



Sosialisasi Konsumsi Ikan untuk Mecegah Stunting pada Anak

Liswahyuni¹, Uspar¹, FArmy¹, Nurlaelah¹

¹Program Studi Manajemen sumberdaya Perairan, Universitas Muhammadiyah Sinjai

²Program Studi Manajemen sumberdaya Perairan, Universitas Muhammadiyah Sinjai

e-mail: aliswahyuni@yahoo.com

ABSTRACT

Stunting merupakan kurangnya asupan nutrisi pada anak di masa pertumbuhan, salah satu contohnya konsumsi makanan instan yang keseringan ataupun berlebihan. Faktor yang berpengaruh terjadinya stunting salah satu diantaranya adalah status ekonomi rata-rata menengah kebawah dan pola asuh balita dan anak-anak. dalam rangka pencegahan dan penanggulangan stunting salah satunya adalah menyiapkan pengolahan bahan pangan potensi lokal terkhusus pada olahan hasil perikanan terutama pada ikan lokal yang memiliki nilai potensi yang tinggi di samping bahan baku mudah didapatkan, juga sangat ramah dengan kantong terutama pada masyarakat nelayan khususnya.

Desa angkue merupakan salah satu desa yang terletak di kecamatan kajuara kabupaten bone yang memiliki potensi sumberdaya ikan yang melimpah akan tetapi kekayaan alam tersebut belum di kelolah secara maksimal dalam menghasilkan olahan yang menarik dan tentunya di sukai oleh anak-anak. Kegiatan sosialisasi konsumsi ikan untuk mecegah stunting pada anak di lakukan dengan cara interaksi langsung dengan masyarakat sehingga tercapai kalaborasi dengan tim PKM, mahasiswa, pemerintah desa, masyarakat saling bekerjasama dalam mencapai tujuan yang maksimal.

Kata kunci: *Sosialisasi, Stunting, Konsumsi, Ikan.*

ABSTRACT

Stunting is a lack of nutritional intake in children during their growth period, one example of which is frequent or excessive consumption of instant food. One of the factors that influence the occurrence of stunting is the average economic status of the lower middle class and parenting patterns for toddlers and children. In the context of preventing and overcoming stunting, one of them is preparing the processing of local potential food ingredients, especially processed fishery products, especially local fish which have high potential value, besides being easy to obtain raw materials, they are also very pocket friendly, especially for the fishing community in particular.

Angkue village is one of the villages located in Kajuara sub-district, Bone Regency which has abundant potential fish resources, but these natural resources have not been managed optimally to produce interesting preparations which are certainly liked by children. Activities to socialize fish consumption to prevent stunting in children are carried out by direct interaction with the community so that collaboration is achieved with the PKM team, students, village government and the community working together to achieve maximum goals.

Keywords: *Socialization, Stunting, Consumption, Fish.*

A. PENDAHULUAN

Di negara berkembang stunting menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius dan prevalensinya tetap tinggi. Stunting disebabkan kekurangan asupan gizi dalam waktu lama pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang merupakan masa kritis. Balita setelah diukur panjang atau tinggi badan menurut umurnya, bila dibandingkan dengan standar baku WHO-MGRS (Multicentre Growth Reference Study) tahun 2005, nilai z-scorenya kurang dari -2SD dikategorikan pendek, dan dikategorikan sangat pendek jika nilai z-scorenya kurang dari -3SD. (Kementrian Kesehatan RI, 2016)

Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 37,2 %. Berdasarkan Pemantauan Gizi Tahun 2016, mencapai 27,5% sedangkan WHO memberikan batasan untuk stunting adalah < 20%. Hal ini menunjukkan bahwa pertumbuhan yang tidak maksimal dialami oleh sekitar 8,9 juta anak di Indonesia atau 1 dari 3 anak mengalami stunting. Selain itu lebih dari 1/3 anak berusia dibawah 5 tahun di Indonesia tinggai badannya di bawah rata-rata. Kementria Desa (2017).

