

DEMONSTRASI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN “PUDDING JAGUNG” SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA NGAMPELREJO KECAMATAN JOMBANG KABUPATEN JEMBER

Ayu Ferra Dwi Lestari *¹

Etika Hari Pidani ²

Lailatul Faizah ³

Nihlah Nafa'ani ⁴

Rinta Oktrisia ⁵

Silma Aulia ⁶

Harmawan Teguh Saputra ⁷

^{1,3} Universitas dr. Soebandi Jember

² Universitas PGRI Argopuro Jember

⁴ UIN Khas Jember

⁵ Universitas Jember

⁶ Institut Agama Islam Al-Qodiri Jember

⁷ Universitas PGRI Argopuro Jember

*e-mail : ayu.vera03@gmail.com , etikapisani@gmail.com , lailafaizah472@gmail.com , nihlahnafa3@gmail.com , rintaokt@gmail.com , silmaaulia25@gmail.com , wa0n3.saputra@gmail.com

Abstrak

Peningkatan angka stunting di Indonesia memerlukan upaya inovatif dalam pemenuhan gizi anak-anak, khususnya di daerah pedesaan. Penelitian ini memfokuskan pada demonstrasi puding jagung sebagai salah satu upaya pencegahan stunting di Desa Ngampelrejo, Jombang, Jember. Puding jagung dipilih karena jagung kaya akan nutrisi penting seperti vitamin A, vitamin B kompleks, dan mineral yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Melalui pelatihan dan penyuluhan kepada ibu-ibu rumah tangga dan kader kesehatan setempat, program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang nutrisi dan keterampilan dalam membuat puding jagung yang bergizi. Evaluasi dilakukan untuk mengukur dampak program terhadap pengetahuan gizi peserta dan perubahan pola konsumsi makanan di keluarga. Hasil demonstrasi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengurangan angka stunting di desa tersebut dengan meningkatkan asupan makanan bergizi bagi anak-anak dan keluarga di Desa Ngampelrejo.

Kata Kunci: Stunting, Makanan Sehat, Demonstrasi.

Abstract

Increasing stunting rates in Indonesia requires innovative efforts to fulfill children's nutrition, especially in rural areas. This research focuses on a corn pudding demonstration as an effort to prevent stunting in Ngampelrejo Village, Jombang, Jember. Corn pudding was chosen because corn is rich in important nutrients such as vitamin A, vitamin B complex, and minerals that support children's growth and development. Through training and counseling to housewives and local health cadres, this program aims to increase knowledge about nutrition and skills in making nutritious corn pudding. The evaluation was carried out to measure the impact of the program on participants' nutritional knowledge and changes in food consumption patterns in the family. It is hoped that the results of this demonstration can make a significant contribution to reducing stunting rates in the village by increasing the intake of nutritious food for children and families in Ngampelrejo Village.

Keywords: Stunting, Healthy Food, Demonstration.

PENDAHULUAN

Stunting, permasalahan gizi kronis pada anak balita, masih menjadi tantangan besar di Indonesia, termasuk di wilayah Jember. Kondisi ini ditandai dengan pertumbuhan tubuh yang terhambat akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama. Desa Ngampelrejo, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jember, menjadi salah satu desa yang memiliki kasus stunting yang perlu

diperhatikan. Untuk mengatasi masalah ini, berbagai upaya telah dilakukan, salah satunya adalah melalui kegiatan demonstrasi pembuatan puding jagung.

Penyuluhan gizi seringkali menjadi tantangan tersendiri, terutama dalam menyampaikan informasi yang kompleks dengan cara yang menarik dan mudah dipahami. Dalam upaya meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Ngampelrejo tentang pentingnya gizi bagi tumbuh kembang anak, Mahasiswa KKN Kolaboratif Kelompok 121 Ngampelrejo Jember mengadakan demonstrasi pembuatan puding jagung. Kegiatan ini tidak hanya memberikan informasi tentang kandungan gizi jagung yang baik untuk mencegah stunting, tetapi juga memberikan pengalaman langsung bagi masyarakat dalam mengolah makanan bergizi.

Keterlibatan masyarakat sangat penting dalam upaya pencegahan stunting. Salah satu contoh kegiatan yang melibatkan masyarakat secara langsung adalah demonstrasi pembuatan puding jagung yang dilakukan di Desa Ngampelrejo. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu dalam mengolah makanan bergizi bagi anak karena jagung merupakan salah satu komoditas pertanian yang melimpah di wilayah Jember. Selain sebagai sumber karbohidrat, jagung juga mengandung berbagai nutrisi penting seperti protein, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak. Dalam rangka memanfaatkan potensi jagung untuk mengatasi masalah Stunting, Mahasiswa KKN Kolaboratif Jember Kelompok 121 Ngampelrejo mengadakan demonstrasi pembuatan Pudding Jagung.

METODE

Kegiatan demonstrasi ini dilaksanakan di Posyandu Desa Ngampelrejo pada tanggal 1 Agustus 2024 pada pukul 09.00 WIB hingga selesai. Sasaran kegiatan ini di khususkan pada Ibu, Anak, dan Kader dari Posyandu Desa Ngampelrejo sebanyak 20-30 an orang.

Demonstrasi ini berfokus pada mempraktikkan proses pembuatan puding jagung sebagai menu Tinggi Kalori Tinggi Protein (TKTP) untuk pencegahan stunting pada anak, dengan tujuan agar peserta dapat memahami dan mempraktekkan resep tersebut di rumah. Keduanya bertujuan mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat, bersih, dan konsumsi makanan bergizi, serta rutin melakukan posyandu untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak.

