

## UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI DAN PENGOLAHAN PANGAN FUNGSIONAL BAGI WARGA DUSUN KRAPYAK KULON, PANGGUNGHARJO, SEWON, BANTUL

Eni Kartika Sari<sup>1\*</sup>, Beta Ria Erika Marita Dellima<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi S1 Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo

\*Korespondensi : [kartikasarieni83@gmail.com](mailto:kartikasarieni83@gmail.com)

### ABSTRACT

*Stunting is a growth disorder, metabolic disorder, brain development disorder, and affects children's intelligence. Until now, the problem of stunting still occurs in the community, including in Krapyak Kulon, Panggungharjo Village, Sewon, Bantul. On the other hand, natural ingredients that are quite often found in Panggungharjo Village are lemongrass and ginger, the use of which is not optimal even though they are rich in active ingredients. Therefore, efforts are needed to increase the use value of these ingredients, which in this case are ingredients for making functional food to prevent stunting. This service aims to increase knowledge about the dangers of stunting and alternative functional food to prevent stunting in the form of Sang Kukis. Sang Kukis is a cookie made from natural ingredients rich in nutrients, namely banana flour, green bean extract, ginger and lemongrass with an attractive shape for children. Service activities are carried out offline or face-to-face through counseling and direct practice in making Sang Kukis. Community knowledge was measured through a pretest before the activity and a posttest after being given counseling and practical food making practices by the service team. Based on the results of the pretest and posttest which were attended by 22 participants, it can be stated that there was an increase in respondents' understanding of the definition of stunting from 45.45% to 68.18%, material on understanding the characteristics of stunting from 50% to 81.81%, causes of stunting from 45.45% to 90.90%, understanding of the dangers of stunting from 40.90% to 90.90% and understanding of functional food processing to prevent stunting from 31.81% to 86.36%. Based on this data, it can be concluded that community service activities can increase public understanding about the dangers of stunting and alternative foods to prevent stunting.*

**Keywords:** *Stunting; functional food; community service*

### ABSTRAK

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan, gangguan metabolisme, gangguan perkembangan otak, hingga mempengaruhi kecerdasan anak. Sampai saat ini, permasalahan stunting masih terjadi pada masyarakat termasuk di Krapyak Kulon, Desa Panggungharjo, Sewon, Bantul. Di sisi lain, bahan alam yang cukup banyak ditemukan di Desa Panggungharjo adalah serai dan jahe yang pemanfaatannya belum

### RIWAYAT ARTIKEL

Diserahkan : 05/12/2023

Diterima : 26/11/2024

Dipublikasikan : 01/12/2024

optimal meskipun kaya kandungan bahan aktif. Oleh karena itu, perlu upaya peningkatan nilai guna bahan tersebut yang dalam hal ini menjadi bahan pembuatan pangan fungsional pencegah stunting. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya stunting dan alternatif pangan fungsional pencegah stunting berupa Sang Kukis. Sang Kukis adalah kukis yang terbuat dari bahan alam kaya nutrisi yaitu tepung pisang, ekstrak kacang hijau, jahe, dan serai dengan bentuk yang menarik untuk anak. Kegiatan pengabdian dilaksanakan secara *offline* atau tatap muka melalui penyuluhan dan praktik secara langsung pembuatan Sang Kukis. Pengetahuan masyarakat diukur melalui *pre test* sebelum kegiatan dan *post test* setelah diberikan penyuluhan dan praktik pembuatan pangan fungsional oleh tim pengabdian. Berdasarkan hasil *pre test* dan *post test* yang diikuti oleh 22 peserta, dapat dinyatakan bahwa terjadi peningkatan pemahaman responden tentang definisi stunting dari 45,45% menjadi 68,18%, materi pemahaman ciri stunting dari 50% menjadi 81,81%, penyebab stunting dari 45,45% menjadi 90,90%, pemahaman bahaya stunting dari 40,90% menjadi 90,90% serta mengerti pengolahan pangan fungsional pencegah stunting dari 31,81% menjadi 86,36%. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang bahaya stunting dan alternatif makanan pencegah stunting.

