



## **Sosialisasi dan Pelatihan Pembuatan “Nugget GIAT” sebagai Makanan Tambahan Pencegah Stunting Balita dan Anak - Anak di Desa Suru**

**Natal Kristiono, Harun Solichin, Muhammad Aditya Bayu Pratama**✉

Universitas Negeri Semarang

Email: [adityabayupratama59@students.unnes.ac.id](mailto:adityabayupratama59@students.unnes.ac.id)

**Abstrak.** Salah satu solusi yang mampu untuk diterapkan dalam menekan akan stunting yang terjadi pada balita dan anak - anak salah satunya adalah melalui (PMT) pemberian makanan tambahan. Masalah stunting merupakan kondisi kesehatan yang berkaitan dengan kurangnya pemenuhan asupan gizi. Serta juga pemenuhan asupan makanan yang tidak sesuai. Maka dari itu, mahasiswa Universitas Negeri Semarang yang tergabung ke dalam program GIAT 5 di Desa Suru. Bertujuan untuk memberikan sosialisasi terkait kepada kader PKK Desa Suru. Terkait dengan sosialisasi dan pelatihan pembuatan makanan PMT. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah melalui kegiatan sosialisasi dan penyuluhan.. Output dari kegiatan ini adalah laporan kegiatan dalam berbentuk artikel pengabdian mahasiswa di masyarakat desa. Serta sosialisasi dan penyuluhan yang menghasilkan produk berupa Nugget GIAT sebagai pencegah terjadinya masalah stunting, yang mana dapat dibuat dengan mudah dan murah oleh masyarakat.

*Abstract. One solution that is able to be applied in suppressing stunting that occurs in toddlers and children is through supplementary feeding (PMT). Stunting problem is a health condition related to the lack of fulfillment of nutritional intake. As well as the fulfillment of inappropriate food intake. Therefore, Semarang State University students who are members of the GIAT 5 program in Suru Village. Aims to provide socialization related to membership of PKK Suru Village. Related to the socialization and training of PMT food making. The method used in this activity is through socialization and counseling activities.. The Output of this activity is an activity report in the form of student service articles in the village community. As well as socialization and counseling that produce products in the form of enterprising Nuggets as a prevention of stunting problems, which can be made easily by the community.*

**Keywords:** Nutritional intake; Processed PMT; Stunting

### **Pendahuluan**

Desa Suru termasuk kedalam daerah Kecamatan Bantarbolang, Kabupaten Pemalang. Merupakan salah satu desa yang masih memiliki masalah stunting. Salah satu bentuk masalah yang ada di masyarakat khususnya dalam aspek kesehatan adalah masalah stunting pada balita dan anak – anak. Masalah stunting yang dijumpai di Desa Suru terbilang kecil. Sebanyak kurang dari 5 anak yang terkena stunting tersebar di masing – masing 6 dusun yang berbeda di Desa Suru. Maka dari itu, dari pihak kesehatan seperti posyandu melaksanakan upaya pencegahan stunting. Data ini didapat dari pihak bidan dan penanggung jawab posyandu Desa Suru. Berangkat dari permasalahan tersebut, dapat diketahui bahwa masalah stunting masih ada di masyarakat Desa Suru. Baik sebagai penderita maupun masyarakat yang masih belum memiliki edukasi terkait stunting khususnya bagi ibu hamil.

Masalah stunting berkuat pada masalah pemenuhan gizi kepada anak dan balita. Sedangkan kebutuhan gizi pada usia balita dan anak -anak memerlukan asupan yang berkecukupan dan bernutrisi. Status gizi mereka memiliki peran penting pada kondisi tubuh. Status gizi sangat dipengaruhi oleh pola makanan, pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial (Purwaningsih et al., 2022). Maka dari itu, pola hidup yang sehat juga dipengaruhi oleh pola makan yang baik dan tercukupi. Sehingga mampu memberikan kualitas hidup yang baik, serta menjaga kondisi tubuh sesuai dengan standar normal yang ditetapkan.