Untuk kegiatan Demonstrasi ini, alat dan bahan yang dibutuhkan mencakup bahan untuk memasak puding jagung seperti jagung manis, gula, air dan susu, serta peralatan memasak seperti kompor, panci, blender, spatula, pisau, cup, dan wadah untuk mencampur bahan. Selain itu, diperlukan juga alat dan bahan untuk mempersiapkan tempat dan memandu kegiatan, seperti meja, kursi, perlengkapan makanan seperti piring, sendok, dan cup untuk menyajikan puding jagung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting adalah kondisi di mana pertumbuhan anak terhambat sehingga tinggi badannya lebih pendek dari rata-rata anak seusianya, biasanya disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang baik dalam jangka waktu yang lama.

Salah satu penyebab stunting pada anak adalah kurangnya asupan gizi yang memadai, pola makan yang tidak seimbang atau tidak sehat, dan kurangnya akses terhadap makanan bergizi. Kurangnya asupan gizi dapat terjadi karena faktor ekonomi, sosial, dan budaya yang menghambat akses terhadap makanan bergizi, pola makan yang tidak seimbang, misalnya kurangnya variasi makanan yang mengandung zat gizi penting seperti protein, vitamin, dan mineral. Selain itu, stunting pada anak juga disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang dan cara membuat makanan yang sehat.

Tujuan dari Demonstrasi puding jagung adalah untuk memberikan contoh praktis dari menu Tinggi Kalori Tinggi Protein (TKTP) yang dapat membantu mencegah stunting pada anak. Peserta demo dapat melihat langsung cara membuat puding jagung yang mengandung nutrisi penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Demonstrasi ini juga memberikan inspirasi kepada peserta untuk mencoba membuat menu serupa di rumah, sehingga

meningkatkan kesadaran akan pentingnya mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi dalam pencegahan stunting.



gambar1. Bahan-bahan pembuatan Pudding jagung



gambar2. Hasil Olahan Pudding Jagung



gambar3. Pemberian Pudding Jagung kepada Ibu dan Anak



Dalam konteks kegiatan Demonstrasi tentang pencegahan stunting, Tujuan utamanya adalah untuk mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat dan konsumsi makanan bergizi. Melalui penyuluhan yang mencakup penjelasan tentang Stunting, Demonstrasi pudding jagung sebagai contoh menu TKTP (Tinggi Kalori Tinggi Protein), serta interaksi sesi tanya jawab dan kuis, diharapkan peserta dapat memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi dan mengadopsi pola makan yang lebih sehat. Dengan demikian, diharapkan kegiatan ini dapat memberikan dampak positif dalam mendorong perubahan perilaku menuju gaya hidup yang lebih sehat dan konsumsi makanan yang lebih bergizi, sehingga dapat membantu mencegah terjadinya stunting pada anak-anak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Demo Masak telah berhasil memberi tahu masyarakat, terutama ibu-ibu kader Desa Ngampelrejo, tentang cara mencegah stunting. Peserta diharapkan akan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi dalam pencegahan stunting pada anak-anak melalui pemahaman menyeluruh tentang peningkatan pembuatan pudding jagung sebagai contoh menu TKTP (Tinggi Kalori Tinggi Protein). Peserta diharapkan dapat lebih memahami pentingnya konsumsi makanan bergizi dalam mencegah stunting pada anak-anak. Interaksi sesi tanya jawab dan kuis juga telah memberikan kontribusi dalam memastikan pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan. Untuk meningkatkan efektivitas program ini, disarankan untuk lebih menekankan pentingnya rutin mengikuti posyandu untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara berkala. Dengan demikian, diharapkan program ini dapat memberikan dampak positif dalam mendorong perubahan perilaku menuju pola hidup sehat dan konsumsi makanan bergizi di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar Hidayatullah Gumanti, Kholid Muayyanah, dkk. "Upaya Pencegahan Stunting melalui Kegiatan Sosialisasi dan Makanan Sehat kepada Masyarakat di Desa Pakis Kecamatan Panti Kabupaten Jember Oleh KKN Kolaboratif 154 Jember" *Jurnal Pengabdian Masyarakat* Vol.2 No.1(2023).
- Melika Inda Panigoro, Andi Akifa Sudirman, Dewi Modjo. "Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila" *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi* Vol.1 No.1(2023).
- Muhammad Khoiruddin Al Amin, Sinta Nadziatul Izqia, Eka Zuni Astuti, dkk. "Penyuluhan dan Demo Masak dalam Upaya Pemberdayaan Ekonomi Kreatif Masyarakat sebagai Peningkatan Kesejahteraan dan Upaya Pencegahan Stunting" *Jurnal Hasil Karya Pengabdian Masyarakat* Vol.2 No.1.(2024)
- Mustika Ratnaningsih Purbowati, Ira Citra Ningrum, Ratna Wulan Febrianti. "Gerakan Bersama Kenali Jaga Dan Atasi Stunting Melalui Edukasi Bagi Masyarakat Di Desa Padamara Kabupaten Purbalingga". As Syifa *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat* Vol.2 No.1(2021).
- Siska Evi Martina, Edryani Yonlafado Simanjuntak I, Novita Aryani. "Pemberian Puding Jagung Terhadap Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil Bayi Dan Anak-Anak Di Dusun Tebing Ganjang". *Jurnal Abdimas Mutiara* Vol 1 No 2 (2020).
- Zulfikar Lating, Mariene Wiwin Dolang, Dkk. "Analisis Manajemen Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Waesamu Tahun 2023". *Jurnal Medika Husada* Vol 3 No 2 (2023).