

**PEMBUATAN NUGGET TEMPE TAHU SEBAGAI MODIFIKASI PMT DALAM UPAYA  
CEGAH STUNTING DI KELURAHAN PALAS PEKANBARU**

Misrawati<sup>1\*</sup>, Nurhannifah Rizky Tampulon<sup>2</sup>, Desti Arnita Juandri<sup>3</sup>, Dwi Nova Indriani<sup>4</sup>, Fadhilah<sup>5</sup>, Hendri Putra<sup>6</sup>, Hidayati Askerlena<sup>7</sup>, Ingg Kurnialis Putri<sup>8</sup>, Ipna Melti<sup>9</sup>, Kholisoh<sup>10</sup>, Merry Silvy Christine Nababan<sup>11</sup>, Naomi Feronika<sup>12</sup>, Sri Wardani<sup>13</sup>, Wahyu Firman Sari<sup>14</sup>

<sup>1-14</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Riau

Email Korespondensi: misrawati@lecturer.unri.ac.id

Disubmit: 30 Juni 2024

Diterima: 16 September 2024

Diterbitkan: 01 Oktober 2024

Doi:

**ABSTRAK**

Stunting adalah keadaan yang menggambarkan status gizi kurang pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang bersifat kronis berdasarkan standar pertumbuhan menurut WHO. Prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi meskipun mengalami penurunan, termasuk di Pekanbaru sebagai Ibu Kota Propinsi Riau. Pemberian makanan tambahan (*complementary feeding*) yang tidak adekuat merupakan salah satu penyebab stunting. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang sehat dan bervariasi merupakan solusi bagi masyarakat, namun masih banyak masyarakat yang belum mengetahui cara pengolahannya. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah PMT balita yang sehat berupa pembuatan nugget berbahan dasar tahu dan tempe. Metode kegiatan berupa sosialisasi dan demonstrasi pengolahan makanan nugget sehat. Kegiatan dilakukan di halaman rumah Ketua RW 008 Kelurahan Palas, Kecamatan Rumbai, Pekanbaru-Riau. Peserta kegiatan ini adalah orang tua balita. Evaluasi keberhasilan dinilai dengan kuesioner, lembar observasi, dan wawancara. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan rata-rata nilai yang didapatkan pada penyuluhan pencegahan stunting, yaitu pemahaman ibu dari 71% menjadi 85%. Kemudian kegiatan mendemonstrasikan pembuatan nugget tahu tempe sebelumnya tidak dapat menyebutkan sebanyak 12 ibu balita namun setelah dilakukan 12 ibu balita dapat menyebutkan proses pembuatannya. Kesimpulan dari kegiatan ini didapatkan peningkatan pengetahuan pada orang tua balita mengenai upaya pencegahan stunting dengan pembuatan nugget tahu tempe sebagai modifikasi PMT.

**Kata Kunci:** Nugget, Tempe, Tahu, Stunting, Pengabdian

**ABSTRACT**

*Stunting is a condition that describes chronic malnutrition status in children's growth and development based on WHO growth standards. The prevalence of stunting in Indonesia is still quite high even though it has decreased, including in Pekanbaru as the capital of Riau Province. Inadequate provision of additional food (complementary feeding) is one of the causes of stunting. Providing healthy and varied supplementary food (PMT) is a solution for society, but there*

are still many people who do not know how to process it. The aim of this community service is to increase knowledge and skills in processing healthy PMT for toddlers in the form of making nuggets made from tofu and tempeh. The activity method is in the form of socialization and demonstrations of healthy nugget food processing. The activity was carried out in the yard of the Head of RW 008, Palas Village, Rumbai District, Pekanbaru-Riau. Participants in this activity are parents of toddlers. Evaluation of success is assessed using questionnaires, observation sheets and interviews. The results of the activity showed an increase in the average score obtained in stunting prevention counseling, namely maternal understanding from 71% to 85%. Then, there was an activity to demonstrate making tofu and tempeh nuggets. Previously, 12 mothers of toddlers could not name them, but after doing this, 12 mothers of toddlers were able to mention the process of making them. The conclusion from this activity was that there was an increase in knowledge among parents of toddlers regarding efforts to prevent stunting by making tofu and tempeh nuggets as a modification of PMT.