Stunting pada saat ini telah menjadi masalah gizi di Indonesia karena persentasinya yang masih tinggi, yakni mencapai angka 30,8% menurut data Riset Kesehatan Dasar. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, meliputi faktor sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, dan kurangnya asupan energi pada bayi dan anak. Selain berakibat untuk kesehatan saat balita, anak-anak, stunting juga berakibat di masa mendatang.

Faktor yang berpengaruh terjadinya stunting salah satunya diantaranya status ekonomi rata-rata menengah kebawah dan pola asuh balita dan anak-anak. Untuk itu dilaksanakan program pengabdian masyarakat untuk memberdayakan ibu balita dalam rangka pencegahan dan penanggulangan stunting menyiapkan pengolahan bahan pangan potensi lokal. Pengabdian kepada masyarakat merupakan suatu media untuk menjembatangi dunia pendidikan dengan masyarakat, dimana perguruan Tinggi di hadapkan pada masalah bagaimana agar warga masyarakat mampu menghadapi tantangan lebih jauh kedepan di era globalisasi. Dengan adanya sosialisasi konsumsi ikan untuk mecegah stunting pada anak di desa Angkue Kec. Kajuara Kab. Bone diharapkan masyarakat punya konsep dasar dalam mengolah bahan lokal salah satunya adalah olahan ikan menjadi sebuah kreatifitas tepat saji.

B. METODE PELAKSANAAN DAN PELAKSANAAN

Metode kegiatan pada pengabdian kepada masyarakat adalah dengan interaksi langsung kepada masyarakat dalam rangka kegiatan sosialisasi konsumsi ikan untuk mencegah terjadinya stunting. Selanjutnya memberikan pemahaman pada masyarakat bahwasanya olahan hasil perikanan merupakan salah satu cara mecegah terjadinya stunting, yang secara umum di ketahui bahwa informasi nilai gizi pada ikan cukup untuk memenuhi kebutuhan energi pada tubuh anak.

Kegiatan Sosialisasi Pengelolaan limbah domestik desa Ankue Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone dilaksanakan pada tanggal 25 November 2023 Kegiatan sosialisasi ini bertujuan untuk menambah wawasan serta memberikan edukasi kepada masyarakat Desa Angkue sehingga menciptakan kalaborasi terkait konsep dasar sosialisasi konsumsi ikan untuk mencegah stunting dalam hal ini pengolahan ikan yang kreatif dan inovatif yang akan digemari oleh anak. Sosialisasi ini terdiri dari beberapa tahapan di mulai dari sasaran, tahap persiapan, penyampaian materi, praktikum olahan dan evaluasi kegiatan. Langkah-langkah tersebut

sebagai berikut :

1. Sasaran kegiatan

Sebagai objek sasaran pada kegiatan sosialisasi konsumsi ikan untuk mencegah stunting pada anak adalah masyarakat nelayan desa angkue secara umum dan secara khusus pada ibu rumah tangga yang berstatus sebagai istri nelayan.

2. Tahap Perisapan

Pada tahap pertama ini mempersiapkan segala keperluan untuk sosialisasi, meliputi materi yang akan disampaikan, siapa saja yang akan menjadi pemateri, mempersiapkan tempat, pengeras suara dan berbagai keperluan lainnya yang akan digunakan saat pelaksanaan kegiatan.

3. Tahap Penyampaian Materi

Pada tahap ini, ada beberapa materi yang disampaikan, yaitu menyampaikan penjelasan umum terkait stunting, selanjutnya terkait beberapa jenis ikan lokal baik dari air laut, tawar maupun payau di antaranya ikan tongkol, Ikan cakalang, ikan madidihang, ikan Gurame, ikan Nila, ikan mas, ikan lele dan ikan Bandeng yang memiliki tingkat nilai gizi yang cukup tinggi yang secara tidak langsung memberikan informasi kepada masyarakat untuk selalu mengkonsumsi ikan lokal, selanjutnya beberapa olahan perikanan tentunya menggunakan bahan dasar ikan menjadi makanan siap saji yang tentunya di gemari oleh anak-anak.