**Kata Kunci:** *Stunting*; pangan fungsional; pengabdian kepada masyarakat

## PENDAHULUAN

*Stunting* merupakan keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan gizi masa lalu yang termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis (Sutarto dkk., 2018). Definisi lain dari *stunting* adalah kondisi gagal pada proses pertumbuhan dan perkembangan balita karena kekurangan gizi sejak dalam kandungan, dan mampu diketahui dengan melihat tubuh anak yang lebih kecil dibandingkan anak seusianya (Iqbal & Ramadhani, 2021).

Sampai saat ini, di tengah teknologi informasi yang berkembang pesat, kenyataannya permasalahan *stunting* masih terjadi pada masyarakat termasuk di Krapiyuk Kulon, RT 05, Kalurahan Panggungharjo, Sewon, Bantul. Terdapat sebanyak 77 balita *stunting* di Kalurahan Panggungharjo. Disampaikan oleh pemerintah kalurahan bahwa, Pemerintah Kalurahan Panggungharjo mempunyai beberapa fokus utama untuk anggaran tahun 2023. Beberapa fokus utama tersebut yakni terkait dengan penanganan

*stunting*, penguatan status desa mandiri budaya dengan kegiatan pembinaan melalui lembaga kalurahan dan lembaga kemasyarakatan, peningkatan ketahanan pangan, peningkatan kesejahteraan masyarakat serta perlindungan sosial.

Dampak jangka pendek *stunting* adalah gangguan pertumbuhan, gangguan metabolisme, gangguan perkembangan otak, hingga mempengaruhi kecerdasan anak. Dalam jangka panjang stunting akan mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan dan memperbesar ketimpangan di suatu negara (Rimayuli, 2018; TNP2K, 2017).

Sejauh ini yang telah dilakukan oleh pihak kalurahan adalah sosialisasi bahaya *stunting*, pemberian makanan tambahan bagi balita termasuk balita *stunting* melalui Posyandu dan pemeriksaan kesehatan bagi bayi yang terindikasi *stunting*. Upaya tersebut cukup memberikan dampak pada kenaikan berat badan anak namun belum signifikan menekan angka *stunting*, sehingga perlu upaya

intens dan serius guna mengurangi angka *stunting*.

Di sisi lain, terdapat potensi bahan alam yang cukup melimpah di Kalurahan Panggungharjo yang dapat diolah menjadi pangan fungsional pencegah *stunting*. Salah satu bahan yang cukup banyak ditemukan di Kalurahan Panggungharjo adalah pisang, serai dan jahe. Pisang hanya dimanfaatkan sebagai buah pelengkap makanan. Meskipun beberapa warga sudah ada yang mengupayakan membuat tepung pisang, namun belum ada yang membuat inovasi menjadi makanan pencegah *stunting*. Diketahui bahwa pisang mempunyai banyak manfaat, diantaranya mengandung antioksidan, vitamin, mineral dan serat yang dibutuhkan tubuh (Cressey, 2014).

Selain pisang, serai dan jahe selama ini baru dimanfaatkan menjadi minuman penghangat tubuh. Belum banyak dimanfaatkan sebagai salah satu bahan makanan pencegah *stunting*. Serai mengandung banyak senyawa bioaktif yang berfungsi sebagai antioksidan, antidiabetes, antihipertensi, antibakteri dan aroma minyak atsirinya mampu mengurangi kecemasan (Ariska & Utomo, 2020; Suradi dkk., 2017). Begitu pula dengan jahe yang mempunyai banyak manfaat diantaranya sebagai antirematik, antimual, pereda batuk, mengatasi diare dan meningkatkan stamina (Late & Jose, 2016; Muhlisah, 2017; Rukmana, 2020).

Oleh karena banyaknya manfaat dan nilai gizi pisang, serai, dan jahe yang berkaitan dengan peningkatan stamina tubuh serta belum adanya upaya pengolahan bahan tersebut menjadi produk makanan pencegah *stunting*, maka pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan dilaksanakan penyuluhan tentang bahaya *stunting* dan praktik pembuatan pangan fungsional sebagai alternatif pencegah *stunting* berupa Sang Kukis di Dusun Krapyak Kulon, RT 05, Panggungharjo, Sewon, Bantul.

## METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan secara tatap muka (*offline*) melalui penyuluhan

dan praktik secara langsung. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Minggu, tanggal 11 Juni 2023 secara tatap muka di Gedung Aula G Pondok Pesantren Al Munawwir Krapyak Yogyakarta yang masuk wilayah Krapyak Kulon RT 05, Panggungharjo, Sewon, Bantul.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana melalui beberapa tahapan yang meliputi analisis situasi, koordinasi tim pengabdian, persiapan tempat dan sarana, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi. Target peserta yaitu masyarakat Krapyak Kulon RT 05, Panggungharjo, Sewon, Bantul, Yogyakarta.

Koordinasi tim pengabdian dilakukan bersama dengan Ibu Muryani yang merupakan istri Bapak Sakirman, Ketua RT 05 Dusun Krapyak Kulon. Koordinasi dilakukan agar kegiatan berjalan dengan lancar. Sebagai upaya mengoptimalkan penyerapan materi, peserta dibatasi menjadi 22 peserta. Peserta merupakan warga masyarakat Krapyak Kulon dengan jenis kelamin wanita yang mempunyai putra balita atau mengasuh balita. Tim pengabdian kepada masyarakat memprioritaskan kepada orang tua balita yang memiliki balita *stunting* yang memiliki karakteristik bersedia belajar serta terbuka terhadap wawasan.

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh pembawa acara, dilanjutkan *pre test* untuk mengetahui tingkat pemahaman masyarakat terhadap tema pengabdian kepada masyarakat. Kegiatan selanjutnya pemaparan materi dan praktik pembuatan kukis oleh narasumber dari tim pengabdian yaitu, Eni Kartika Sari, M.Sc. Selanjutnya yaitu sesi tanya jawab. Sebelum acara ditutup dilakukan *post test* kepada peserta yang hadir untuk mengetahui peningkatan pemahaman materi peserta. Kegiatan diakhiri dengan pemaparan kesimpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

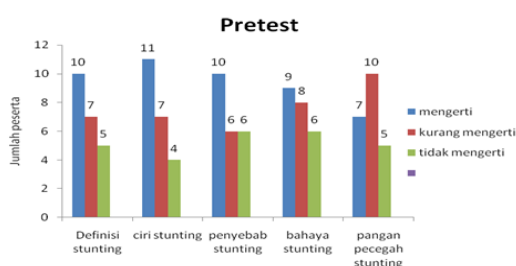
## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Upaya Pencegahan *Stunting* melalui Pengolahan Pangan Fungsional bagi

Warga Krpyak Kulon, Panggunharjo, Sewon, Bantul” telah dilaksanakan. Kegiatan ini diikuti oleh sebanyak 22 orang. Peserta merupakan warga Dusun Krpyak Kulon RT 05, Panggunharjo, Sewon, Bantul. Kegiatan ini dilaksanakan berdasarkan hasil analisis situasi yang telah dilakukan sebelumnya oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Permasalahan *stunting* masih terdapat di masyarakat termasuk di Dusun Krpyak Kulon RT 05, Panggunharjo, Sewon, Bantul.

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada, terkait belum optimalnya pemahaman masyarakat tentang bahaya *stunting* dan adanya potensi pemanfaatan bahan alam untuk membuat makanan yang dapat menunjang pencegahan *stunting*, maka dilaksanakan pengabdian kepada masyarakat yang dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang *stunting* dan pangan fungsional pencegah *stunting* di Krpyak Kulon RT 05, Panggunharjo, Sewon, Bantul. Pelaksanaan pengabdian ini terbagi menjadi dua sesi yaitu penyuluhan bahaya *stunting* dan praktik pembuatan makanan Sang Kukis yang berbahan tepung pisang, ekstrak jahe dan serai.

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Minggu, 11 Juni 2023 yang dilakukan secara tatap muka. Penyuluhan dan praktik diawali dengan pembukaan, kemudian dilaksanakan *pre test* secara tertulis. Tujuan dilakukan *pre test* yaitu untuk mengetahui pemahaman masyarakat tentang bahaya *stunting* dan pangan fungsional yang dapat mencegah *stunting*. Data hasil *pre test* peserta dapat dilihat pada Gambar 1.



