

EDUKASI & INOVASI COOKIES DARI BAHAN LABU KUNING (CUCURBITA MOSCHATA) DAN RUMPUT LAUT (*EUCHEUMA COTTONII*) GUNA MENURUNKAN ANGKA STUNTING PADA BALITA

Rizka Shofiyani¹, Aisyah Putti Maghfirah², Annisa Kusdi Aningsih³, Adinda Putri Novianti⁴, Devi Ayu Puspitaningsih⁵, Sri Fitrianiingsih^{6*}
Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus
*Email: fitrianiingsih.sri96@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Stunting merupakan kegagalan pertumbuhan yang disebabkan ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama dimulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan. Stunting juga dikaitkan dengan masalah kurang gizi yang disebabkan ketidaksesuaian pemberian makanan untuk kebutuhan gizi dan kurangnya asupan gizi yang terjadi sejak lama. Pengukuran stunting dapat diperhatikan melalui tinggi atau panjang badan, umur, dan asupan makanan. Oleh karena itu, kurang gizi dan stunting dikatakan dua masalah yang saling berhubungan dimana keduanya dapat menimbulkan gangguan terhadap perkembangan fisik anak secara *irreversible*. Metode yang kami lakukan antara lain: yang pertama melakukan penentuan lokasi kegiatan, kedua melakukan survei lokasi kegiatan, ketiga melakukan perizinan kepada pihak yang berwenang, keempat melakukan koordinasi kepada bidan dan kader posyandu, kelima pelaksanaan kegiatan. Hasil: Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan dengan metode ceramah, pemberian *leaflet* dan pembagian produk Cookies sehat. Ceramah dan pembagian *leaflet* ini berisikan tentang penjelasan definisi stunting, faktor penyebab stunting, dampak dari stunting, dan cara pencegahan stunting. Sasaran dari kegiatan ini ditujukan kepada ibu hamil dan balita dengan jumlah responden kurang lebih sebanyak 30 orang. Pemberian informasi ini mengenai kebutuhan zat gizi yang harus terpenuhi untuk ibu hamil dan juga balita dalam kehidupan sehari-hari, sehingga anak tidak mengalami stunting sejak dini. Kesimpulan: Untuk mengatasi masalah stunting, diusulkan inovasi cookies yang menggunakan bahan pangan lokal berupa labu kuning dan rumput laut. Labu kuning kaya akan beta karoten, vitamin B1, B2, kalsium, fosfor, besi, kalium, dan natrium, sementara rumput laut mengandung nutrisi lengkap dan asam lemak tak jenuh ganda. Cookies ini diharapkan dapat menjadi alternatif camilan yang disukai oleh masyarakat, terutama pada ibu hamil dan balita.

Kata Kunci: Stunting, Labu kuning, Rumput laut

ABSTRACT

Background: Stunting is growth failure caused by inadequate nutrition that lasts for a long time starting from pregnancy until the age of 24 months. Stunting is also associated with the problem of malnutrition caused by inappropriate food intake for

nutritional needs and a lack of nutritional intake that has occurred for a long time. Stunting can be measured through height or body length, age and food intake. Therefore, malnutrition and stunting are said to be two interconnected problems, both of which can cause irreversible disruption to a child's physical development. The methods we use include: firstly determining the location of the activity, secondly conducting a survey of the activity location, thirdly carrying out permits from the authorized parties, fourthly coordinating with midwives and posyandu cadres, fifthly implementing the activity. Results: Community service activities were carried out using the lecture method, giving leaflets and distributing healthy cookie products. This lecture and distribution of leaflets contains an explanation of the definition of stunting, factors that cause stunting, the impact of stunting, and ways to prevent stunting. The target of this activity is aimed at pregnant women and toddlers with a total of approximately 30 respondents. Providing this information regarding nutritional needs that must be met for pregnant women and toddlers in daily life, so that children do not experience stunting from an early age. Conclusion: To overcome the problem of stunting, a cookie innovation is proposed that uses local food ingredients in the form of pumpkin and seaweed. Yellow pumpkin is rich in beta carotene, vitamins B1, B2, calcium, phosphorus, iron, potassium and sodium, while seaweed contains complete nutrients and polyunsaturated fatty acids. It is hoped that these cookies can become an alternative snack that is liked by the public, especially pregnant women and toddlers.