Gambar 1. Penyampaian materi

4. Praktikum Olahan

Pada tahap ini, dilakukan praktik pengolahan hasil perikanan menjadi olahan makanan siap saji tanpa mengurangi kandungan nilai gizi pada ikan yang berbahan dasar ikan oleh pemateri dari tim PKM Prodi Manajemen Sumberdaya Perairan Fakultas Pertanian Universitas Muhammadiyah Sinjai. Pengolahan hasil perikanan tersebut sangat menginspirasi masyarakat dalam mengolah hasil perikanan dikarenakan bahan utama yang digunakan adalah jenis ikan lokal yang paling sering di jumpai oleh masyarakat setempat. pengolahan jenis ikan lokal ini juga memberikan dampak positif dikarenakan menjadi motivasi dalam mengolah hasil perikanan dengan berbagai jenis kreatifitas yang menarik tentunya di sukai oleh anak-anak.

5. Evaluasi

Indikator keberhasilan suatu kegiatan dilakukan evaluasi pada setiap akhir kegiatan dilakukan yaitu berupa tanggapan peserta kegiatan pada saat berlangsungnya acara kegiatan, secara menyeluruh masyarakat yang telah mengikuti kegiatan tersebut memberikan respon positif dengan harapan dilakukan kegiatan yang serupa dengan berbagai jenis olahan ikan lokal dan dapat di nikmati bersama saat kegiatan berlangsung.



Gambar 2. Pengolahan Produk dari Ikan

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Angkue adalah salah satu desa yang beberapa di Kecamatan Kajuara yang mana Desa Angkue adalah hasil pemekaran dari Desa Ancu Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone dan didirikan pada tanggal 02 April 1982. Pada saat itu Desa Ancu menaungi beberapa kampung atau wilayah yang sangat luas sehingga masyarakat setempat dan pengurus Desa Ancu yang khususnya berasal dari kampung Angkue berinisiatif untuk memisahkan diri dari Desa Ancu dikarenakan bahwa kampung Angkue mempunyai potensi yang sangat bagus dan mampu bersaing dengan desa-desa yang lain, sejak saat itulah kampung Angkue berubah menjadi Desa dan resmi berpisah dari Desa Ancu.

Desa Angkue merupakan salah satu desa pesisir di Kabupaten Bone, terletak di Kecamatan Kajuara, berjarak 76 km dari kota Watampone. Menurut data badan pusat statistic tahun 2014, Desa Angkue memiliki jumlah penduduk sebanyak 1,251 jiwa dengan rincian sebanyak 644 orang perempuan dan 607 orang laki-laki. Memiliki luas 2,50 km yang di diami oleh 284 KK, yang terbagi dari dua dusun.

Batas-batas wilayah Desa Angkue Kecamatan Kajuara Kabupaten Bone sebagai berikut:

- Sebelah Utara : Desa Malimongeng
- Sebelah barat : Desa Tarasu

- Sebelah timur : Desa Pulau Sembilan
- Sebelah selatan : Desa Ancu27

Kegiatan PKM dilaksanakan selama 1 hari, dengan harapan seluruh masyarakat ataupun peserta yang telah mengikuti kegiatan memberikan motivasi akan pentingnya mengkonsumsi ikan untuk mencegah stunting pada anak. Kegiatan ini juga merupakan salah satu program kegiatan pemerintah sebagai langkah awal dalam mencegah stunting pada anak sehingga dapat meningkatkan kecerdasan pada anak.

Secara umum kita ketahui bersama bahwa stunting adalah kurangnya asupan nutrisi pada anak di masa pertumbuhan, konsumsi makan instan yang keseringan (berlebihan). Arikunto 2020 mengemukakan bahwa stunting merupakan ancaman utama terhadap kualitas manusia Indonesia, juga ancaman terhadap kemampuan daya saing bangsa. Hal tersebut dikarenakan stunting bukan hanya mengganggu pertumbuhan fisiknya (bertubuh kerdil/pendek) saja, melainkan juga mengganggu perkembangan otaknya, yang mana tentu akan sangat mempengaruhi kemampuan dan prestasi di sekolah, produktivitas dan kreatifitas di usia-usia produktif.

