

PENDAMPINGAN KADER DALAM PEMBUATAN BAKSO “AYTEKE” (AYAM, TEMPE, KELOR) UNTUK ANAK STUNTING

Reni Sofiyatin, Lalu Khairul Abdi

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Mataram
reni.sofiyatin72@gmail.com

Abstract

One of the efforts to prevent stunting is through community empowerment, namely optimizing the role of posyandu cadres. The cadre mentoring program carried out introduced food based on local food in the form of moringa and tempeh as ingredients added to making meatballs. The target is 5 (five) cadres in one posyandu. The method used is demonstration. "AyTeke" meatballs are meatballs made from chicken which are added with tempeh and moringa with the nutritional content/100 grams being Calories 210 Kcal, protein 16.8 g, Fat 10.5 g, KH 12.5 g. "AyTake" meatballs can be an alternative as a local additional food for stunted children with high nutritional value.

Keywords: AyTeKe meatballs, Cadre.

Abstrak

Upaya pencegahan stunting salah satunya melalui pemberdayaan masyarakat, yaitu optimalisasi peran kader posyandu. Program pendampingan kader yang dilakukan memperkenalkan makanan yang berbasis pangan lokal berupa kelor dan tempe sebagai bahan yang ditambahkan dalam pembuatan bakso. Sasaran 5 (lima) orang kader di satu posyandu. Metode yang digunakan Demonstrasi. Bakso "AyTeke" merupakan bakso yang berbahan dasar ayam yang ditambahkan tempe dan kelor dengan kandungan gizi/ 100 gram adalah Kalori 210 Kkal, protein 16,8 g, Lemak 10,5 g, KH 12,5 g. Bakso "AyTake" dapat menjadi salah satu alternatif sebagai makanan tambahan lokal untuk anak stunting yang bernilai gizi tinggi.

Keywords: Bakso AyTeKe, Kader.

PENDAHULUAN

Kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang selama masa 1000 Hari Pertama Kehidupan salah satu faktor utama penyebab Stunting (HPK) (Siswati, 2018). Stunting menyebabkan *lost generation* dan penyakit degeneratif pada saat dewasa. Kurangnya konsumsi makanan baik secara kualitas maupun kuantitas salah satunya karena ketidakberagamannya makanan yang dikonsumsi khususnya asupan pangan yang bersumber dari pangan hewani merupakan salah satu penyebab stunting

(Rahayu *et al.*, 2018). Nusa Tenggara Barat merupakan salah satu Propinsi yang masih tinggi prevalensi stuntingnya. Berdasarkan Data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021, prevalensi balita stunting (TB/U) di NTB sebesar 31,4 % masih diatas prevalensi Nasional 24,4 % (Kemenkes, 2022) Salah satu kabupaten yang merupakan salah satu lokus stunting adalah Kabupaten Lombok Barat khususnya Kecamatan Gerung Desa Kebon Ayu.

Pemberdayaan masyarakat, melalui optimalisasi peran kader

posyandu sebagai salah satu ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat dalam penanggulangan stunting (Nasution and Musyabiq, 2020) terutama di 1000 hari pertama kehidupan (HPK) (Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi, 2017).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memperkenalkan makanan yang berbasis pangan lokal berupa kelor dan tempe sebagai bahan yang ditambahkan dalam pembuatan bakso. Bakso “AyTeke” merupakan bakso yang berbahan dasar ayam yang ditambahkan tempe dan kelor untuk meningkatkan nilai gizi. Hasil penelitian menunjukkan produk yang berbahan kelor digunakan sebagai alternatif dalam mengatasi masalah gizi khususnya stunting. Penelitian (Luthfiah and Wirawan, 2020) menunjukkan terdapat perubahan berat badan pada kelompok anak stunting yang mendapatkan opak kelor ikan sebelum dan setelah intervensi. Penelitian (Muliawati and Sulistyawati, 2019) menunjukkan bahwa ekstrak moringa oleifera (daun kelor) dapat meningkatkan tinggi badan balita sebesar 0,594 cm.