Untuk menjaga kebutuhan gizi, diperlukan kebutuhan pangan yang dapat memberikan asupan energi dan zat gizi yang memadai. Apabila kebutuhan tersebut tidak dapat dipenuhi, maka akan menimbulkan masalah kesehatan seperti kekurangan gizi. Salah satu masalah mengenai kekurangan gizi yang dikenal dengan istilah stunting. Stunting merupakan masalah mengenai asupan gizi yang tidak memiliki kualitas dan kuantitas yang memadai. Stunting bisa dimulai pada saat janin masih di dalam kandungan dan akan terlihat pada saat usia dua tahun (Sutarto et al., 2018). Akibat dari masalah stunting yang mengganggu tumbuh kembang anak, akan menimbulkan beberapa kondisi anak dan balita seperti rentan terkena penyakit, bentuk tubuh yang tidak maksimal, dan kemampuan aspek kognitif berkurang. Selain itu, beberapa faktor yang melatarbelakangi masalah stunting antara lain faktor keluarga, praktek pemberian asi kepada bayi, dan faktor sosial dan masyarakat (Junior et al., 2022). Sehingga, masalah stunting tidak hanya disebabkan oleh kesehatan individu. Tetapi juga dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sekitar. Keberadaan masalah stunting di masyarakat juga dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memperluas adanya ketimpangan masyarakat (Saputri, 2019). Maka secara tidak langsung, permasalahan stunting juga berdampak kepada masyarakat secara luas.

Untuk memecahkan masalah stunting, beberapa upaya yang bisa dilakukan adalah pemenuhan kebutuhan zat gizi, Pemberian eksklusif kepada bayi 6 bulan, pemantauan pertumbuhan balita di posyandu, dan meningkatkan akses terhadap fasilitas air bersih dan kebersihan lingkungan. Untuk peningkatan dalam kebutuhan gizi dalam masalah (Rumlah, 2022). Ketiga cara tersebut dapat diterapkan di masyarakat secara luas. Sehingga, dapat mencegah laju pertumbuhan mengenai stunting pada usia balita dan anak - anak. Salah satu implementasi yang dapat digunakan dalam memecahkan masalah stunting adalah dengan 2 untuk memberikan makanan PMT (Pemberian Makanan Tambahan). Dengan bahan baku yang memiliki kandungan energi dan protein dari bahan - bahan yang mudah dijangkau oleh masyarakat. Baik dari segi biaya dan juga ketersediaan bahan pangan. Dengan hadirnya solusi tersebut, maka tim dari GIAT angkatan 5 Desa Suru tertarik untuk merencanakan dan melaksanakan program kerja penyuluhan, pemantauan, tumbuh kembang bayi, anak balita, dan anak pra sekolah. Salah satu implementasi dari program ini adalah dengan Sosialisasi dan Pelatihan Pembuatan PMT dengan bahan - bahan yang mudah dijangkau. Dengan mengajak Para Kader PKK Desa Suru sebagai partisipan dalam kegiatan ini. Harapan melalui kegiatan ini adalah dapat salah satu solusi yang dapat mencegah stunting di Desa Suru, yang mana bisa dilakukan oleh seluruh masyarakat.

## Metode

Pelaksanaan program kerja yang dilaksanakan oleh tim GIAT angkatan 5 Universitas Negeri Semarang di Desa Suru, Kecamatan Bantarbolang, Kabupaten Pemalang. Yakni menggunakan metode berupa penyuluhan berupa sosialisasi dan pelatihan. Mengenai pembuatan "Nugget Giat" sebagai makanan tambahan pencegah stunting. Waktu pelaksanaan kegiatan pada hari minggu tanggal 16 juli 2023. Tepatnya di Dusun Krajan, Desa Suru. Kegiatan ini melibatkan 1 tim berjumlah 12 orang dari UNNES GIAT angkatan 5 sebagai penyelenggara acara. Serta kader PKK Desa Suru sebagai tamu undangan. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan "Nugget Giat" berlokasi di Balai Desa Suru, Kecamatan Bantarbolang, Kabupaten Pemalang. Tujuan pelaksanaan kegiatan Sosialisasi dan Penyuluhan terhadap makanan PMT adalah untuk memberdayakan dan memberikan kemudahan kepada masyarakat guna memperoleh pelayanan kesehatan bagi ibu, bayi dan anak balita. Serta pula untuk turut berpartisipasi dalam pemberian gizi terhadap tumbuh kembang kesehatan bayi dan balita.