**Gambar 1. Hasil *Pre Test* Peserta sebelum Kegiatan Pengabdian**  
(Sumber: Hasil Analisis, 2023)

Gambar 1 menunjukkan bahwa, sebagian besar peserta belum terlalu mengetahui definisi, ciri, penyebab, dan bahaya *stunting*. Selain itu, peserta juga belum begitu memahami jenis pangan yang dapat mencegah *stunting*. Oleh karena itu, sangat tepat diadakan kegiatan pengabdian ini.

Kegiatan selanjutnya adalah penyuluhan dan praktik membuat Sang Kukis yaitu kukis berbahan tepung pisang, sari kacang hijau dengan campuran ekstrak jahe dan serai. Pemaparan materi pertama oleh narasumber tim pengabdian yaitu, Apt. Beta Ria Erika MD., M.Sc. tentang definisi dan bahaya *stunting*. Kemudian materi selanjutnya oleh Eni Kartika Sari, M.Sc. dengan tema pangan fungsional pencegah *stunting*.

Masing-masing narasumber memaparkan materi selama 60 menit. Selanjutnya acara dilanjutkan dengan sesi tanya-jawab antara pemateri dan peserta selama 30 menit. Narasumber pertama menjelaskan berbagai penyebab dan bahaya *stunting*. Bahaya yang paling serius adalah keterbelakangan mental anak bahkan sampai terjadinya penyakit kronis pada anak.



**Gambar 2. Pemaparan Materi**  
(Sumber: Dokumentasi Penulis, 2023)

Materi dari narasumber kedua tentang pangan yang dapat mencegah *stunting* diantaranya yaitu sayuran hijau, susu, daging, kacang-kacangan, dan ikan. Selain itu ternyata bahan alam seperti jahe dan serai yang mempunyai zat aktif juga dapat meningkatkan kualitas kesehatan tubuh yang dapat diolah

menjadi pangan fungsional pencegah *stunting* dengan menggunakan tepung *gluten free* salah satunya, yaitu tepung pisang (Late & Jose, 2016; Muhlisah, 2017; Rukmana, 2000). Peserta diajari membuat kukis yang diberi nama Sang Kukis berbahan tepung pisang, sari kacang hijau, ekstrak jahe, air rebusan serai, susu bubuk, maizena, mentega, gula halus, pengembang, dan garam.

Tahapan pembuatannya yaitu (1) campurkan mentega dan gula halus, aduk menggunakan mixer sampai berwarna pucat, kemudian masukkan kuning telur lalu aduk hingga merata. (2) Masukkan tepung pisang, sari kacang hijau, ekstrak jahe, air rebusan serai, maizena, pengembang dan garam secukupnya, aduk dengan mixer kecepatan sedang sampai kalis, lalu diamkan sesaat. (3) Adonan yang sudah jadi dipipihkan lalu dicetak dengan bentuk yang menarik, selanjutnya di oven dalam suhu 130°C selama 30 menit. Setelah matang, dikemas dalam kemasan *pouch ziplock* supaya aman dan terjaga tekstur serta rasanya yang telah diberi identitas nama *brand* produk Sang Kukis. Dikarenakan produk ini dibuat untuk kegiatan pengabdian, maka sementara ini produk belum dijual untuk kalangan umum hanya untuk konsumsi balita pada daerah mitra.



**Gambar 3. Narasumber Memberikan Penjelasan Tahap Pembuatan Kukis**  
(Sumber: Dokumentasi Penulis, 2023)



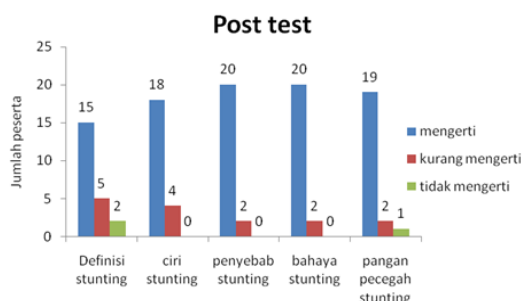
**Gambar 4. Bentuk Sang Kukis**  
(Sumber: Dokumentasi Penulis, 2023)

Sesi selanjutnya adalah tanya jawab. Selama sesi tanya jawab peserta yang hadir sangat antusias dan banyak bertanya tentang cara mencegah *stunting* dan cara membuat kukis supaya rasanya menarik di lidah anak-anak. Narasumber memberikan penjelasan bahwa sejak dalam kandungan nutrisi ibu hamil harus terpenuhi. Beberapa tips agar kukis berbahan tepung pisang disukai anak-anak adalah penambahan jahe dan serai tidak terlalu banyak dan bentuknya dibuat menarik. Semua peserta mendapatkan produk Sang Kukis yang dikemas dalam *pouch* sehingga diharapkan akan tahan lama rasa maupun teksturnya.