METODE

Sasaran kegiatan ini adalah lima orang kader posyandu Dusun Penarukan Lauk Desa Kebon Ayu Gerung NTB. Kegiatan dilaksanakan bulan Maret 2023. Metode demonstrasi pembuatan produk bakso berbahan dasar ayam yang ditambahkan kelor dan tempe. Kegiatan ini terdiri dari beberapa tahap yaitu tahap persiapan meliputi survey lokasi sekaligus pengurusan ijin kegiatan telah dilaksanakan tanggal 4 dan 5 Maret 2023, dilanjutkan pendampingan kader dalam pembuatan produk yang dilakukan pada tanggal 12

Maret 2023 dihadiri oleh lima orang kader. Adapun produk yang didemostrasikan adalah bakso “AyTeKe”. Pelaksanaan monitoring untuk kesiapan kader dalam mengimplimentasikan dalam kegiatan posyandu untuk produk yang telah didemostrasikan dilaksanakan pada 1 April 2023 sebagai bentuk rencana tindak lanjut dari hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode dalam kegiatan ini menggunakan pendekatan demonstrasi pada sasaran dalam pembuatan bakso yang berbahan daging ayam dengan ditambahkan kelor dan tempe. Pemilihan produk bakso sebagai makanan yang didemostrasikan karena dalam hal pembuatan sangat mudah dan merupakan jajanan yang sangat disukai oleh anak-anak. Bakso dengan tambahan bahan berbasis pangan lokal seperti tempe, kelor merupakan selingan sehat yang sudah memenuhi kandungan gizi sebagai camilan sehat (Sofiyatin, 2022)

Produk bakso “AyTeKe” mengandung nilai gizi per 100 gram yaitu *Kalori 210 Kkal, protein 16,8 g, Lemak 10,5 g, KH 12,5 g*. Pemenuhan makanan yang bergizi terutama sumber protein merupakan suatu intervensi yang sangat baik untuk anak stunting. Asupan gizi yang kurang akan mengganggu tumbuh kembang anak. Sehingga pemberian makanan yang bernilai gizi seperti produk bakso “AyTeKe” merupakan salah satu alternatif untuk anak stunting. Bakso merupakan produk yang digemari oleh masyarakat mulai dari anak-anak hingga dewasa (Hasniar, Rais and Fadilah, 2019)

Bakso yang terbuat dari olahan protein hewani seperti daging ayam, sapi

atau ikan . Tempe merupakan salah satu sumber protein nabati yang potensi dan memiliki nilai gizi seimbang dengan sumber protein hewani. Penambahan tempe dalam pembuatan bakso memperkaya nilai gizi bakso khususnya vitamin dan mineral sebagai makanan jajanan sehat untuk balita. Tempe sumber protein potensial dengan harga relatif murah, ketersediaan melimpah, dan tekstur yang menyerupai daging serta memiliki daya cerna dan asam amino essensial relatif tinggi dibandingkan bahan dasarnya kedelai (Hasniar, Rais and Fadilah, 2019) Sedangkan daun kelor salah satu tanaman yang kandungan gizi sangat tinggi seperti betakaroten, Vitamin C, Protein, zat besi dan juga kalsium(Sugianto, 2016)(Karina Citra Rani, Nikmatul Ikhrom Ekajayani, Noviaty Kresna Darmasetiawan, 2019)

Kelor sudah banyak di tambahkan dalam makanan jajanan sehat sebagai makanan selingan seperti bubur tempe kelor, pancake kelor dan kue jala saus nangka (Chabibah, Khanifah and Kristiyanti, 2019) pancake kacang merah dan daun kelor untuk jajanan anak sekolah (Heluq and Mundiastuti, 2018) serta pemanfaatan tepung biji kelor dalam pembuatan cookies untuk perubahan berat badan anak (Irwan, Salim and Adam, 2020) es krim kelor untuk pencegahan stunting (Kurniasih Sukenti, Nining Yuni Rosida, 2020) dan Opak kelor ikan untuk anak stunting (Luthfiyah and Wirawan, 2020) Bakso yang ditambahkan kelor dan hati ayam merupakan salah satu pilihan untuk mencukupi kebutuhan zat besi dan zat gizi bagi remaja putri (Maulida, Rahayu, Hidayanty, Saifudin, 2022) serta peningkatan IMT anak yang diberikan MP-ASI berbahan daun kelor (Rahayu, Anna and Nurindahsari, 2018)