Keywords: *Stunting, Yellow pumpkin, Seaweed*

LATAR BELAKANG

Stunting merupakan kegagalan pertumbuhan yang disebabkan ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama dimulai dari kehamilan sampai usia anak 24 bulan. Stunting juga dikaitkan dengan masalah kurang gizi yang disebabkan ketidaksesuaian pemberian makanan untuk kebutuhan gizi dan kurangnya asupan gizi yang terjadi sejak lama. Pengukuran stunting dapat diperhatikan melalui tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin dari balita. Oleh karena itu, kurang gizi dan stunting dikatakan dua masalah yang saling berhubungan dimana keduanya dapat menimbulkan gangguan terhadap perkembangan fisik anak secara *irreversible* [1].

Menurut WHO pada tahun 2022, data prevalensi anak balita stunting mencapai angka 22,3% [2]. Sedangkan pada Kementerian Dalam Negeri pada tahun 2023 dikatakan bahwa Provinsi Jawa Tengah memiliki prevalensi stunting sebesar 9,1%. Pada Provinsi Jawa Tengah, Kabupaten Jepara menjadi salah satu daerah yang memiliki angka prevalensi stunting yang tinggi di Jawa Tengah yaitu sebesar 12,9% [3].

Dilihat dari permasalahan stunting yang disebabkan oleh kurangnya nutrisi seperti, protein, zat besi, karbohidrat, dan kalsium kami berinisiatif untuk membuat inovasi cookies ini dengan memanfaatkan bahan pangan lokal berupa labu kuning yang dikombinasikan dengan rumput laut. Labu kuning sendiri memiliki kandungan nutrisi yang tinggi seperti beta karoten, vitamin B1, vitamin, kalsium, fosfor, besi, kalium, dan natirum [4]. Sedangkan rumput laut memiliki kandungan gizi lengkap baik makronutrien, mikronutrien, asam lemak tak jenuh ganda yang dapat meningkatkan nilai gizi [5]. Dengan adanya pemanfaatan bahan pangan lokal ini kami berinisiatif memanfaatkan sumber daya alam sekitar berupa labu kuning (*Cucurbita Moschata*) dan rumput laut hijau (*Eucheuma Cottonii*).

Menurut hasil survei yang kami lakukan di Kabupaten Jepara, sesuai dengan tingkat minat masyarakat olahan cookies banyak diminati terutama oleh ibu-ibu yang memilih olahan makanan ini sebagai camilan untuk balita. Dengan adanya tingkat minat tersebut, dapat diinovasikan suatu produk olahan makanan dari bahan pangan lokal yang memiliki kandungan nutrisi tinggi terutama bermanfaat dalam pencegahan stunting. Cookies ini nantinya dapat dijadikan sebagai sarana promosi kesehatan di lingkungan masyarakat terutama dalam pencegahan stunting

METODE

Metode yang kami lakukan antara lain: pertama melakukan penentuan lokasi kegiatan, kedua melakukan survei lokasi kegiatan, ketiga melakukan perizinan kepada pihak yang berwenang, keempat melakukan

koordinasi kepada bidan dan kader posyandu, kelima pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian stunting menurut Kemenkes (2022) adalah kegagalan pertumbuhan yang disebabkan ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung lama dimulai dari kehamilan sampai usia anak 24 bulan [5]. Stunting juga dikaitkan dengan masalah kurang gizi yang disebabkan ketidaksesuaian pemberian makanan untuk kebutuhan gizi dan kurangnya asupan gizi yang terjadi sejak lama. Pengukuran stunting dapat diperhatikan melalui tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin dari balita. Oleh karena itu, kurang gizi dan stunting dikatakan dua masalah yang saling berhubungan dimana keduanya dapat menimbulkan gangguan terhadap perkembangan fisik anak secara *irreversible*.

Faktor-faktor yang menyebabkan stunting diantaranya, asupan gizi dan nutrisi yang kurang, pola asuh yang tidak tepat, sanitasi yang kurang baik, kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi anak dan ada pula dampak yang ditimbulkan dari stunting yaitu anak mudah mengalami sakit, kemampuan akademik anak tidak optimal, postur tubuh anak tidak maksimal, anak beresiko terinfeksi penyakit kronis. Berdasarkan faktor penyebab dan dampak dari stunting, maka kami melakukan kegiatan penyuluhan di Posyandu Mawar yang berlokasi di Desa Karangaji, Kecamatan Pecangaan, Kabupaten Jepara.



Gambar 1
Pemberian Edukasi Stunting & Informasi Produk Cookies Sehat



Gambar 2
Dokumentasi Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan dengan metode ceramah, pemberian *leaflet* dan pembagian produk cookies sehat. Ceramah dan pembagian *leaflet* ini berisikan tentang penjelasan definisi stunting, faktor penyebab stunting, dampak dari stunting, dan cara pencegahan stunting. Sasaran dari kegiatan ini ditujukan kepada ibu hamil dan balita dengan jumlah responden kurang lebih sebanyak 30 orang. Pemberian informasi ini mengenai kebutuhan zat gizi yang harus terpenuhi untuk ibu hamil dan juga balita dalam kehidupan sehari-hari, sehingga anak tidak mengalami stunting sejak dini.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Labu Kuning (*Cucurbita Moschata*) yang dikombinasikan dengan rumput laut (*Eucheuma Cottonii*) banyak diminati ibu-ibu terutama yang anaknya mengalami stunting di Kabupaten Jepara. Labu kuning sendiri memiliki kandungan nutrisi yang tinggi seperti beta karoten, vitamin B1, vitamin, kalsium, fosfor, besi, kalium, dan natrium, sedangkan rumput laut memiliki kandungan gizi lengkap baik makronutrien, mikronutrien, asam lemak tak jenuh ganda yang dapat meningkatkan nilai gizi dengan adanya pemanfaatan bahan pangan lokal ini kami berinisiatif memanfaatkan sumber daya alam sekitar berupa labu kuning (*Cucurbita Moschata*) dan rumput laut hijau (*Eucheuma Cottonii*) sebagai salah satu pencegahan stunting pada balita.

Saran

Perlu dilakukan kegiatan keberlanjutan terkait dengan pengolahan pemanfaatan cookies labu kuning dan rumput laut atau workshop dan perlunya dilakukan evaluasi mengenai tingkat penurunan angka stunting di wilayah Desa Karangaji, Kecamatan Pecangaan, Kabupaten Jepara.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi; Direktorat Jendral Pendidikan Kebudayaan, Riset, dan Teknologi; Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kemenkes. 2022. Mengenal Apa Itu Stunting. URL: https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itustunting. Diakses pada tanggal 20 Februari 2023.
- [2] WHO. 2023. Joint child malnutrition estimates. Who.Int. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutritionestimates-unicef-who-wb>
- [3] KEMENDAGRI. 2023. Dashboard Sebaran Stunting 2023.
- [4] Subaktilah, Y., Wahyono, A., Yudiasuti, S. O. N., & Mahros, Q. A. 2021. Pengaruh Substitusi Tepung Labu Kuning (*Cucurbita moschata* L) terhadap Nilai Gizi Brownies Kukus Labu Kuning. *Jurnal Ilmiah Inovasi*, 21(1), 18–21. <https://doi.org/10.25047/jii.v21i1.2629>.
- [5] Cuesta, G., García, G., Kethia, L., Suárez, A., Delange, M., Marinas, A., & Macronutrientes, F. P. D. E. 2023. Algas marinas, fuente potencial de macronutrientes. *Revista Invesigaciones Marinas*, 37(2), 16–28.