

---

## INOVASI BUDIDAYA SAYUR BAYAM SEBAGAI WUJUD MANDIRI PANGAN GUNA MENURUNKAN ANGKA STUNTING DI DESA SUKOSARI

**Diki Ardiansyah**

Politeknik Negeri Jember

**Muhammad Rifqi Arya**

Universitas Negeri Muhammadiyah Jember

**Poetri Audry Adinda**

Universitas Negeri Jember

**Achmad Rifa'i**

Universitas Negeri Jember

**Gendisku Aisyah Prasetyo**

Universitas Negeri Jember

Alamat: KKN Kelompok 210 Desa Sukosari

Korespondensi penulis : [ardiansyahdiki034@email.com](mailto:ardiansyahdiki034@email.com)

**Abstract.** *The high rate of stunting is a problem that the government in Indonesia must face. This is due to a spike in stunting cases, the stunting rate in Jember Regency has increased drastically. In Sukosari village itself, the stunting rate according to Ponkesdes data is 29 children. One way to prevent stunting is by using local food, for example spinach which is rich in vitamin A, vitamin C, iron and fiber. The food used is spinach. The implementation phase of this program is in the form of socialization regarding food independence and spinach cultivation with additional cooking demonstrations of innovative spinach nugget products and spinach rolled omelette.*

**Keywords:** food independence, socialization, stunting

**Abstrak.** Tingginya angka stunting merupakan masalah yang harus dihadapi oleh pemerintah di Indonesia. Hal tersebut dikarenakan terjadinya lonjakan kasus stunting, angka stunting di Kabupaten Jember meningkat drastis, Di desa Sukosari sendiri, angka stunting menurut data Ponkesdes yakni berjumlah 29 anak. Salah satu cara untuk mencegah stunting ialah dengan pemanfaatan pangan lokal sebagai contoh tanaman bayam yang kaya vitamin A, vitamin C, zat besi, dan serat. Pemanfaatan pangan yang diambil ialah sayuran bayam. Tahap Pelaksanaan pada program ini berupa sosialisasi mengenai mandiri pangan dan budidaya sayur bayam dengan tambahan demonstrasi masak produk inovasi *nugget* bayam dan dadar gulung bayam.

**Kata Kunci:** mandiri pangan, sosialisasi, stunting

### PENDAHULUAN

Tingginya angka stunting merupakan masalah yang harus dihadapi oleh pemerintah di Indonesia. Menurut WHO (2020) stunting adalah kondisi kurangnya panjang atau tinggi badan sesuai standar usia yang telah diklasifikasikan dalam kurva pertumbuhan WHO. Stunting terjadi karena adanya kondisi irreversibel akibat asupan nutrisi yang tidak adekuat dan/atau infeksi berulang kronis yang terjadi dalam 1000 hari pertama kelahiran.

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) pada tahun 2019, angka penderita stunting di Indonesia menyentuh angka 27,7%. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa dalam 100 balita, 27 hingga 28 balita diantaranya menderita stunting. Angka tersebut merupakan angka yang cukup tinggi dalam prevalensi suatu penyakit. Data dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur mencatat prevalensi stunting pada

balita di Jawa Timur sebesar 32,8%. Kabupaten Jember merupakan salah satu kabupaten di provinsi Jawa Timur yang menjadi sorotan dan daerah fokus penanganan stunting. Hal tersebut dikarenakan terjadinya lonjakan kasus stunting, angka stunting di Kabupaten Jember meningkat drastis dari 17.344 penderita pada tahun 2018 menjadi 19.870 pada tahun 2019.(Ulfah & Nugroho, 2020). Di desa Sukosari sendiri, angka stunting menurut data Ponkesdes yakni berjumlah 29 anak.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rufaida tahun 2020, stunting yang terjadi di Kabupaten Jember diakibatkan oleh beberapa faktor yang mencakup aspek di dalam keluarga namun faktor yang menonjol adalah faktor pengetahuan dan pendidikan keluarga(Rufaida et al., 2020). Kurangnya pengetahuan yang mempengaruhi kejadian stunting adalah tentang pemenuhan kebutuhan untuk menyediakan gizi termasuk pemilihan jenis makanan. Konsumsi gizi yang sesuai kebutuhan, khususnya pada ibu hamil dan fase pengasuhan balita pada 1000 HPK merupakan langkah penting dalam proses pencegahan stunting. Untuk mencegah stunting diperlukan asupan gizi lengkap terutama kandungan protein, mineral, dan zat besi(Hayati *et al.*, 2021). Kandungan gizi tersebut dapat ditemui dalam berbagai bahan makanan seperti kacang-kacangan, daging dan juga hasil pertanian lainnya(Simanjuntak, 2023).