Pendampingan kader dalam pembuatan bakso “AyTeKe” manfaatnya bisa meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan kader untuk mempersiapkan produk yang bernilai gizi tinggi, salah satunya bisa diterapkan dalam pembuatan makanan pendamping untuk kegiatan posyandu terutama berbasis pangan lokal seperti kelor dan tempe. Kader sebagai ujung tombak dalam pelayanan kesehatan dapat memberikan kontribusi dalam perbaikan gizi masyarakat khususnya dalam mengatasi masalah stunting. Pendampingan dan pelatihan kader sudah banyak dilakukan dan memberikan dampak dalam peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader baik dalam pembuatan makanan tambahan untuk balita stunting (Solang, Baderan and Kumaji, 2019) makanan MP-ASI (Andi Tenri Abeng and Linda Hardiyanti, 2019) peningkatan ketrampilan pengukuran tinggi dan berat badan balita(Punjastuti, Yunitasari and Maryati, 2022) (Nurul Azizan, Sri Rahayu and Nur Aini, 2023) (Muthia *et al.*, 2023).



Gambar 2 Produk Bakso “AyTeKe”



Gambar 3 Kegiatan Pendampingan Pembuatan Bakso “AyTeKe”

SIMPULAN DAN SARAN

Bakso “AyTeke” merupakan bakso yang berbahan dasar ayam yang ditambahkan tempe dan kelor dengan kandungan gizi/ 100 gram adalah Kalori 210 Kkal, protein 16,8 g, Lemak 10,5 g, KH 12,5 g. Bakso “AyTake” dapat menjadi salah satu alternatif sebagai makanan tambahan lokal untuk anak stunting yang bernilai gizi tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Mataram atas dukungan Dana dalam kegiatan pengabmas yang telah dilakukan yang bersumber dari dana DIPA Poltekkes Kemenkes Mataram

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Tenri Abeng and Linda Hardiyanti (2019) ‘Pengaruh Pelatihan Oleh Kader Posyandu Terhadap Praktek Ibu Dalam Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi)’, *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, 11(1), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.35907/jksbg.v11i1.127>.
- Chabibah, N., Khanifah, M. and Kristiyanti, R. (2019) “kelor” cooking class : Modifikasi edukasi dalam upaya penatalaksanaan Stunting’, *Link*, 15(2), pp. 17–23. Available at: <https://doi.org/10.31983/link.v15i2.4845>.
- Hasniar, Rais, M. and Fadilah, R. (2019) ‘Analisis kandungan gizi dan Uji organoleptik pada bakso tempe dengan penambahan daun kelor (*moringa oleifera*)’, *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 5, pp. 189–200.
- Heluq, D.Z. and Mundiastuti, L. (2018) ‘Daya Terima Dan Zat Gizi Pancake Substitusi Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) Dan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Sebagai Alternatif Jajanan Anak Sekolah’, *Media Gizi Indonesia*, 13(2), pp. 133–140. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.133-140>.
- Irwan, Z., Salim, A. and Adam, A. (2020) ‘Pemberian cookies tepung daun dan biji kelor terhadap berat badan dan status gizi anak balita di wilayah kerja Puskesmas Tampa Padang’, *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 5(1), p. 45. Available at: <https://doi.org/10.30867/action.v5i1.198>.
- Karina Citra Rani, Nikmatul Ikhrom Ekajayani, Noviaty Kresna Darmasetiawan, A.D.R.D. (2019) *Kandungan Nutrisi Tanaman Kelor*, Fakultas Farmasi Universitas Surabaya.
- Kemenkes (2022) *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*, Kemenkes.
- Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi (2017) *Buku saku desa dalam penanganan stunting*, *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*.
- Kurniasih Sukenti, Nining Yuni Rosida, D.R. (2020) ‘Produk Inovasi Es Krim Kelor (*Moringa oleifera*