Pada kegiatan Sosialisasi ini masyarakat sangat berantusias dalam mengikuti rangkaian kegiatan, terdiri dari 50 orang peserta yang di hadiri oleh tim PKM, kepala desa, kepala dusun, ibu rumah tangga tentunya. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini merupakan Penyuluhan/sosialisasi langsung dengan masyarakat terkait pentingnya mengkonsumsi ikan untuk mencegah terjadinya stunting pada anak. Dengan melimpahnya hasil tangkapan di desa Angkue memudahkan kita mendapatkan bahan baku ikan segar untuk di olah menjadi bahan makanan yang sehat dan bergizi. Akan tetapi hasil perikanan tersebut belum dimanfaatkan secara optimal, dikarenakan selama ini tingkat konsumsi ikan masih dalam bentuk olahan sederhana yang digunakan sebagai lauk sehari-hari, oleh karena itu dilakukan sosialisasi sekaligus praktikum olahan jenis ikan dalam bentuk makanan bentuk lain dan beraneka ragam misalnya abon ikan kering dan krupuk amplang, hasil olahan tersebut sangat meninspirasi masyarakat dalam mengolah hasil perikanan karena membuka wawasan, inovatif dan kreatifitas.

Ikan memiliki peran penting sebagai sumber energi, protein dan variasi nutrisi yang menyumbang kurang lebih 30% dari total protein hewani. Protein dari ikan merupakan komponen nutrisi yang penting bagi negara yang memiliki jumlah penduduk tinggi di mana kecukupan proteinnya berada pada level rendah/kurang. Mengonsumsi ikan sangat penting dalam masa pertumbuhan anak karena memiliki manfaat sangat penting seperti Memiliki antioksidan dapat mencegah kerusakan pada sel-sel tubuh dan memperbaiki sel tubuh yang telah rusak, meningkatkan kecerdasan karena mengandung omega 3 dan lemak tak jenuh yang sangat diperlukan oleh tubuh, mengurangi resiko penyakit seperti jantung, stroke, darah tinggi, radang sendi dan depresi, serta memiliki nilai gizi yang cukup tinggi diantaranya mengandung protein, lemak, minyak ikan, vitamin A, D, B6, B12, yodium dan zat besi.



Gambar 3. Foto Bersama akhir kegiatan

Manfaat yang didapatkan dalam pengabdian kepada masyarakat adalah meningkatnya kemampuan serta wawasan masyarakat terhadap pentingnya dalam mengonsumsi ikan untuk mencegah terjadinya stunting dan tata cara pengolahan produk perikanan yaitu olahan makanan yang berbahan dasar ikan begitu sangat sangat di sukai oleh masyarakat maupun anak-anak serta yang tak kalah pentingnya adalah memiliki biaya yang sedikit ataupun ramah di kantong para ibu rumah tangga.

D. KESIMPULAN DAN SARAN TINDAK LANJUT

1. Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi konsumsi ikan untuk mencegah stunting pada anak bertujuan untuk meningkatkan wawasan, inovatif dan kreatifitas masyarakat dalam menyikapi terjadinya stunting dan secara tidak langsung memberikan keterampilan kepada masyarakat dalam mengolah produk olahan berbahan dasar ikan menjadi makanan ataupun cemilan yang sehat dan bergizi.

2. Saran

Berdasarkan hasil kegiatan yang diselenggarakan, kami berharap agar kegiatan sosialisasi konsumsi ikan untuk mencegah stunting pada anak dapat diselenggarakan pada pengabdian selanjutnya pada masyarakat secara umum guna mendukung salah satu kegiatan pemerintah dalam mencegah terjadinya stunting.

DAFTAR PUSTAKA

Arikontu, (2020) Cegah Stunting Untuk Masa Depan Anak. In Departemen Gizi Kesehatan UNAIR.

Kementrian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. 2017. Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting. Jakarta : Kementrian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi.

Kementrian Kesehatan RI. (2016). Situasi balita pendek. Info Datin, 2442–7659. <https://doi.org/ISSN 2442- 7659>