Kabupaten Jember sendiri merupakan kabupaten dengan mayoritas penduduknya bermata pencaharian sebagai petani. Hal ini merupakan salah satu potensi Kabupaten Jember yang dapat dikembangkan dan dijadikan senjata dalam mengantaskan stunting. Berbagai jenis tanaman tumbuh dengan subur dan menghasilkan hasil panen yang melimpah bahkan beberapa komoditas yang berhasil di ekspor.

Hasil pertanian di Kabupaten Jember diantaranya padi, jagung, dan juga jenis kacang-kacangan. Sebagai upaya melakukan pencegahan stunting diperlukan pemilihan nutrisi yang sesuai. Zat besi merupakan salah satu nutrient yang memiliki peranan penting dalam tubuh yaitu berperan dalam pembentukan sel darah merah yang baru(Kamalia & Muharsih, 2023). Salah satu cara untuk mencegah stunting ialah dengan pemanfaatan pangan lokal sebagai contoh tanaman bayam yang kaya vitamin A, vitamin C, zat besi, dan serat. Kandungan gizinya dapat membantu meningkatkan kesehatan, khususnya dalam pencegahan stunting pada anak-anak. Dengan penanaman serta pengolahan yang cukup mudah.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan ini adalah metode sosialisasi kepada Masyarakat Desa Sukosari yang berisi tentang sosialisasi sayur bayam dan cara melakukan budidaya sayur bayam dengan pemaparan inovasi yang sudah dilakukan *trial and error* selama 2 minggu berupa produk *nugget* bayam dan dadar gulung bayam.

Metode ini berisi 3 tahap persiapan,tahap pelaksanaan, tahap evaluasi. Tahap persiapan dengan berdiskusi dan melakukan Kerjasama dengan ibu Kepala Desa Sukosari sebagai gerbang awal informasi kepada seluruh Masyarakat Desa Sukosari. Lalu, melakukan koordinasi dengan Kader Desa Sukosari untuk berdiskusi mengenai masalah stunting yang akan di sosialisasikan.

Tahap Pelaksanaan berupa sosialisasi mengenai mandiri pangan dan budidaya sayur bayam dengan tambahan demonstrasi masak produk inovasi *nugget* bayam dan dadar gulung bayam. Tahap akhir berupa tahap evaluasi kegiatan yang memuat evaluasi dari awal kegiatan hingga akhir kegiatan. Adapun tempat kegiatan ini dilaksanakan adalah Balai Desa Sukosari. Kegiatan ini memiliki dampak yang sangat positif bagi masyarakat sasaran.

## **HASIL**

Sosialisasi dan demonstrasi masak sayuran bayam ini merupakan hasil dari permasalahan dan hasil pengamatan yang didapatkan di Desa Sukosari berupa tingginya angka Stunting di wilayah tersebut, dengan angka 29. Dengan jumlah audien yang hadir sejumlah 38 orang dengan 36 masyarakat sukosari dan 2 mahasiswa dari Universitas Ibrahimy. Berdasarkan data tersebut, bersama dengan ibu Kepala desa dan Kader Sukosari kemudian mengundang masyarakat sasaran tersebut untuk menghadiri kegiatan sosialisasi dan demonstrasi masak produk inovasi *nugget* bayam dan dadar gulung bayam.

Kegiatan selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan demonstrasi masak produk inovasi *nugget* bayam dan dadar gulung bayam di Balai Desa Sukosari. Kegiatan ini dimulai dengan sosialisasi. Pada kesempatan ini, materi seputar manfaat sayur bayam untuk mencegah stunting dan cara pengolahan selain menjadi sayuran bening saja.

Setelah sosialisasi, kegiatan berikutnya adalah demonstrasi masak demonstrasi masak *nugget* bayam dan dadar gulung bayam yang merupakan kegiatan inti. Pada kegiatan ini, alat dan bahan yang digunakan untuk membuat *nugget* bayam adalah panci, kompor, pisau, *copper*, air, telur, tepung terigu, tepung tapioka, bawang putih, garam, gula, lada bubuk, tepung panir, dan bayam sebagai bahan utamanya yang di mana sayur tersebut sangat mudah untuk didapatkan dengan harga yang sangat terjangkau oleh berbagai kalangan. Bahan dari dadar gulung sendiri yaitu air, telur, tepung terigu, garam, gula, gula merah dan tidak lupa menambahkan perisa bayam sebagai bahan utama. Demonstrasi pembuatan *nugget* bayam dan dadar gulung bayam tersebut langsung diperagakan oleh kami sebagai anggota kelompok KKN Kolaboratif 3 kelompok 210.

