

PEMANFAATAN JAGUNG SEBAGAI POTENSI LOKAL UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

Yasir Mokodompis¹⁾, Lia Amalia²⁾, Faramita Hiola³⁾

^{1,2)}Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Gorontalo

³⁾Jurusan Farmasi, Universitas Negeri Gorontalo
faramita@ung.ac.id

Abstract

Stunting are severe, encompassing impaired physical growth, cognitive development delays, and an elevated risk of health issues. Therefore, it is crucial to give special attention to children's nutrition. Gorontalo, one of the regions in Indonesia, boasts significant corn production, including Botumoito Village. Corn is rich in carbohydrates and other nutrients that can support bodily functions. This activity aims to harness local resources as a solution to stunting prevention while imparting skills in corn porridge preparation. This activity employed the Participatory Rural Appraisal (PRA) method, consisting of socialization, demonstration of making corn porridge, and distributing leaflets, targeting the Botumoito Village community, particularly pregnant and breastfeeding mothers beside mothers with toddlers. The entire series of activities proceeded smoothly, increased public knowledge, and yielded positive outcomes for the growth and development of children in Botumoito Village.

Keywords: Stunting, Local Potential, Corn Porridge.

Abstrak

Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak-anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan stunting, termasuk gizi yang tidak mencukupi dan pola makan yang tidak seimbang. Dampak dari stunting sangat serius, termasuk pertumbuhan fisik yang terhambat, keterlambatan dalam perkembangan kognitif, serta peningkatan risiko masalah kesehatan. Maka sangat penting untuk memberikan perhatian khusus pada gizi anak. Gorontalo salah satu wilayah di Indonesia yang memiliki produksi jagung yang cukup besar termasuk diantaranya adalah Desa Botumoito. Jagung mengandung karbohidrat dan zat gizi lainnya yang dapat mendukung fungsi tubuh. Kegiatan ini bertujuan untuk memanfaatkan potensi lokal sebagai solusi pencegahan stunting, sekaligus memberikan keterampilan dalam mengolah menjadi bubur Jagung. Kegiatan dilakukan dengan metode Participatory Rural Appraisal (PRA), terdiri dari sosialisasi, demonstrasi pembuatan bubur jagung dan pembagian leaflet, sasaran kegiatan adalah masyarakat Desa Botumoito khususnya ibu hamil dan menyusui serta ibu-ibu yang memiliki balita. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan baik dan meningkatkan pengetahuan masyarakat, serta memberikan dampak positif bagi pertumbuhan dan perkembangan anak-anak di Desa Botumoito.

Keywords: Stunting, Potensi Lokal, Bubur Jagung.

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal pertumbuhan pada anak-anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis,

terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan. Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan stunting, termasuk gizi yang tidak mencukupi, infeksi, situasi ekonomi keluarga yang sulit, dan

pola makan yang tidak seimbang. Dampak dari stunting sangat serius, termasuk pertumbuhan fisik yang terhambat, keterlambatan dalam perkembangan kognitif, risiko kesehatan yang lebih tinggi (Titaley et al., 2019).

Prevalensi stunting di Asia Tenggara pada tahun 2022 masih tinggi yakni sebesar 30.1% (WHO, 2023), sementara di Indonesia sendiri, pada tahun yang sama, angka tersebut mencapai 21.6% (Kemenkes, 2022). Angka-angka ini masih berada di atas standar toleransi yang telah ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO), yakni 20%.

Pencegahan stunting adalah langkah penting dalam upaya meningkatkan kualitas hidup anak-anak. Diantaranya adalah memberikan makanan bergizi yang mencukupi selama periode pertumbuhan. Dengan tindakan pencegahan yang tepat, kita dapat mengurangi risiko stunting dan memberikan anak-anak peluang untuk tumbuh dan berkembang dengan baik.

Gizi merupakan hal yang penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. salah satu faktor utama yang berpengaruh signifikan terhadap status gizi anak diantaranya ketahanan pangan, yang mencakup aspek ekonomi, kesehatan, ketersediaan makanan bergizi, dan kemampuan memenuhi kebutuhan gizi anak.

Dalam upaya pencegahan stunting, penting untuk mempertimbangkan keragaman hasil pangan lokal yang tersedia di berbagai daerah. Hal ini dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi yang beragam sesuai dengan kondisi lokal dan budaya masyarakat setempat.

Menurut data BPS Provinsi Gorontalo 2017, Gorontalo adalah salah satu wilayah di Indonesia yang

memiliki produksi jagung yang cukup besar. Salah satu contoh dari kemajuan pertanian jagung yakni pada tahun 2017, Kabupaten Boalemo yang termasuk juga Desa Botumoito mencatat peningkatan signifikan dalam produksi jagung. Produksi jagung yang besar ini dapat dilihat dari luas panen jagung yang tinggi, yang membuktikan peran pentingnya jagung dalam ekonomi lokal.

Keistimewaan utama dari jagung adalah kandungan karbohidratnya yang tinggi, mencapai sekitar 73-75% dari total komposisi bijinya karena endosperma yang melimpah dalam biji jagung. Lebih dari 80% bahan kering biji jagung adalah karbohidrat, yang sebagian besar terdiri dari campuran amilosa dan amilopektin (Novianti et al., 2017).