## Hasil dan Pembahasan

PMT sendiri merupakan singkatan dari Pemberian Makanan Tambahan. Keberadaan PMT ditujukan kepada balita dan anak -anak. Untuk mencegah potensi stunting yang dapat mengganggu tumbuh kembang kedepannya. Definisi stunting sendiri adalah terkait dengan indeks panjang badan dari (PB/U) dan tinggi badan dari umur (TB/U) pada standar penilaian status gizi anak (Husen et al., 2022). Apabila balita maupun anak - anak tidak memenuhi indeks tersebut, maka akan menimbulkan kekurangan gizi dan rentan terkena penyakit. Oleh sebab itu, perlu untuk upaya untuk mencegah terjadinya PMT. Dengan mengadakan sosialisasi dan penyuluhan PMT kepada masyarakat. Pelaksanaan kegiatan tersebut digunakan untuk membentuk kebutuhan gizi anak yang cukup. Terutama pada peningkatan perkembangan balita dan anak - anak yang mana salah satunya bertambahnya berat badan yang bertahap (Nur Ichsan et al., 2022). Sehingga, hal ini diupayakan untuk memberikan masukan dan inspirasi untuk memahami dan mengenali nutrisi dan gizi dalam makanan. Program Sosialisasi dan pelatihan kepada kader PKK mengenai pembuatan Nugget GIAT sebagai makanan tambahan pencegahan stunting perlu melalui beberapa tahapan. Baik tahapan persiapan dan juga tahapan pelaksanaan.

### Observasi

Tahapan ini diawali dengan tim GIAT 5 Universitas Negeri Semarang melakukan observasi dan wawancara dengan pihak bidan yang juga bertugas menangani posyandu di Desa Suru. Hal ini dilakukan untuk mengetahui mengenai masalah stunting di Desa Suru. Sehingga, data tersebut dapat membantu mahasiswa dalam melaksanakan kegiatan yang berkaitan dengan penanggulangan masalah stunting.

### Tahapan Perencanaan

Pada tahapan perencanaan, tim GIAT 5 melakukan diskusi dan koordinasi. Terkait dengan pembuatan PMT baik dari bahan baku, rincian biaya, serta bentuk pengarahannya yang lain. Sehingga, pembuatan PMT ini sudah terlebih dahulu dibimbing oleh kader posyandu. Setelah melalui tahapan tersebut, kelompok mahasiswa Universitas Negeri Semarang sepakat untuk membuat Nugget GIAT sebagai PMT dengan Puding buah sebagai pelengkap dalam satu paket tersebut. Selanjutnya, finalisasi produk akhir yakni berupa nugget PMT sudah melalui tahapan revisi dan sudah disetujui oleh kader posyandu. Produk akhir yang akan ditampilkan pada kegiatan sosialisasi dan penyuluhan memiliki bahan baku pada Tabel 1.



**Gambar 1.** Pemaparan Materi Stunting

**Tabel 1.** Alat dan Bahan

Bahan Baku	Jumlah yang Dibutuhkan
Bahan Adonan	
Daging Ayam	500 gram
Kembang Kol	50 gram
Wortel	100 gram
Daun Bawang	2 Batang
Telur	2 Butir
Bawang Putih	5 siung (dihaluskan)
Tepung Tapioka	3 sendok makan
Tepung terigu	3 sendok makan
Gula Pasir	$\frac{1}{2}$ sendok makan
Kaldu jamur	$\frac{1}{2}$ sendok makan
Garam	1 sendok makan
Bahan Pencelup	
Tepung Panir	250 gram
Tepung terigu	200 gram
Sejumput Garam	-
Air	Secukupnya

### Sosialisasi

Pada tahapan sosialisasi ini dilaksanakan pada tanggal 16 Juli 2023 di balai Desa Suru. Kegiatan ini diisi dengan agenda memberikan edukasi dan pemahaman mengenai pengertian PMT, makanan bergizi dan seimbang, materi stunting, dan penjelasan Nugget GIAT beserta demonstrasi masak. Pada program ini pula kader PKK Desa Suru diberikan kesempatan untuk turut serta dalam mendemonstrasikan cara membuat Nugget GIAT. Selain itu, mereka juga diberikan kesempatan untuk mencicipi masakan Nugget yang sudah dimasak. Respon yang diberikan oleh kader PKK Desa Suru pun mendapatkan sambutan baik mengenai hal ini. Kegiatan ini menjadi salah satu kegiatan positif yang dapat membantu masyarakat dalam memecahkan masalah stunting pada aspek kesehatan. Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan pelatihan diawali dengan memberikan materi penjelasan mengenai masalah stunting dan juga fungsi dari makanan PMT dalam mencegah stunting. Pemahaman ringan yang diberikan kepada kader PKK mencakup pemahaman umum mengenai stunting, fungsi PMT beserta kandungan gizi yang diperlukan dalam pembuatannya, serta pemaparan bahan baku dan juga rincian biaya mengenai pembuatan PMT yang didemonstrasikan. Kemudian, kegiatan dilanjut dengan melaksanakan demonstrasi masak bersama perwakilan mahasiswa Universitas Negeri Semarang dan juga perwakilan dari kader PKK.

Pada kegiatan saat demonstrasi, kader PKK Desa Suru juga diberi pemahaman bagaimana cara membuat nugget dari awal hingga nugget tersebut siap disantap. Berikut dibawah ini merupakan langkah - langkah pembuatan nugget GIAT untuk mencegah stunting bagi balita dan anak-anak:

1. Pertama, cuci bersih terlebih dahulu daging ayam, kembang kol, dan wortel.
2. Selanjutnya, daging ayam yang sudah dicuci di blender terlebih dahulu sampai halus.

3. Kemudian, Parut Kembang kol dan wortel.
4. Haluskan bawang putih yang sudah disiapkan.
5. Selanjutnya, potonglah daun bawang menjadi potongan kecil.
6. Campurkan semua bahan yang sudah dihaluskan dan dipotong ke dalam satu wadah.
7. Kemudian, masukan 2 butir telur, 3 sdm tepung tapioka, 3 sdm tepung terigu, ½ sdm gula pasir, ½ sdm kaldu jamur, dan 1 sdm garam.
8. Setelah bahan tercampur rata, kemudian siapkan loyang.
9. Panaskan dandang yang sudah disiapkan.
10. Masukkan loyang ke dalam dandang. Tunggu adonan nugget sekitar 30 menit sampai matang dengan api sedang.
11. Kemudian, matikan api kompor setelah adonan nugget matang.
12. Selanjutnya, potong nugget yang sudah matang sesuai selera.
13. Berikutnya, siapkan tepung terigu untuk bahan celup.
14. Lalu, siapkan wadah buat tepung panir.
15. Kemudian, nugget di celupkan ke tepung terigu setelah itu ke tepung panir.
16. Terakhir, nugget siap di goreng untuk disajikan atau dijadikan frozen food.

Berikutnya, kegiatan diakhiri dengan mengisi buku agenda dari kader PKK. Usai kegiatan dilaksanakan, tidak sedikit dari kader PKK meminta untuk dibagikan resep dan bahan baku mengenai pembuatan Nugget GIAT sebagai makanan PMT. Secara tidak sengaja, hal ini membentuk jalinan komunikasi yang baik dari pihak masyarakat dan pihak mahasiswa. Dalam pelaksanaan kegiatan program kerja pada GIAT Angkatan 5 Universitas Negeri Semarang di Desa Suru, Kecamatan Bantarbolang, Kabupaten Pemalang.



**Gambar 2.** Demonstrasi Pembuatan Nugget

## Simpulan

Kegiatan sosialisasi dan pelatihan Sosialisasi dan Pelatihan Pembuatan “Nugget GIAT” Sebagai Makanan Tambahan Pencegah Stunting Balita dan Anak - Anak di Desa Suru. Merupakan program yang ditujukan untuk memberikan gizi terhadap tumbuh kembang kesehatan bayi dan balita. Tim GIAT 5 Desa Suru bekerjasama dengan para kader PKK Desa Suru untuk mengadakan kegiatan sosialisasi dan pelatihan pembuatan “Nugget Giat” sebagai makanan pencegah stunting. Pelatihan ini menorehkan hasil berupa edukasi pemahaman kader PKK Desa Suru terhadap masalah stunting. Serta olahan nugget sayur sebagai program makanan tambahan sebagai salah satu solusi dalam mencegah masalah

stunting di Desa Suru. Peneliti selanjutnya dapat diharapkan dapat memberikan variasi produk PMT yang baru. Dengan memperhatikan komposisi bahan yang dapat dijangkau dan mudah dijumpai oleh masyarakat umum. Tanpa mengurangi kandungan gizi yang diperlukan untuk mencegah masalah stunting.

## Referensi

- Hadju, Avianti, V., Aulia, U., & Ayuningtias Mahdang, P. (2023). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lokal terhadap perubahan status gizi balita. *Gema Wiralodra*, 14(1).
- Husen, A. H., Angelia, S. F., Putri, J. A., Panjaitan, M. N., Shofir, A. F., & Fahrudin, T. M. (2022, Juni). Efektivitas Sosialisasi dan Pemberian PMT Sebagai Upaya Perbaikan Gizi Guna Menurunkan Angka Risiko Stunting Pada Anak Di Desa Kembangstri. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 31.
- Juniar, M. K., Suryanto, Paramesti, S. I., Wulandari, N. I., Rahayu, F., Syafatullah, A. I., & Ilmi, S. A. (2022). Upaya Pengentasan Masalah Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Desa Pamijen Kecamatan Sokaraja. *Journal Of Community Health Development*, 3(1).
- Kamalia, A., & Muharsih, L. (2023). Inovasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Untuk Pencegahan Stunting Locus Desa Sukamekar. *Abdimas Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 2(2).
- Nur Ichsan, O. A., Priyambodo, G. W., Noviana, I., Rahmawati, K. D., & Nurhuda, M. (2022, Februari). Efektivitas Pendampingan dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pada Anak Perempuan Stunting Di Kelurahan Semanggi Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Masyarakat Mandiri*, 6(1).
- Purwaningsih, S., HR, F. A., & Susianawati, D. E. (2022). Edukasi Gizi Anak di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kota Palu. *Jurnal Pengabdian Nasional Indonesia*, 3(1), 21.
- Rumlah, S. (2022, Desember). Masalah Sosial dan Solusi Dalam Menghadapi Fenomena Stunting Pada Anak. *Jurnal Pendidikan Sejarah & Sejarah FKIP Universitas Jambi*, 3(1).
- Saputri, R. A. (2019, Agustus). Upaya Pemerintah Daerah Dalam Penanggulangan Stunting di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. *Jurnal Dinamika Pemerintahan*, 02(02).
- Sutarto, Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018, Juni). Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya*, 5(1).
- Wati, N. (2020, Desember). Analisis Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Terhadap Status Gizi Anak Posyandu Kelurahan Sembungharjo Semarang. *Jurnal Tematik*, 6(2).