Masyarakat sasaran bisa merespon baik untuk belajar dan memperhatikan sosialisasi yang diberikan oleh kami. Terlebih, ketika praktik atau demonstrasi pembuatan *nugget* bayam dan dadar gulung masyarakat sasaran sangat tertarik untuk langsung terlibat dalam proses pembuatannya yang di kemudian hari dapat mereka olah secara mandiri sebagai makanan rumahan yang terjangkau dan menarik perhatian anak-anak mereka untuk mengonsumsi sayur.



Gambar 1 Leaflet inovasi sayur bayam

## INOVASI BUDIDAYA SAYUR BAYAM SEBAGAI WUJUD MANDIRI PANGAN GUNA MENURUNKAN ANGKA STUNTING DI DESA SUKOSARI



Gambar 2 sosialisasi manfaat bayam



Gambar 3 Demonstrasi produk inovasi bayam

Berdasarkan teori *Health Belief Model* menyebutkan bahwa persepsi hambatan yang baik dalam melakukan tindakan kesehatan dapat terjadi apabila hambatan lebih sedikit dari manfaat yang didapat. Apabila hambatan lebih banyak daripada manfaat yang didapat, seseorang cenderung tidak mau melakukan tindakan yang disarankan. Persepsi hambatan yang dirasakan merupakan unsur yang signifikan dalam menentukan apakah terjadi perubahan perilaku atau tidak, sehingga seseorang harus percaya bahwa manfaat dari perilaku baru lebih besar daripada melanjutkan perilaku yang lama (Natanael et al., 2022).

Implikasi dari kegiatan yang dilakukan berupa penanggulangan dan pencegahan stunting dengan sosialisasi dan demonstrasi masak terkait produk inovasi yang telah kami buat berupa *nugget* bayam dan dadar gulung bayam. Diperlukan persepsi yang positif untuk merubah pandangan Masyarakat tentang pentingnya pencegahan stunting sejak dini.

### KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi dan demonstrasi masak ini sangat bermanfaat bagi Masyarakat Desa Sukosari karena dapat menambah *skill* baru mengenai pengolahan bayam selain dijadikan sayuran, dengan diolah menjadi *nugget* bayam dan dadar gulung bayam yang dapat meningkatkan minat dan nafsu makan anak-anak di Desa Sukosari. Selain menambah *skill* baru, Masyarakat dapat memilah-milah makanan yang lebih bergizi pada anak-anaknya.

### DAFTAR REFERENSI

- Hayati, K., Karo Karo, T. M., Gurusinga, R., . W., & Robbaniyah, L. (2021). Pengaruh Pemberian Kacang Edamame Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Klinik Bidan Putri Tanjung Kecamatan Kota Kisaran Timur. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 4(1), 15–20. <https://doi.org/10.35451/jkk.v4i1.813>
- Kamalia, A., & Muharsih, L. (2023). Inovasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Untuk Pencegahan Stunting Locus Desa Sukamekar. *Abdimas Jurnal Pengabdian Mahasiswa*, 2(2), 7776–7781.

- Natanael, S., Putri, N. K. A., & Tresna Adhi, K. (2022). Persepsi Tentang Stunting Pada Remaja Putri Di Kabupaten Gianyar Bali. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 45(1), 1–10. <https://doi.org/10.22435/pgm.v45i1.5900>
- Rufaida, F. D., Raharjo, A. M., & Handoko, A. (2020). The Correlation of Family and Household Factors on The Incidence of Stunting on Toddlers in Three Villages Sumberbaru Health Center Work Area of Jember. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.19184/ams.v6i1.9541>
- Simanjuntak, R. (2023). Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Makanan Tambahan Dan Uji Kandungan Gizi. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(2), 584–589. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i2.18624>
- Ulfah, I. F., & Nugroho, A. B. (2020). Menilik Tantangan Pembangunan Kesehatan di Indonesia: Faktor Penyebab Stunting di Kabupaten Jember (Observing the Challenges of Health Development in Indonesia: Factors that Cause Stunting in Kabupaten Jember). *Jurnal Sosial Politik*, 6(2), 201–213.