Kandungan karbohidrat yang tinggi ini menjadikan jagung sebagai sumber energi yang potensial. Namun, manfaat jagung tidak hanya terbatas pada penyediaan energi. Jagung juga mengandung serat, vitamin, dan mineral penting, seperti vitamin B kompleks, magnesium, dan fosfor, yang mendukung fungsi tubuh yang sehat. Selain itu, jagung juga dapat menjadi bagian dari pola makan yang seimbang dengan menggantikan makanan berbasis gandum atau beras yang bisa menjadi alternatif yang baik untuk variasi diet dan meningkatkan asupan serat yang diperlukan oleh tubuh. Oleh karena itu, manfaat jagung sebagai sumber nutrisi yang berkualitas menjadikannya sebagai komponen penting dalam mencapai pola makan yang seimbang dan mendukung kesehatan secara keseluruhan (Novianti et al., 2017).

Dengan memprioritaskan pencegahan stunting melalui pendekatan yang komprehensif, termasuk nutrisi yang baik melalui pemanfaatan potensi lokal, maka

dilakukan pengabdian ini untuk menambah pengetahuan gizi, meningkatkan keterampilan pengolahan bubur jagung pada ibu rumah tangga khususnya Ibu hamil dan menyusui.

METODE

Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan dengan metode *Participatory Rural Appraisal* (PRA) dengan sasaran kegiatan adalah masyarakat Desa Botumoito khususnya ibu hamil dan menyusui serta ibu-ibu yang memiliki balita. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan pada tanggal 24 Agustus 2023 pukul 09.00 diikuti oleh 20 orang peserta di Kantor Desa Botumoito.

Tahap pelaksanaan kegiatan terdiri dari :

- a. Persiapan
Kegiatan diawali dengan rapat strategi pelaksanaan, penentuan masalah dan survey lokasi yang menjadi titik pelaksanaan, pengurusan izin, sarana dan prasarana serta materi sosialisasi.
- b. Pelaksanaan
Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan memberikan sosialisasi dan diskusi mengenai stunting dan masalah gizi pada anak, selanjutnya mengenai potensi lokal yakni jagung sebagai bahan makanan, sekaligus dilakukan demonstrasi praktis dibantu oleh mahasiswa mengenai proses pembuatan bubur jagung serta pembagian *leaflet*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

- a. Sosialisasi Masalah Stunting
Hasil yang diperoleh dari

kegiatan ini adalah peningkatan pemahaman dan pengetahuan masyarakat mengenai materi yang diberikan. Sosialisasi ini dilakukan oleh dosen Kesehatan masyarakat dan dosen Farmasi, penyampaian materi berfokus pada masalah stunting dan terkait gizi pada anak. Seperti pada gambar berikut ini :



Gambar 1. Sosialisasi stunting

Pada materi pertama, diperoleh pemahaman mendalam mengenai konsep stunting. Materi ini mencakup penjelasan komprehensif tentang pengertian stunting, faktor-faktor penyebab terjadinya stunting, dampak yang ditimbulkannya, serta strategi pencegahan stunting. Dengan memahami konsep ini, peserta dapat mengidentifikasi masalah stunting dengan lebih baik dan mengeksplorasi cara-cara efektif untuk mengatasinya. Selanjutnya, dalam materi kedua, fokus diberikan pada konsep 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Materi ini mencakup penjelasan mendalam tentang konsep pentingnya 1000 hari pertama kehidupan, yang mencakup masa sejak konsepsi hingga usia dua tahun anak.

Peserta memahami mengapa periode ini sangat kritis dalam perkembangan anak, dan bagaimana asupan gizi yang cukup dan perawatan yang baik selama 1000 hari pertama ini hingga dampak jangka panjang yang positif pada kesehatan dan

perkembangan anak.

Kombinasi dari pemahaman tentang stunting dan konsep 1000 Hari Pertama Kehidupan memberikan dasar yang kuat bagi peserta untuk menjadi agen perubahan yang efektif dalam masyarakat. peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang mengapa perawatan gizi yang baik pada tahap awal kehidupan sangat penting dan bagaimana mencegah stunting dapat membantu menciptakan masa depan yang lebih cerah untuk anak-anak dan masyarakat secara keseluruhan.

Kejadian stunting pada balita dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri anak, seperti usia, jenis kelamin, dan berat badan lahir, maupun faktor eksternal, seperti kondisi sosial ekonomi dan praktik pemberian makan oleh ibu. Praktik pemberian makan kepada anak memiliki dampak signifikan pada kejadian stunting, terutama ketika terjadi ketidakefektifan dalam pemberian ASI eksklusif, khususnya pemberian ASI non-eksklusif dan keterbatasan dalam jumlah, kualitas, serta variasi jenis makanan pendamping yang diberikan (WHO, 2018).

Selain pemaparan materi, dilakukan juga pembagian *leaflet* seperti pada gambar 2 berikut. *Leaflet* dibagikan kepada peserta sebagai salah satu alat yang efektif untuk menyampaikan pesan dengan jelas dan mudah dipahami.