- Lam.) sebagai Upaya Pencegahan Stunting Desa Jatisela, Kecamatan Gunung Sari, Lombok Barat', *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1). Available at: <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v3i1.392>.
- Luthfiah, F. and Wirawan, S. (2020) 'Enrichment Opak Kelor Ikan Modifikasi dan Dampaknya pada Anak Stunting di Kabupaten Lombok Utara', *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)*, 5(1), p. 9. Available at: <https://doi.org/10.32807/jgp.v5i1.169>.
- Maulida, Rahayu, Hidayanty, Saifudin, M. (2022) 'Nutritional Analysis of Chicken Liver and Moringa Leaves Meatballs: Source of Iron for Adolescent Girls', *The Journal of Indonesian Community Nutrition*, 11(1), pp. 27–37. Available at: <http://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/view/19812%0Ahttp://journal.unhas.ac.id/index.php/mgmi/article/download/19812/8194>.
- Muliawati, D. and Sulistyawati, N. (2019) 'Pemberian Ekstrak Moringa Oleifera Sebagai Upaya Preventif Kejadian Stunting Pada Balita', *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 10(2), pp. 123–131. Available at: <http://www.jurnalmadanimedika.ac.id/index.php/JMM/article/view/81>.
- Muthia, A. et al. (2023) 'Pengaruh pelatihan terhadap peningkatan ketrampilan kader Posyandu dalam pengukuran Antropometri untuk deteksi dini kejadian stunting di Desa Dukuhrejosari wilayah Kerja Puskesmas Ambal II Kabupaten Kebumen'.
- Nasution, S.H. and Musyabiq, S. (2020) 'Intervensi Pencegahan Stunting Melalui Peningkatan Pemahaman Stunting Bagi Kader Posyandu Sebagai Upaya Optimalisasi Peran Kader Posyandu di Masyarakat Kelurahan Tanjung Raya Bandar Lampung', *JPM Ruwa Jurai*, 1(5), pp. 118–120.
- Nurul Azizan, F., Sri Rahayu, L. and Nur Aini, R. (2023) 'Pengaruh Pelatihan Kader terhadap Peningkatan Keterampilan Pengukuran Tinggi Badan dan Penilaian Status Stunting pada Balita di Desa Kadubale, Kecamatan Banjar, Kabupaten Pandeglang Tahun 2022', *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 2(1), pp. 53–58. Available at: <https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.1.53-58>.
- Punjastuti, B., Yunitasari, P. and Maryati (2022) 'Optimalisasi Peran Kader Dalam Mengatasi Stunting Di Desa Gerbosari Samigaluh Kulonprogo', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Kesehatan*, vol.2 no.3(September 2022).
- Rahayu, A. et al. (2018) *Study Guide - Stunting dan Upaya Pencegahannya*, Buku stunting dan upaya pencegahannya.
- Rahayu, T.B., Anna, Y. and Nurindahsari, W. (2018) 'Peningkatan Status Gizi Balita Melalui Pemberian Daun Kelor (Moringa Oleifera)', *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2), pp. 87–91. Available at: <https://doi.org/10.36569/jmm.v9i2.14>.
- Siswati, T. (2018) *STUNTING*. Edited by H. Kusnanto and T. Sudargo. Husada Mandiri.
- Sofiyatin, R. (2022) 'Makanan Selingan Berbasis Pangan Lokal untuk Anak Usia 3-5 Tahun dalam Upaya Pencegahan Stunting', *Jurnal Pengabdian Masyarakat*

Sasambo, 3, pp. 11–15.

- Solang, M., Baderan, D.W.K. and Kumaji, S.S. (2019) ‘Pemberdayaan masyarakat dalam penanganan balita stunting melalui pemanfaatan pangan lokal sumber protein dan zink berbasis kerang dan kelor di Kabupaten POHUWATO Propinsi Gorontalo’, *Jurnal Pengabdian masyarakat*, 25(2), pp. 85–90.
- Sugianto (2016) Kandungan gizi daun kelor (*Moringa oleifera*) berdasarkan posisi daun dan suhu penyeduhan, Fakultas Ekologi Manusia Institut Pertanian Bogor.