**Gambar 5. Pembagian Produk Sang Kukis**  
(Sumber: Dokumentasi Penulis, 2023)

Sebelum akhir acara, tim pengabdian melaksanakan *post test* yang hasilnya dapat dilihat pada Gambar 6.



**Gambar 6. Hasil *Post Test* Peserta setelah Kegiatan Pengabdian**

(Sumber: Hasil Analisis, 2023)

Gambar 6 menunjukkan bahwa sebagian besar peserta sudah memahami definisi, ciri, penyebab, dan bahaya *stunting* serta bahan makanan yang dapat mencegah *stunting*. Di akhir kegiatan pengabdian dilakukan evaluasi terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan yang diperoleh kesimpulan bahwa, pemahaman masyarakat akan bahaya *stunting* dan pangan fungsional pencegah *stunting* serta keterampilan masyarakat meningkat dalam pembuatan Sang Kukis pencegah *stunting* meningkat, dari sebelum adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## SIMPULAN

Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini yaitu adanya pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat Krpyak Wetan RT 05, Panggunharjo, Sewon, Bantul tentang *stunting* dan bahayanya. Selain itu, adanya kegiatan ini juga dapat meningkatkan pemahaman masyarakat jenis pangan fungsional pencegah *stunting* dan keterampilan pembuatan pangan fungsional Sang Kukis pencegah *stunting* pada target sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Masyarakat mengucapkan terimakasih kepada LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Akbidyo dan berbagai pihak yang terlibat sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariska, S. B., & Utomo, D. (2020). Kualitas minuman serbuk instan sereh (*Cymbopogon citratus*) dengan metode foam mat drying. *Media Informasi dan Komunikasi Ilmiah Teknologi Pertanian*, 11(1), 42–51.
- Cressey, R., Kumsaiyai, W., Mangklabruks, A. (2013). Daily consumption of banana marginally improves blood glucose and lipid profile in hyper cholesterolemic subjects and increases serum adiponectin in type 2 diabetic patients. *Indian J.Exp. Biol.* 52:1173– 1181.
- Djufri, K., Luang, L., & Araie, F. H. (2022). Identifikasi Pemanfaatan Morfologi Tumbuhan Sebagai Obat Tradisional Oleh Mahasiswa Biologi STKIP Kie Raha Ternate. *Journal Of Biology Education And Science*, 2(2), 86–94.
- Iqbal, M., & Ramadhani, Y. (2021). Upaya Konvergensi Kebijakan Pencegahan Stunting di Kota Padang. *Jurnal Manajemen dan Ilmu Administrasi Publik*, 3(2), 109–116.
- Late, I., & Jose, A. (2016). The Effectiveness of Ginger in the Prevention of Nausea and Vomiting during pregnancy and chemotherapy. *Jurnal Medicine Insight*, 1(11), 11–17.
- Muhlisah, F. (2017). *Aneka Jenis Tanaman Obat dan Khasiatnya, dalam Tanaman Obat Keluarga*. Penebar Swadaya Grup.
- Rimayuli, R. (2018). *Stop Stunting dengan Konseling Gizi*. Penebar Swadaya Grup.
- Rukmana. (2000). *Usaha Tani Jahe Dilengkapi dengan pengolahan jahe segar*, Seri Budi Daya. Penerbit Kanisius.

- Suradi, K., Gumilar, J., Yohana, H. R., Hidayatulloh, A. (2017). Kemampuan Serbuk Serai (*Cymbopogon Citratus*) Menekan Peningkatan Total Bakteri Dan Keasaman (Ph) Dendeng Domba Selama Penyimpanan. *Jurnal Ilmu Ternak*, 17(2), 103–108.
- Sutarto, Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018). Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *Journal Agromedicine*, 5(1), 240–245.
- TNP2K. (2017). *100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)*. Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan.