

Pengentasan Stunting Melalui Diversifikasi Produk Pangan Olahan Sagu

Sertin Allolayuk^{1*}, Sepryanus Rano Putra², Delfince Tjenemundan³, Jeremi K.N Parewa⁴, Hizkia Djaledje⁵, Maria Ditya Anastasya Katuwu⁶, Cicilia Defianti Kabia⁷, Jerry Pranata Kasodu⁸, Arlin A. Mowose⁹, Leni H. Samana¹⁰, Feliks Arfid Guampe¹¹

^{1,2,3,6,7}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Tentena

^{4,9,10,11}Fakultas Ekonomi, Universitas Kristen Tentena

⁸Fakultas Pertanian, Universitas Kristen Tentena

*e-mail: sertin.allolayuk@gmail.com

Received:
25 Mei 2024

Revised:
27 Mei 2024

Accepted:
29 Mei 2024

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem due to lack of nutritional intake and recurrent infections characterized by height that is below the standard. The main factor affecting the occurrence of stunting is the lack of fulfillment of nutrition or nutrition during the growth of children and awareness from parents sometimes lacking attention to the nutritional needs needed by children during their growth period. Community service conducted in Wera village aims to educate the community to process staple foods in the form of sago into healthier and more nutritious foods as an effort to prevent stunting. The methods used are preparation, program implementation, namely socialization of making healthy ie made from sago, and evaluation. The result of this service activity is to increase community insight in stunting prevention efforts through processing sago into healthy noodles. The socialization of making healthy noodles is an alternative to prevent stunting.

Keywords: Stunting, Diversification, Food Products, Sago.

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dan infeksi berulang yang ditandai dengan tinggi badan yang berada dibawah standar. Faktor utama yang mempengaruhi terjadinya stunting adalah kurang terpenuhinya nutrisi atau gizi pada masa pertumbuhan anak dan kesadaran dari orang tua terkadang kurang memperhatikan kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan oleh anak dalam masa pertumbuhannya. Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di desa Wera bertujuan untuk mengedukasi masyarakat agar mengolah makanan pokok berupa sagu menjadi makanan yang lebih sehat dan bergizi sebagai upaya pencegahan stunting. Metode yang digunakan adalah persiapan, pelaksanaan program yaitu sosialisasi membuat mie sehat berbahan dasar sagu, dan evaluasi. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah menambah wawasan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting melalui pengolahan sagu menjadi mie sehat. Sosialisasi pembuatan mie sehat menjadi salah satu alternatif untuk mencegah stunting.

Kata kunci: Stunting, Diversifikasi, Produk Pangan, Sagu

PENDAHULUAN

Stunting menjadi isu global, tidak terkecuali bagi negara kita Indonesia terjadi peningkatan kasus stunting dalam beberapa Tahun terakhir. Kasus stunting terjadi didaerah perkotaan maupun didaerah pedesaan. Kondisi stunting dapat berpengaruh bagi kesehatan anak dalam jangka panjang jika tidak ditangani dengan cara yang benar. Sesuai data

Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 bahwa pemerintah menargetkan agar angka prevalensi penderita stunting dapat menurun menjadi 14% (Humas Badan Kebijakan Pembangunan kesehatan(Lia Amalia, 2020).

Menurut World Health Organizations (2015), stunting merupakan masalah gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dan infeksi berulang yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan yang berada dibawah standar. Kondisi tersebut tidak hanya disebabkan oleh asupan gizi yang buruk bagi ibu balita dan ibu hamil. Berdasarkan penelitian dan literasi yang telah dilakukan di Indonesia tentang faktor-faktor penyebab terjadinya stunting terbagi menjadi beberapa aspek yaitu faktor genetik, lingkungan yang tidak bersih, sanitasi yang buruk, literasi ibu tentang stunting, pola asuh anak, kapasitas pendamping atau penyuluh dan lain lain.

Pada dasarnya risiko terdampak stunting dapat dimulai dari masa konsepsi, yaitu dari faktor yang bertanggung jawab atas ibu, kurangnya asupan gizi dan kebersihan pad ibu hamil, usia Ibu hamil yang tidak sesuai standar kehamilan optimal yaitu dibawah 20 tahun, tidak memberi Asi yang cukup pada balita sesuai standar usia anak mulai dari usia 0 hingga 2 Tahun secara optimal, dan asupan Gisi cukup, tidak memperhatikan kebersihan Balita, tidak memperoleh Air bersih yang cukup, serta tidak disiplin melakukan Posyandu. Stunting dapat terjadi selama perkembangan janin ibu, kekurangan gizi mikro dan makro dalam jangka waktu lama yaitu 1.000 hari pertama kehidupan dapat menyebabkan stunting. (Hengkeng et al., 2024)

Hasil observasi awal di lokasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM), terdapat tujuh balita mengalami kondisi stunting yang disebabkan oleh faktor pola asuh orang tua yang tidak ideal yaitu pemenuhan asupan gizi yang buruk pada anak contohnya hanya memberi makanan seperti nasi dicampur minyak bekas penggorengan dan garam, mengonsumsi papeda (tanpa sayur-sayuran dan ikan). Oleh karena itu kegiatan PKM yang diadakan oleh Universitas Kristen Tentena melalui program Kuliah Kerja Nyata dengan Tema Edukasi Pencegahan Stunting melalui Ketahanan Pangan yang dilakukan oleh kelompok enam di desa Wera Kecamatan Pamona Puselemba, Kabupaten Poso, Provinsi Sulawesi Tengah.

Berdasarkan kondisi ketersediaan pangan di desa Wera Kecamatan Pamona Puselemba, Kabupaten Poso, Sulawesi Tengah yang pada umumnya gemar mengonsumsi sagu sebagai makanan pokok, bahkan balita juga lebih sering mengonsumsi sagu dalam bentuk papeda, anak-anak tidak suka makan sayur dapat dipastikan bahwa kebutuhan gizi anak balita tidak akan tercukupi. Oleh sebab itu diversifikasi produk pangan olahan sagu dalam bentuk mie sehat menjadi salah satu solusi yang ditawarkan oleh Mahasiswa KKN angkatan XIV kelompok enam di desa Wera. Mie sehat berbahan dasar sagu dan pewarna alami dari sayur bayam diharapkan dapat memenuhi kebutuhan standar gizi anak. Selain itu diharapkan dapat menjadi alternatif makanan sehat pengganti mie goreng instan yang digemari oleh anak-anak.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di desa Wera berupa sosialisasi difersifikasi produk pangan olahan sagu dilaksanakan melalui tiga tahapan (Supriyo et al., 2023) sebagai berikut :

Tahap 1. Persiapan

Pada tahap Persiapan, kami melaksanakan empat tahapan, diantaranya :

1. Observasi Awal: Pada tahap pertama kami melakukan pengumpulan data melalui wawancara kepada pemerintah desa Wera dan tenaga kesehatan desa untuk mengetahui jumlah anak penderita stunting dan program desa yang telah dilakukan berkaitan dengan penanganan stunting di desa Wera. Selain melakukan wawancara kepada pemerintah desa dan tenaga kesehatan, kami juga memberikan kuesioner kepada orang tua anak penderita stunting dilanjutkan dengan wawancara untuk

- mengetahui kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak serta kondisi lingkungan sekitar anak.
2. Merumuskan Masalah: Pada tahap kedua kami melakukan diskusi untuk menganalisis data hasil kuesioner dan wawancara yang bertujuan untuk menemukan akar masalah yang menjadi penyebab stunting.
 3. Menyusun rancangan dan menetapkan program: Pada tahap ketiga kami melakukan diskusi berdasarkan masalah yang terungkap, maka disusunlah rencana program yakni pengetasan stunting melalui diversifikasi produk pangan olahan sagu menjadi mie sehat. Rencana program dan jadwal pelaksanaan program disosialisasikan kepada pemerintah desa dan orang tua anak penderita stunting.
 4. Mempersiapkan Bahan: Pada tahap ini, sebelum melaksanakan kegiatan kami mahasiswa KKN universitas Kristen Tentena posko enam mempersiapkan alat dan bahan untuk melaksanakan program Pengetasan stunting melalui diversifikasi produk pangan olahan sagu.

Tahap 2. Pelaksanaan Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penguatan materi tentang pertumbuhan dan perkembangan anak (mental dan gizi anak) sebagai informasi guna menambah wawasan peserta kegiatan PKM untuk dapat menjaga mental anak dan gizi anak yang dapat mempengaruhi kondisi stunting. Kegiatan berikutnya dilanjutkan dengan praktek pembuatan mie sagu dibarengi pemberian informasi terkait kandungan yang ada pada bahan utama mie sagu.

Tahap 3. Evaluasi

1. Monitoring Kegiatan: Monitoring dilakukan sejak pelaksanaan kegiatan hingga berakhirnya masa KKN di desa Wera (selama 2 minggu). Monitoring dilakukan kepada keluarga anaknya menderita stunting.
2. Evaluasi Kegiatan: Evaluasi dilakukan melalui pemetaan kelebihan dan kekurangan kegiatan. Evaluasi mengacu pada proses monitoring tersebut, namun pada tingkatan yang lebih jauh, informasi yang telah dikumpulkan serta dianalisis, dan hasilnya dijadikan sebagai bahan untuk menyampaikan suatu pertimbangan. Yaitu untuk membandingkan antara akibat atau dampak program dengan rencana strategis yang telah ditetapkan (Mustofa, n.d.). Hasil evaluasi ditindaklanjuti dengan melakukan perbaikan melalui badan desa dan kader stunting desa Wera.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Wera terletak di kecamatan Pamona Selatan, Kabupaten Poso, Provinsi Sulawesi Tengah dengan luas wilayah mencapai 706 Ha. Desa Wera merupakan hasil pemekaran Desa Leboni pada tahun 2008, memiliki sejarah yang sebelumnya dinamai dengan dusun empat Kasubu Bou sehingga seiring berjalannya waktu hingga tahun 2013 resmi menjadi Desa definitif dan namanya diganti menjadi desa Wera.

Nama awal desa Wera yaitu *kasubu bou* memiliki arti yang diambil dari kondisi desa yang mengalami pasang surutnya Danau Poso sehingga banyaknya jenis-jenis ikan yang terperangkap salah satunya ikan yang disukai oleh masyarakat di tempat yaitu ikan gabus dalam bahasa pamona diartikan dengan *Bou* sehingga desa tersebut dinamai *Kasubu Bou*. Namun kondisi sekarang tidak seperti demikian. Masyarakat lebih banyak bergantung pada pasar atau pedagang. Kondisi geografis desa Wera yang cukup jauh dari pasar membuat masyarakat sedikit kesulitan mengakses bahan makanan pokok dan bergizi yang dituhkan oleh anak balita. Sehingga masyarakat mempraktikkan dengan mengolah bahan makanan yang ada secara sederhana dan apa adanya.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan, hal yang patut di perhatikan di desa Wera adalah masalah kondisi stunting, stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan

oleh asupan gizi buruk dalam jangka waktu cukup lama, akibat makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan asupan gizi yang baik (Sandi & Rahmadhita, 2020)

Sesuai pada latar belakang masalah diatas maka kami selaku Mahasiswa KKN posko enam yang ditempatkan di desa Wera melakukan kegiatan sosialisasi difersifikasi produk pangan olahan sagu melalui mie sehat sebagai solusi pemenuhan gizi pada anak. Berikut adalah hasil dari pelaksanaan kegiatan :

Setelah melaksanakan tahapan persiapan, kami Mahasiswa KKN Universitas Kristen Tentena posko enam yang ditempatkan di Desa wera melaksanakan program sesuai dengan program yang disetujui oleh pemerintah Desa Wera, diantaranya kami memiliki program unggulan dalam pengetasan stunting yaitu Difersifikasi Produk Pangan Olahan Sagu.

Program tersebut dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2024 bertempat di Poskesdes Desa Wera yang dihadiri oleh Ibu Hamil, Balita, serta Tenaga Kesehatan Desa Wera, pada pelaksanaan program ini dilakukan beberapa tahapan dan kegiatan dimana kegiatan tersebut dilaksanakan bersamaan dengan Posyandu. Pada pelaksanaan program tersebut dihadiri oleh kader-kader, orang tua balita, orang tua penderita stunting dan ibu hamil yang berjumlah 43 orang.



Gambar 1. Pelaksanaan sosialisasi Difersifikasi produk Pangan olahan sagu

Pembuat mie sehat berbahan dasar sagu dimulai dengan pengarahan tentang manfaat dari mie sagu diantaranya bahan dasar Sagu memiliki 85,6% karbohidrat, 355 kalori (Chairul, 2022). sayur Bayam memiliki Vitamin A dan B, magnesium, zat besi, kalsium dan kalium erta Sawi yang memiliki kandungan karbohidrat, vitamin A,B dan C juga vitamin K yang sangat baik untuk asupan gizi pada anak (Arsi, 2023).



Gambar 2. Pengarahan Kandungan Gizi dari Mie Sagu

Setelah tahap pengarahan, selanjutnya yaitu tahapan yang akan diterapkan dalam pembuatan mie sagu. Peserta yang mengikuti program tersebut mengamati proses

pembuatan mie yang dilakukan oleh Mahasiswa KKN posko enam bidang Konsumsi dimana pada tahap ini kami memakai sayur bayam sebagai pewarna alami dari mie tersebut dan pada proses pembuatan tersebut yang juga dibantu oleh kader-kader yang ada.



Gambar 3. Proses Pembuatan Mie

Setelah peserta sudah memahami tahapan pembuatannya Cara Pembuatan adonan tepung sagu, peserta kegiatan yang ada ikut membantu yaitu Ibu hamil, dan ibu balita ikut hingga dalam melakukan pencetakan mie. Setelah proses pencetakan mie selesai, Langkah selanjutnya yaitu dengan menggoreng mie tersebut yang dicampurkan dengan berbagai sayuran.

Pembuatan Tepung Sagu

Bahan :

1. Air
2. Sagu
3. Saringan
4. Wadah (loyang)



Gambar 4. Proses Pembuatan Tepung Sagu

Cara Pembuatan Tepung Sagu:

1. Masukkan sago kedalam loyang
2. Kemudian tambahkan air dan aduk hingga tercampur merata (tidak ada lagi sago yang menggumpal)
3. Siapkan wadah baru dan lakukan penyaringan sago yang sudah di campur dengan air (lakukan penyaringan sebanyak 2-3 kali hingga kotoran sago menjadi bersih)
4. Diamkan sago sekitar 2 jam hingga mengendap kedasar loyang
5. Jika sago sudah mengendap buang airnya
6. Kemudian sago di jemur hingga kering sekitar 2-3 hari penjemuran
7. Setelah kering lakukan penyaringan sago hingga halus
8. Kemudian Sangrai tepung sago
9. Lakukan penyaringan kedua hingga halus (bisa juga di blender hingga halus)
10. Tepung sago siap digunakan

Pembuatan Mie Sagu

Bahan:

1. Tepung sagu
2. Air bayam satu gelas
3. Garam 1/2 sendok
4. Bawang putih yang dihaluskan 2 biji



Gambar 5. Proses Pembuatan Mie Sagu

Cara pembuatan Mie Sagu:

1. Masukkan 5 sendok tepung sagu kedalam belanga dan tuangkan air bayam aduk hingga tercampur merata
2. Masukkan garam dan bawang putih aduk hingga merata, masukan air Bayam yang telah direbus dan disaring secukupnya
3. Kemudian masak dengan api kecil aduk terus hingga adonan mengental
4. Selagi panas masukan kedalam wadah dan campurkan dengan tepung sagu secara bertahap kemudian campur hingga adonan tidak melekat di tangan
5. Kemudian gunakan alat penggiling mie dan bentuk mie sesuai selera
6. Mie siap dimasak

Pembuatan Mie Goreng Sagu

Bahan :

1. Mie sagu dicampurkan dengan minyak goreng secukupnya
2. Bawang merah 4 biji dihaluskan
3. Bawang putih 2 biji dihaluskan
4. Telur 2 butir
5. Tomat 1 biji
6. Sayur sawi
7. Minyak goreng
8. Garam
9. Kecap

Cara pembuatan mie Goreng Sagu:

1. Siapkan kuali, panaskan minyak goreng kemudian masukan bawang merah dan bawang putih tumis hingga harum
2. Masukan telur kemudian aduk-aduk
3. Tambahkan garam sesuai selera
4. Masukan mie sagu
5. Tambahkan kecap sesuai selera
6. Kemudian masukan sayur sawi masak hingga matang
7. Mie sagu siap disajikan



Gambar 6. Mie Goreng Sagu

Setelah melaksanakan sosialisasi pembuatan mie sehat pada tanggal 13 Mei 2024, kami melakukan monitoring pada tanggal 14 sampai 25 Mei 2024 khususnya pada orang tua penderita stunting yang telah mempraktekan pembuatan mie sehat. Dari 7 orang tua, 5 diantaranya telah mencoba membuat mie sehat.



Gambar 7. Monitoring dan Evaluasi Kepada Orang Tua dari Anak Penderita Stunting

Pada saat orang tua balita mempraktekan pembuatan mie terdapat dua kendala yaitu tidak memiliki alat penggiling mie dan adonan terlalu matang sehingga mengakibatkan adonan menjadi keras. Solusi yang kami sarankan yaitu pembuatan mie dapat dilakukan secara manual dengan cara memipihkan adonan dengan menggunakan plastik dan botol kaca kemudian diiris menggunakan pisau dengan ukuran ketebalan seperempat sentimeter dan lebar satu sentimeter agar mie mencapai kematangan yang pas ketika dimasak. Solusi kendala kedua dalam proses memasak adonan menggunakan api kecil dan adonan dimasak dengan setengah matang. Proses pematangan mie sagu terjadi pada saat mie sagu diolah menjadi mie goreng.

Berdasarkan hasil monitoring dan kuesioner pasca program, tanggapan orang tua balita terhadap kegiatan pembuatan mie sehat sangat bermanfaat bagi masyarakat dalam memanfaatkan salah satu makanan pokok yang ada di desa Wera. Anak-anak menyukai mie sehat yang dibuat oleh orang tua, hal ini membuat orang tua lebih tenang karena dapat menyajikan makanan sehat yang mengandung sayur dalam bentuk yang menarik yaitu mie goreng sagu. Kegiatan yang telah dilaksanakan mendapatkan apresiasi yang baik dari tenaga kesehatan di desa Wera karena program tersebut merupakan inovasi baru bagi orang tua balita dalam mengolah mie sehat yang didalamnya terdapat beberapa sayuran bergizi yang menjadi salah satu cara agar anak mengkonsumsi sayuran untuk memenuhi asupan gizi pada anak.

KESIMPULAN

Program sosialisasi diversifikasi produk pangan olahan sagu terlaksana dengan baik. Dapat dilihat dari respon peserta sosialisasi yang antusias dan turut terlibat dalam proses pembuatan mie sehat berbahan dasar sagu dan pewarna alami dari sayur bayam. Pengabdian kepada masyarakat ini juga memberi dampak yang cukup signifikan bagi orang tua dan anak penderita stunting. Anak menyukai mie goreng sagu dan orang tua terbantu dalam penyajian makanan pokok dan sayuran dalam bentuk yang menarik bagi anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Rektor Universitas Kristen Tentena, dan Pemerintah Desa dan Tenaga Kesehatan desa Wera yang telah memberikan dukungan sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Arsi. (2023). *Penerapan Pengelolaan Hama Dan Penyakit Pertanaman Sayuran Di Masyarakat Nelayan Desa Jungkal Kecamatan Pampangan Untuk Mencegah Stunting*. 6, 280–288. <https://ejurnal.ung.ac.id/>
- Chairul. (2022). *Gerakan Serbu (Serba Sagu) Sebagai Pemenuhan dan Pengentasan Stunting dengan Memanfaatkan Sumber Daya Pangan Tempatan di Desa Sungai Tohor Barat*. 4, 345–351. <https://ummaspul.e-journal.id/>
- Lia Amalia. (2020). *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat) Aquaponik Sebagai Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menurunkan Stunting Sebagai Pencapaian Target SDGs Desa Stunting adalah suatu kondisi dimana anak-anak yang berusia dibawah lima tahun atau balita me*. 37–45. <https://ejurnal.ung.ac.id/>
- Mustofa, M. K. (n.d.). *Monitoring Dan Evaluasi* (Issue 16). <http://repository.uin-malang.ac.id/>
- Sandi, & Rahmadhita. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Juni*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Supriyo, A., Latifah, L., & Isnawati, M. (2023). Pendampingan Legalitas Usaha Perlindungan Hukum Bagi UMKM di Mitra PCM Gunung Anyar Surabaya Hingga Penerbitan Nomor Induk Berusaha (NIB). *Borobudur Journal on Legal Services*, 4(1), 44–52. <https://doi.org/10.31603/bjls.v4i1.8558>
- Abidjulu, R. (2023). Membangun Ketahanan Pangan Untuk Pencegahan Stunting Di Desa Tananagaya Kecamatan Mamosalato Kabupaten Morowali Utara Sulawesi Tengah. 2(4), 301–306.
- Hengkeng, J., Guampe, F. A., Takapente, F. A., & Rangka, M. E. (2024). "Pencegahan Stunting Melalui Ketahanan Pangan Tanaman Organik". 03(01), 1–7.
- Humas BKPK. (2023). "Dua Fokus Intervensi Penurunan Stunting untuk Capai Target 14% di Tahun 2024". Jakarta. Diakses dari <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/>
- Mustofa, M. K. (n.d.). *Monitoring Dan Evaluasi* (Issue 16). <http://repository.uin-malang.ac.id/> 1–7.
- World Health Organization.(2015). "Singkatnya, Stunting". (n.d.). Diakses dari <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>