Gambar 2. Pembagian *leaflet*

b. Pembuatan Bubur Jagung Anti Stunting

Setelah dilakukan sosialisasi masalah stunting, kegiatan selanjutnya adalah demonstrasi pembuatan bubur “Jasting” Jagung anti stunting” yang diperagakan oleh mahasiswa. Pada tahap ini dijelaskan mengenai potensi dan manfaat jagung untuk gizi anak. MPASI yang seimbang dapat memberikan anak nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Hal ini mencakup karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan serat. Intervensi ini menjadi solusi alternatif yang dapat membantu mengatasi masalah stunting dan mengoptimalkan sumber daya masyarakat dalam mengolah pangan menjadi produk bernilai gizi.



Gambar 3. Pembuatan bubur jagung

Hasil pada gambar 3, Selain dilakukan demonstrasi pembuatan, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan mencoba langsung produk bubur jagung, prosedur pembuatan juga ditayangkan melalui video singkat. Sebanyak 20 orang peserta mengakui baru mengetahui bahwa jagung yang selama ini menjadi hasil pertanian di Desa Botumoito dapat diolah menjadi bubur sebagai makanan pendamping ASI untuk dikonsumsi anak, bahkan memiliki kandungan gizi yang sangat penting.

Bubur jagung merupakan salah

satu bahan makanan nabati, sumber protein. Dalam 100 gram jagung mengandung 9,2 gr protein. Protein merupakan bahan pembentuk dasar struktur sel tubuh, selain air. Fungsi utama dari protein adalah membentuk jaringan baru dan memperbaiki jaringan yang rusak. Protein diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan dalam masa pertumbuhan (Almatsier, 2011). Biji jagung juga mengandung komponen mikronutrisi lainya seperti vitamin A, Vitamin K, vitamin B, serta mineral yang diperlukan oleh tubuh (Achadi, 2016).



Gambar 3. Jagung anti stunting

Hasil pada Gambar 3 merupakan hasil olahan jagung. Dalam hal ini jenis jagung yang digunakan adalah jagung manis, kemudian dipipil dan di sangrai, setelah itu di blender. Hasil ini dapat langsung digunakan, ataupun disimpan selama 24 jam di suhu ruang. Untuk pembuatan bubur jagung, dapat dilakukan dengan teknik merebus dengan air, dengan tambahan garam ataupun santan secukupnya. Pada pembuatan bubur di rumah, dapat juga di variasi dengan tambahan beberapa bahan makanan seperti hati ayam untuk menambah nilai gizi.

Secara keseluruhan kegiatan ini berjalan dengan lancar dan para peserta berhasil membuat produk dengan baik dan merasa puas dengan hal ini. kegiatan ditutup dengan pembagian produk jagung kepada anak-anak dan

peserta yang hadir. Anak-anak sangat menyukai bubur jagung tersebut, hal ini dapat menjadi alternatif baik untuk dijadikan variasi dalam MPASI, agar anak tidak merasa bosan dengan menu MPASI yang diberikan di rumah.

SIMPULAN

Kegiatan yang telah dilaksanakan memberikan pengetahuan dan menambah keterampilan masyarakat mengenai potensi lokal untuk pencegahan stunting, dan pengolahan jagung menjadi bubur “Jasting” jagung anti stunting bisa menjadi salah satu cara untuk menyelesaikan permasalahan stunting yang ada di Desa Botumoito, serta diharapkan meningkatkan manfaat dan nilai jual bahan pangan yang berpotensi di Desa tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Universitas Negeri Gorontalo dan LPPM yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini, serta Aparat Desa Botumoito dan seluruh pihak terkait yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier dan Sunita. 2011. *prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka utama
- Achadi, Endang L. 2016. *Investasi Gizi 1000 HPK dan produktivitas Generasi Indonesia*. Jakarta: Lokakarya dan seminar Ilmiah.
- BPS (2013). *Data Statistik Kependudukan*. Badan Pusat Statistik Provinsi Gorontalo.

- Hasil Survei Status Gizi Indonesia (September 6, 2022). Stunting. Citing Internet sources URL <https://upk.kemkes.go.id/new/ke-menterian-kesehatan-rilis-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2022>
- Novianti, Muli., Vanny, M.A Tiwow., Kasmudin, Mustapa. (2017). Analisis Kadar Glukosa pada Nasi Putih dan Nasi Jagung dengan Menggunakan Metode Spektrometri. *Jurnal Akademi Kimia*, 6(2), 107-112
- Titaley, C.R., Ariawan, I., Hapsari, D., Muasyaroh, A., Dibley, M.J. 2019. Determinants of the stunting of children under two years old in Indonesia: a multilevel analysis of the 2013 Indonesia Basic Health Survey. *Nutrients*. 11(5):1106.
- World Health Organization (September 6, 2023). Stunting Prevalence. Citing Internet sources URL. <https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicatordetails/GHO/gho-jme-stunting-prevalence>.
- WHO (2023). WHO Global target 2025 : Stunting policy brief. Diunduh pada tanggal 16 September 2023. <http://www.who.int/nutrition/global-target-2025/>