**Keywords:** Nuggets, Tempeh, Tofu, Stunting, Devotion

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah keadaan yang menggambarkan status gizi kurang pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang bersifat kronis berdasarkan standar pertumbuhan menurut WHO (Zulfikar Lating et al., 2023). Definisi lain dari stunting adalah balita pendek yang dinilai atau diukur berdasarkan indeks PB/U atau TB/U dalam penilaian gizi anak atau dengan kata lain penghitungan antropometri. Balita yang dikatakan pendek adalah balita yang berada pada ambang batas  $<-2$  SD sampai dengan  $-3$  SD dan  $<-3$  SD yang berarti sangat pendek untuk rentang usianya (Soamole, 2022). Pada anak stunting, biasanya ditandai dengan kekurangan gizi kronis. Gizi buruk ini dapat terjadi sejak dalam kandungan dan pada beberapa hari pertama kehidupan anak, tetapi hanya terlihat setelah usia 2 tahun. Status gizi ibu dan anak merupakan faktor penting dalam tumbuh kembang anak dan dalam kasus stunting ini (Rahmadhita, 2020).

Berdasarkan angka prevalensi balita stunting di dunia yang di kumpulkan WHO pada tahun 2022, sebanyak 148,1 juta anak. Mayoritas berada di Asia (52%) dan Afrika (43%). Berdasarkan hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, angka prevalensi stunting di Indonesia turun menjadi 24,4% dari angka 30,8% pada tahun 2018 (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2021). Meskipun mengalami penurunan, tetapi persentasenya masih cukup tinggi dari standar minimal berdasarkan standar dari WHO yaitu sebesar 20% (Rahmadhita, 2020). Berdasarkan data terbaru yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan, angka prevalensi stunting di Provinsi Riau tahun 2023 di 13,6 persen. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Riau (2022) persentase stunting di Kota Pekanbaru yaitu 16,8%, dimana mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya yaitu 11,4%. Pada tahun 2022, Dinas Kesehatan Provinsi Riau (2022) juga memaparkan bahwa Kecamatan Rumbai merupakan Kecamatan dengan peringkat kelima dengan 24 kasus stunting terbanyak dari 15 kota dan kecamatan yang ada di Provinsi Riau.

Salah satu faktor penyebab stunting yaitu complementary feeding yang tidak adekuat. Complementary feeding adalah pemberian makanan tambahan yang diberikan kepada bayi usia 6 bulan ke atas. Kualitas

mikronutrien yang buruk, kurangnya keragaman makanan dan asupan dari makanan hewani, bahan yang tidak mempunyai nilai gizi, dan kandungan energi yang rendah, merupakan penyebab stunting dari complementary feeding yang tidak adekuat. Analisis terbaru menunjukkan bahwa keragaman atau variasi makanan yang berasal dari sumber protein akan meningkatkan asupan gizi dan memperbaiki pertumbuhan serta dapat mengurangi risiko stunting (Rahayu et al., 2018). Faktor penyebab stunting terdiri dari beberapa faktor, namun ada dua penyebab langsung stunting yakni faktor penyakit dan asupan gizi. Faktor-faktor ini berkaitan langsung dengan faktor pola asuh, akses makanan, layanan kesehatan, serta sanitasi atau kebersihan lingkungan (Rahayu et al., 2018).

Pentingnya edukasi dan pendampingan terkait pengolahan makanan dan pemberian makanan tambahan adalah langkah penting untuk membantu dan memahami cara mempersiapkan makanan yang sehat dan bergizi untuk anak-anak. Manfaat pemberian makanan tambahan yang kaya nutrisi dapat memberikan asupan zat gizi yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan yang optimal (Yani Sugiyani et al., 2023).

Upaya yang dapat diberikan untuk mencegah stunting lainnya yaitu memberikan edukasi mengenai makanan yang berprotein tinggi salah satunya tempe dan tahu (Kudadiri & Afriandi, 2023). Pemberian makanan tambahan yang umumnya diberikan berupa biskuit, bubur kacang hijau dan pudding. Tempe dan tahu termasuk makanan yang mudah rusak, sehingga untuk meningkatkan daya simpan tempe dan tahu perlu dilakukan upaya modifikasi olahan tempe dan tahu. Salah satu produk yang bisa diolah dari tempe dan tahu adalah menjadi nugget (Ahmad Hisbullah Amrinanto et al., 2023)

Nugget adalah salah satu makanan siap santap yang banyak disukai oleh kalangan, dari anak-anak hingga orang dewasa. Nugget adalah makanan yang diolah menggunakan teknologi restrukturisasi daging, yaitu potongan-potongan daging yang kecil dan tidak berbentuk untuk kembali dilekatkan (Purnomo, H., D & Siswanto, 2000). Tahu mengandung air 86 %, protein 8-12%, lemak 4-6% dan karbohidrat 1- 6%. Tempe berperan mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak karena tempe memiliki kandungan protein yang tinggi. Komposisi tempe kedelai menunjukkan defisit pasangan asam amino metionin-sistin, secara menyeluruh mengandung unsur zat gizi yang cukup tinggi: 25 % protein (17 gram protein/100gram), 5 % lemak, 4 % karbohidrat dan 60 % air, sumber vitamin B12 yang cukup tinggi, rendah lemak, bebas kolesterol (Astuti, 2014). Tingginya kandungan nutrisi pada tempe mendukung upaya mencegah atau mengatasi terjadinya stunting pada anak, maka pengolahan makanan tempe dalam bentuk PMT yang paling disukai mayoritas oleh anak-anak yaitu nugget.

## 2. MASALAH

Berdasarkan uraian di atas, perlu upaya pencegahan agar angka stunting bisa ditekan, khususnya di Kelurahan Palas yang merupakan salah satu kelurahan yang berada di Kecamatan Rumbai agar mengurangi risiko stunting. Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan membuat variasi makanan yakni nugget yang disukai oleh anak-anak. Upaya yang dilakukan oleh Tim pengabdian dengan melakukan Sosialisasi dan Demonstrasi pembuatan nugget sehat yang bergizi. Selain merupakan upaya dalam

mencegah stunting, kegiatan ini juga merupakan sebagai program unggulan yang dilakukan oleh Tim Kukliah Kerja Nyata (Kukerta) Universitas Riau.

Rumusan dari pengabdian masyarakat ini adalah bagaimana cara pembuatan nugget tempe tahu sebagai modifikasi pmt dalam upaya cegah stunting. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk memotivasi orang tua dan mendemonstrasikan bagaimana cara pembuatan nugget tempe tahu sebagai modifikasi pmt dalam upaya cegah stunting. Pengabdian ini dilakukan di RW 08, Kelurahan Palas, Pekanbaru, Riau

### 3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada balita yang diakibatkan kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi kondisi stunting baru dapat terdeteksi setelah anak berusia 2 tahun. Faktor penyebab kejadian stunting secara tidak langsung meliputi gizi buruk, kurangnya pengetahuan ibu, ketersediaan pangan, pola asuh, pelayanan kesehatan, buruknya sanitasi dan lain-lain (Fujiana et al., 2021). Stunting yang dialami oleh anak dapat terjadi karena tidak terpapar 1000 hari pertama kehidupan sehingga anak sering mengalami sakit, kehilangan nafsu makan dan mengalami gangguan penyerapan makanan (nutrisi). Infeksi yang berulang seperti infeksi saluran nafas, diare dan infeksi lainnya akan mengganggu penyerapan nutrisi serta jumlah asupan makanan secara keseluruhan (Rahim & Muslimin, 2024).

Balita stunting secara alami memiliki kondisi tubuh yang tidak sebagus bayi pada umumnya. Kondisi bawaan sejak lahir seperti BBLR ataupun lahir pendek mempengaruhi kondisi tersebut. Seringnya balita stunting mudah mengalami sakit, baik penyakit infeksi maupun non infeksi. Kejadian sakit yang berulang bisa mempengaruhi gizi bayi melalui asupan nutrisi yang menurun akibat nafsu makan rendah, dan peningkat energy untuk melakukan penyembuhan pada tubuh akibat infeksi (Nurbawena et al., 2019). Anak-anak yang tidak mendapatkan asupan gizi yang seimbang karena pola makan yang buruk akan terjadi malnutrisi yang menyebabkan system imunitas anak berkurang, secara optimal sesuai tahap usianya. Kegagalan pencapaian tumbuh kembang dan kecerdasan pada usia 0-2 tahun akan bersifat permanen. Dampak jangka pendek adalah terjadinya gangguan pertumbuhan, perkembangan otak dan metabolisme, akibat jangka panjangnya adalah stunting (pendek) (Munawaroh et al., 2022).

Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan pengolahan makanan tambahan (PMT) Salah satunya tahu tempe yang mudah kita dapatkan. Tempe dan tahu dipilih sebagai subyek penelitian dengan beberapa pertimbangan, yaitu kedelai sangat mudah diperoleh dipasaran dan mudah diolah menjadi tempe sehingga pasokan tempe tidak akan habis di pasaran. Tempe dan tahu juga relative mudah dipasarkan serta secara ekonomi terjangkau bagi pembeli dan menguntungkan bagi pedagang. Di tingkat rumah tangga, tempe dan tahu sangat mudah diolah menjadi berbagai jenis masakan. Sebagai salah satu bahan makanan yang mengandung protein yang cukup tinggi, makanan yang berbahan dasar kedelai seperti tempe dan tahu bisa mencegah stunting pada anak-anak. Sebab protein pada tempe dan tahu merupakan makronutrisi yang mengandung asam amino. Asam amino memegang peranan penting dalam mengatur pertumbuhan manusia dan metabolismenya, seperti hormone pertumbuhan, insulin, hormone tiroid dan

lainnya. Beberapa asam amino memegang peranan yang lebih besar dalam pertumbuhan, seperti arginine, lysine dan sulfur. Arginine dan lysine menstimulasi hormone pertumbuhan jauh lebih signifikan dibandingkan dengan asam amino. Lysine terdapat pada nasi, methionine ada pada kedelainan makanan yang berbahan dasar kedelai seperti tahu dan tempe, dan bertugas untuk menstimulasi gen yang berhubungan dengan hormone pertumbuhan (Juli et al., 2024).

Tempe dan tahu merupakan makanan tradisional indonesia diolah dengan campuran budaya *Rhizopus spp.* Protein nabati memiliki berat jenis yang tinggi, rasa dan tekstur yang unik, serta bermanfaat bagi kesehatan manusia dengan cita rasa dan tekstur yang unik. Tempe dan tahu mengandung aspartam, lemak, protein, isoflavon, vitamin B12, zat besi, dan bahan lainnya. Mayoritas penduduknya menggunakan tempe dan tahu sebagai lauknya. Selain makanan tambahan dijadikan lauk, tempe dan tahu juga bisa dijadikan berbagai macam produk, seperti brownies, sosis, susu, dan lain - lain. Produk memiliki cita rasa yang lezat dan gizi yang baik (Perdana, 2023). Pemberian makanan tambahan (PMT) yang diberikan pada balita bertujuan memberikan asupan yang tinggi, tinggi protein dan cukup vitamin dan mineral secara bertahap, guna mencapai status gizi yang optimal dengan komposisi zat gizi mencukupi (Astuti et al., 2020).

Berdasarkan uraian yang disampaikan, maka dapat dinyatakan masalah tentang bagaimana memberdayakan kader dan ibu balita dalam membuat makanan berbasis pangan lokal yang tinggi protein (tahu dan tempe dengan pengolahan praktis dan simpel sebagai upaya pencegahan stunting. Maka dari itu, kegiatan ini perlu dilakukan agar masyarakat khususnya ibu balita tahu bagaimana cara mengolah sebagai tambahan makanan bagi anak yang bergizi dan sehat.

#### 4. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di RW 08, Kelurahan Palas, Pekanbaru, Riau. Kegiatan ini terbagi menjadi dua kegiatan yaitu kegiatan penyuluhan atau sosialisasi dan kegiatan demonstrasi. Kegiatan penyuluhan diikuti oleh 16 ibu balita dan pada kegiatan demonstrasi diikuti oleh 13 ibu balita. Kegiatan penyuluhan dilakukan pada 8 Mei 2024 dan kegiatan demonstrasi dilakukan pada tanggal 28 Mei 2024. Kegiatan edukasi dilakukan dengan metode ceramah oleh pihak pelaksana tentang tempe sebagai sumber protein pencegah stunting kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.

Adapun tahapan dalam melakukan kegiatan ini sebagai berikut:

- a. Tahap persiapan meliputi permohonan izin ke RW 08 kelurahan Palas, melakukan pertemuan dengan ketua kader dan mensosialisasikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pada tahap ini juga dilakukan observasi serta wawancara pada pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kelompok.
- b. Tahap pelaksanaan dengan sasaran ibu balita meliputi penyuluhan (pemaparan melakukan ceramah secara langsung) tentang stunting dan dilakukan *pre test* mengenai PMT kepada ibu balita menggunakan kuesioner. Kemudian dilakukan demonstrasi pembuatan nugget tahu tempe sebagai bahan dasar utama makanan tambahan.

- c. Tahap evaluasi : Melakukan pengisian kuesioner *pre-post test* oleh ibu balita yang bertujuan sebagai evaluasi sejauh mana keberhasilan penyuluhan yang telah dilakukan.

## 5. HASIL DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil



Diagram 1. Hasil Pretest-Posttest Pengetahuan Ibu Balita tentang Stunting

Diagram diatas menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 16 ibu balita yang memiliki kategori pengetahuan dengan nilai rata-rata pengetahuan ibu sebelum dilakukan penyuluhan (*pretest*) yaitu 71. Kemudian setelah dilakukan (*posttes*) nilai rata-rata pengetahuan ibu balita sebanyak 85.



Diagram 2. Pengetahuan Ibu Balita tentang Proses Pembuatan Makanan Tambahan (PMT)

Diagram diatas menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 13 ibu balita yang memiliki kategori pengetahuan proses pembuatan makanan tambahan (PMT) dengan pengetahuan ibu balita sebelum (*pretest*) dilakukan demonstrasi sebanyak 12 ibu balita yang tidak dapat menyebutkan. Kemudian setelah dilakukan (*posttes*) demonstrasi ibu balita dapat menyebutkan proses pengolahan PMT sebanyak 12 ibu balita.

**b. Pembahasan**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan beberapa tahapan kegiatan, diantaranya adalah : penyuluhan dengan metode ceramah. Materi yang disampaikan adalah penjelasan mengenai pengertian stunting, cara mendeteksi anak stunting, bahaya, serta cara pencegahan stunting dengan membuat PMT yang bergizi dan ekonomis. Selain itu juga dilakukan penyampaian penyuluhan serta demonstrasi. Kegiatan ini diikuti dengan baik oleh ibu balita, dalam kegiatan ini antusiasme ibu balita sangat tinggi. Bahkan dari beberapa ibu balita menyampaikan dari yang sebelumnya tidak mengetahui terkait stunting dan pengolahan makanan tambahan menjadi lebih tahu dan ingin mempraktikkannya dirumah.

Sebelum melaksanakan kegiatan, kelompok pengabdian melakukan observasi, kelompok pengabdian Universitas Riau melakukan survey dan pengamatan langsung ke Kelurahan Palas guna mendapatkan dan melihat keadaan anak balita. Didapatkan bahwa Kondisi dari kesehatan masyarakat di RW 08 Kelurahan Palas dapat dikatakan rendah, karena kebutuhan gizi anak dan ibu balita belum terpenuhi secara maksimal. Banyaknya dari masyarakat desa yang kurang pengetahuan tentang megkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi. Salah satu faktor yang mempengaruhi status gizi pada balita adalah pengetahuan orang tua dalam memilih dan memberikan makan, karena pengetahuan orang tua mempengaruhi bagaimana orang tua mampu memenuhi persediaan makanan bagi balitanya, mengkonsumsi makanan sesuai gizi yang benar memilih jenis makanan serta memprioritaskan makanan (Maharani et al., 2019).

Setelah melakukan observasi, Tim melakukan wawancara bersama pihak puskesmas mengenai data balita stunting. Kelompok pengabdian juga melakukan wawancara kepada ibu kader-kader posyandu untuk mendapatkan informasi lebih lanjut mengenai data stunting, menyampaikan ide mengenai nugget sehat, dan persiapan acara sosialisasi dan demonstrasi yang akan dilaksanakan.

Hasil wawancara dengan pihak puskesmas atau kader-kader didapatkan bahwa memang dari segi pengetahuan ibu balita masih rendah terkait gizi anak, kader juga sudah semaksimal mungkin untuk melakukan perbaikan penanganan stunting itu sendiri. Namun kembali lagi kesadaran dari orangtua balita tersebut yang masih menjadi poin utama dalam permasalahan. Untuk itu kami berharap dengan adanya kelompok pengabdian ini dapat memberikan wawasan serta menumbuhkan kesadaran orangtua balita terhadap gizi anak.

Kegiatan dilanjutkan dengan tahap persiapan terlebih dahulu supaya kegiatan yang akan dilaksanakan berjalan dengan baik. Kelompok pengabdian membentuk dan membagi penanggung jawab dalam kegiatan ini serta menyusun rencana kegiatannya. Setelah itu, kelompok pengabdian dapat mempersiapkan semua perlengkapan yang akan digunakan.



Gambar 1. Sosialisasi pencegahan stunting

Setelah menyusun rencana kegiatan penyuluhan dan edukasi maka dilaksanakanlah kegiatan penyuluhan kesehatan dan edukasi kesehatan kepada ibu balita mengenai pencegahan stunting. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Rabu, 08 Mei 2024 pada pukul 09.00-11.30 WIB di Posyandu Cemerlang, RW 08, Kelurahan Palas. Kegiatan diawali dengan posyandu balita, kemudian dilakukan pembukaan, dilakukan kontrak waktu dan menjelaskan tujuan kegiatan dilakukan. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan melakukan penyuluhan dan edukasi kesehatan kepada ibu balita mengenai pencegahan stunting. Selanjutnya, dilakukan diskusi dengan para ibu balita yang ingin bertanya mengenai stunting dan pencegahannya. Kegiatan ditutup dengan pemberian doorprize sebagai apresiasi kepada ibu balita yang sudah aktif dalam kegiatan penyuluhan dan edukasi kesehatan. Kemudian balita diberikan PMT berupa sop, telur rebus serta tempe goreng untuk mencegah stunting.

Selanjutnya dilakukan evaluasi kegiatan yang dilakukan oleh kelompok pengabdian. Berdasarkan hasil pretest dari 16 ibu dengan anak balita didapatkan Nilai terendah ibu yaitu 50 dan nilai tertinggi yaitu 80 dengan nilai Rata-rata pengetahuan ibu yaitu 71. Kemudian ibu diberi edukasi Terkait stunting pada balita dan setelahnya dilakukan posttest untuk Menilai sejauh mana pemahaman ibu tentang materi yang disampaikan. Rata-rata pengetahuan ibu meningkat menjadi 85, Dengan nilai terendah yaitu 60 dan nilai tertinggi 100.

Menambah pengetahuan tentang deformasi dapat dilakukan melalui penyuluhan atau biasa disebut pendidikan kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk mendukung tercapainya pola hidup yang lebih sehat. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan, menanamkan rasa percaya diri, sehingga sasaran pendidikan tidak hanya tahu, sadar dan paham, tetapi juga siap dan mampu melaksanakan anjuran yang berkaitan dengan kesehatan (Wahyuningsih, 2023).

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa orang lebih memahami manfaat penyuluhan gizi setelah diberikan. Hasilnya menunjukkan bahwa penyuluhan sangat penting dalam mencegah stunting pada anak balita. Penyuluhan pendidikan berarti menyampaikan informasi kesehatan (Notoatmodjo, 2014). Keefektifan penyuluhan ini memungkinkan ibu balita untuk mengetahui tentang stunting dan mendorong mereka untuk mencegah stunting sedini mungkin.



Gambar 2. Demonstrasi pembuatan nugget tahu tempe

Selanjutnya pada pertemuan berikutnya dilakukan kegiatan praktik mendemonstrasikan pembuatan nugget yang berbahan dasar tahu dan tempe yang dijadikan sebagai bahan tambahan makanan tambahan untuk pencegahan stunting pada anak Balita. Kegiatan ini dilakukan langsung oleh tim pengabdian, yang dibantu oleh mahasiswa dan kader yang praktik secara langsung. Hasil praktik demonstrasi ini diharapkan menjadi bahan edukasi dan contoh pengolahan makanan sehat dan simpel yang bisa nantinya dipraktikkan Ibu-ibu balita di rumahnya untuk sajian tambahan makanan untuk anak Balita.

Sebelum melakukan kegiatan kelompok pengabdian telah melakukan persiapan terlebih dahulu supaya kegiatan yang akan dilaksanakan berjalan dengan baik. Kegiatan demonstrasi PMT nugget tahu dan tempe untuk balita sehat ini sudah disetujui oleh berbagai pihak. Kemudian kami membentuk dan membagi penanggung jawab dalam kegiatan ini serta menyusun rencana kegiatan.

Setelah menyusun kegiatan demonstrasi maka dilaksanakanlah kegiatan demonstrasi PMT Nugget Tahu dan Tempe sebagai upaya pencegahan stunting. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Selasa, 28 Mei 2024 pada pukul 09.00-11.30 WIB di halaman rumah ketua RW 008, Kelurahan Palas. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan menjelaskan apa yang akan didemonstrasikan. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan melakukan demonstrasi pembuatan PMT Nugget Tahu dan Tempe. Selanjutnya, dilakukan diskusi dengan para orang tua balita yang ingin bertanya mengenai pembuatan PMT Nugget Tahu dan Tempe yang telah didemonstrasikan. Kegiatan ditutup dengan pemberian PMT Nugget tahu dan Tempe yang diberikan kepada para peserta yang hadir baik balita maupun orang tua serta kader posyandu.

Hasil demonstrasi didapatkan bahwa dari 13 ibu yang mengikuti kegiatan mayoritas ibu (12 orang) dapat menyebutkan bagaimana cara pembuatan nugget tahu dan tempe untuk mencegah stunting pada balita. Kemudian terdapat 1 ibu yang dapat menyebutkan secara garis besar proses pembuatan karena pernah melihat tutorial pembuatan melalui youtube sedangkan Ibu lainnya mengatakan ini merupakan cara baru untuk mengolah tahu dan tempe. Setelah dilakukan demonstrasi, mayoritas ibu (12 orang) dapat menyebutkan bahan yang dibutuhkan dan tata cara pembuatan dengan urut, sedangkan 1 ibu lainnya tidak dapat menyebutkan bahan yang dibutuhkan secara lengkap dan terdapat tatacara yang tidak disebutkan.

Setelah dilakukan kegiatan praktik pembuatan nugget tempe dan tahu. Ibu-ibuu menjawab sudah mengetahui bagaimana cara pembuatan nugget tempe dan tahu, baik dari bahan-bahan yang digunakan serta cara pembuatannya. Peserta merespon bahwa menyukai olahan nugget yang berbahan dasar tempe dan tahu. Kesukaan peserta terhadap produk nugget dikarenakan rasa yang enak dari nugget.

Adanya kegiatan ini memberikan kesadaran kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga pertumbuhan anak dengan cara memberikan gizi yang cukup lewat pemberian makanan tambahan dari protein yang tinggi. Secara keseluruhan, melalui pengabdian kepada masyarakat dengan pemanfaatan tempe dan tahu, dampak positif yang signifikan dapat dirasakan dalam mencegah stunting. Anak-anak mendapat nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan mereka, masyarakat local diberdayakan melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang. Kurangnya pengetahuan para ibu akan bahaya stunting menyebabkan jumlah anak penderita stunting setiap tahunnya mengalami peningkatan (Hidajat, 2019).

## 6. KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa adanya kegiatan pemberian materi terkait stunting dan praktik pembuatan nugget yang berbahan dasar tempe dan tahu maka dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait penyebab stunting serta cara atau upaya agar meminimalkan resiko terjadinya stunting. Dengan pembuatan nugget yang berbahan dasar tempe dan tahu diharapkan dapat meningkatkan asupan makanan bergizi untuk ibu hamil dan anak-anak dari sumber protein nabati. Setelah kegiatan edukasi, antusiasme peserta meningkat, peserta menjadi lebih mengerti akan pengolahan tahu tempe itu sendiri sangat mudah dan praktis serta memiliki manfaat yang sangat banyak.

### Saran

Pengabdian ini diharapkan bisa memotivasi para orang tua untuk lebih memperhatikan kesehatan anaknya terutama mencegah stunting. Direkomendasikan untuk selanjutnya diharapkan lebih banyak lagi kreasi makanan yang bisa mencegah dalam penanganan stunting.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Hisbullah Amrinanto, Anggiruling, D. O., Putra, M. G. S., Gusthira, A., & Oktaviani, D. A. (2023). Demonstrasi Modifikasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pangan Lokal Pada Kader di Posyandu Melati, Kelurahan Bubulak, Dramaga. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 88-91. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i2.151>
- Astuti. (2014). *Komposisi Zat Gizi Tempe yang Difortifikasi Zat Besi dan Vitamin A pada Tempe Mentah dan Matang*. AGRITECH,.
- Astuti, D. P., Utami, W., & Sulastri, E. (2020). 931-Article Text-1812-1-10-20200515. *University Research Colloquium*, 74-79.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2021). *Buku Saku Hasil Status Gizi Indonesia (SSGI)*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Riau* (D. K. P. Riau (ed.)).
- Fujiana, F., Pondaag, V. T., Afra, A., Evy, F., & Fadly, D. (2021). Potensi Pangan Fermentasi Tempe Dalam Mengatasi Kejadian Stunting di Indonesia. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 20-26. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.481>
- Hidajat, F. A. (2019). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan dan Penerapan Pola Hidup Bersih Sehat di PAUD Tunasmulya Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Abdi Panca Mara*, 1(1), 25-29. <https://doi.org/10.51747/abdipancamarga.v1i1.480>
- Juli, V. N., Hartian, T., Mulyani, S., Harahap, M. H., Andriani, A., Azwar, Y., & Hendra, D. (2024). *Pembuatan Nugget Tempe Dalam Pemenuhan Gizi Balita Cegah Stunting Making Tempe Nuggets To Fulfill Nutrition For Toddlers To Prevent Stunting*. 3.
- Kudadiri, R., & Afriandi, F. (2023). Pemanfaatan Pangan Unggul Daerah dalam Pencegahan Stunting : Pembuatan Nugget Berbahan Daun Kelor dan Tempe. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 139-145. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v3i2.2087>
- Maharani, M., Wahyuni, S., & Fitrianti, D. (2019). Tingkat pengetahuan dan sikap ibu terkait makanan tambahan dengan status gizi balita di Kecamatan Woyla Barat. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 4(2), 81. <https://doi.org/10.30867/action.v4i2.78>
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldaanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Nurbawena, H., Utomo, M. T., Yunitasari, E., Kedokteran, F., Airlangga, U., Kedokteran, F., & Airlangga, U. (2019). *STUNTING PADA BALITA RELATIONSHIP BEETWEN HISTORY OF ILLNESS AND THE masalah kesehatan gizi dengan prevalensi yang cukup tinggi di Asia . Global diantara negara dengan ekonomi menengah kebawah . Berdasarkan data paling signifikan terhadap kejadian stuntin*. 3(3), 213-225. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i3.2019>
- Perdana, A. T. (2023). *Edukasi Tempe Sebagai Sumber Protein Pencegah Stunting*. 1(2), 108-115. <https://doi.org/10.24853/jaras.1.2.108-115>
- Purnomo, H., D, A., & Siswanto. (2000). Pembuatan Chicken Nugget dengan

Konsentrasi Tepung Tapioka dan Lama Pemasakan yang Berbeda.  
*Prosiding Seminar Nasional Industri Pangan.*

- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). *Buku Referensi Study Guide-Stunting dan Upaya Pencegahannya bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat.* CV Mine.
- Rahim, R., & Muslimin, I. (2024). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Dan Pendampingan Keluarga Dalam Penanganan Anak Sakit Di Rumah. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 6(1), 47-54.  
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Rahmadhita. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Soamole, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sanitasi Lingkungan dan Peran petugas Kesehatan Terhadap Pencegahan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sabatai Kabupaten Pulau Morotai Tahun 2022. *Relationshi. Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 4(2), 57-66.  
<https://journal.univetbantara.ac.id/index.php/jikemb/article/view/3267>
- Yani Sugiyani, Ri Sabti Septarini, Nurhayati Nurhayati, & Surya Dwi Putra. (2023). Pendampingan Pengolahan dan Pemberian Makanan Tambahan sebagai Usaha Pencegahan Stunting di Kelurahan Suka Asih Kecamatan Tangerang. *SAFARI :Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(4), 229-235. <https://doi.org/10.56910/safari.v3i4.937>
- Zulfikar Lating, Mariene Wiwin Dolang, Epi Dusra, Hamka Hamka, & Wa Ode Satriawati Saendrayani. (2023). Analisis Manajemen Kejadian Stunting pada Balita di Desa Waesamu Tahun 2023. *Jurnal Medika Husada*, 3(2), 21-30. <https://doi.org/10.59744/jumeha.v3i2.44>