami menciptakan pudding alpukat untuk diberikan kepada ibu hamil dan balita yang ada di desa Dedingin.

Puding alpukat merupakan bentuk makanan olahan dengan olahan kandungan gizi yang baik [4]. Makanan yang aman sehat, dan bergizi bagi balita dapat mencegah terjadinya stunting langkah pertama yang harus dilakukan untuk pembuatan pudding alpukat adalah:

- a. Kupas alpukat terlebih dahulu lalu masukkan Susu UHT.
- b. Gula Pasir
- c. Susu Kental Manis secukupnya. Dan dihaluskan dengan blender.
- d. Siapkan wajan, dan panaskan di atas kompor campurkan susu cair putih.
- e. Masukkan gula pasir, agar-agar dan air lalu masak dengan api kecil sambil diaduk hingga mendidih, matikan kompor. Biarkan uap panasnya menghilang. Setelah adonan pudding matang dan mendidih, matikan api dan angkat adonan. Tiriskan terlebih dahulu. Setelah agak dingin dan sebelum mengeras, masukkan alpukat yang telah dihaluskan bersamaan dengan susu cair. Alpukat yang telah dihaluskan harus dimasukkan terakhir setelah adonan agak

dingin, hal ini untuk mencegah agar alpukat tidak menjadi pahit, kemudian tuangkan adonan kedalam loyang, tunggu hingga mengeras.

- f. Kemudian siapkan wajan dan masukkan Milo campurkan dengan susu cair, gula pasir, agar-agar dan air aduk hingga mendidih di api kecil.
- g. Kemudian tuang diatas puding alpukat secara bertahap, dan dinginkan.
- h. Puding alpukat siap disajikan keberadaan makanan tambahan sehat ini menjadi kontributor penting dalam mendukung pencegahan stunting di desa Dedingin.

Puding alpukat ini ditujukan untuk dikonsumsi oleh ibu hamil dan menyusui maupun anak-anak penderita stunting. Kandungan gizi dalam pudding alpukat ini diharapkan mampu memenuhi asupan gizi yang baik bagi penderita stunting, selain itu pudding alpukat ini juga mengandung nutrisi yang baik bagi ibu hamil yakni kalori 114, serat makanan 6 g, total gula 0,2g, kalsium 345 mg, natrium 5,5mg, magnesium 19,5mg dan vitamin A.

Pemilihan pudding alpukat sebagai jenis makanan olahan karena pudding mudah untuk didapati dan di praktikkan Kembali oleh ibu-ibu ramah tangga di Desa Dedingin, pembuatan pudding ini membutuhkan bahan-bahan yang mudah untuk ditemukan, sehingga dengan itu ibu-ibu dapat dengan mudah jika ingin mempraktikkannya Kembali. Dalam kegiatan ini tampak ibu-ibu peserta kegiatan ini sangat antusias dalam mengikuti penyuluhan praktik PMT. Sehingga diharapkan melalui kegiatan ini dapat menambah pengetahuan ibu-ibu terkait stunting dan gizi yang baik. Selain itu, diharapkan pula dengan mengikuti penyuluhan PMT ini pengolahan makanan tersebut, ibu-ibu tersebut mau untuk mempraktekkan dan mengolah makanan yang sehat dan bergizi untuk asupan keluarganya.

Adapun kegiatan penyuluhan PMT yang dilakukan oleh kelompok KKN Desa Dedingin dapat memberikan kontribusi nyata dalam pencegahan stunting dan kesejahteraan anak-anak. Melakukan wawancara kesalah satu rumah warga yang mempunyai anak stunting di Desa Dedingin guna untuk mengetahui pengetahuan ibu terhadap pengertian stunting kemudian perilaku hidup bersih dan sehat, dan pembuatan makanan tambahan bagi anak.

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pemberdayaan masyarakat dalam penanggulangan pencegahan stunting dengan pemanfaatan produk lokal berupa pudding alpukat adalah bahwa pendekatan ini memiliki potensi besar untuk meningkatkan Kesehatan dan gizi anak-anak beserta ibu hamil. Melalui edukasi dalam keterlibatan dalam memanfaatkan produk lokal yang kaya gizi, seperti makanan bergizi dari lingkungan sekitarnya

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. F. A. Subratha and N. M. I. Peratiwi, "Determinan Kejadian Stunting Pada Balita Di Kabupaten Gianyar Bali," *J. Ilmu Kesehat. MAKIA*, vol. 10, no. 2, pp. 99–106, 2020.
- [2] E. S. Sakti, M. R. Makful, and R. Dewi, "ANALISIS SPASIAL PRIORITAS PENANGANAN STUNTING DI PROVINSI ACEH TAHUN 2021," *J. Mutiara Kesehat. Masy.*, vol. 8, no. 1, pp. 10–23, 2023.
- [3] K. Rahmadhita, "Permasalahan Stunting dan Pencegahannya| Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada," 2020.
- [4] E. T. Ngura, "Upaya Pencegahan Stunting melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Ubi untuk Meningkatkan Asupan Gizi Ibu Hamil," *Indones. J. Early Child. J. Dunia Anak Usia Dini*, vol. 4, no. 1, pp. 292–303, 2022.