

PELATIHAN PEMBUATAN PUDING STRAWBERRY SEBAGAI CEMILAN KAYA NUTRISI GUNA MENCEGAH STUNTING

Pagdy Haninda Nusantri Rusdi¹, Kartika Mariyona², Mega Ade Nugrahmi³

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat

e-mail: hanindapagdy@gmail.com

Riwayat Artikel :

Diterima: 16-10-2023

Direvisi: 25-10-2023

Diterima: 8-11-2023

Kata Kunci : *Strawberry, Stunting, Puding, Cemilan, Gizi*

Abstrak

Salah satu bentuk gagal tumbuh dan akibat gizi buruk selama dari masa kehamilan sampai lahir yang merupakan masalah sangat tinggi di Indonesia adalah Stunting. Salah satu cara untuk mencegah agar tidak meningkatnya stunting yaitu dengan membuat cemilan kaya nutrisi berupa pudding buah strawberry yang nanti akan diolah dengan berbagai macam bahan makanan yang diperlukan bagi anak-anak balita. Kegiatan pengabdian ini berupa pelatihan kepada kader dalam membuat pudding strawberry sebagai cemilan kaya nutrisi guna mencegah stunting di Nagari Balingka Kabupaten Agam. Metode pelaksanaan PPM ini adalah dengan cara ceramah dan demonstrasi langsung bersama-sama dengan kader posyandu. Hasil dari kegiatan ini kader mampu membuat pudding strawberry serta memberikan edukasi kepada ibu balita di Nagari Balingka Kabupaten Agam.

Article History

Received: 16-10-2023

Revised: 25-10-2023

Accepted: 8-11-2023

Keywords : *Starwberry, Stunting, Pudding, Snacks, Nutrition*

Abstract

One form of failure to thrive and the consequences of poor nutrition from pregnancy to birth which is a very high problem in Indonesia is Stunting. One way to prevent stunting from increasing is by making nutrient-rich snacks in the form of strawberry fruit pudding which will later be prepared with various kinds of food ingredients needed for children under five. This service activity takes the form of training for cadres in making strawberry pudding as a nutrient-rich snack to prevent stunting in Nagari Balingka, Agam Regency. The method for implementing this PPM is by means of lectures and direct demonstrations together with posyandu cadres. As a result of this activity, the cadres were able to make strawberry pudding and provide education to mothers of toddlers in Nagari Balingka, Agam Regency.



Pendahuluan

Nagari Balingka merupakan salah satu nagari yang terdapat di Kecamatan IV Koto Kabupaten Agam Provinsi Sumatera Barat. Nagari Balingka terletak pada Kawasan strategis dan merupakan jalan alternative malalak sicincin di Padang Pariaman dan malalak di Kabupaten Agam Sumatera Barat. Nagari balingka ini terletak di dataran tinggi yang mayoritas penduduk disana bekerja di perkebunan buah strawberry.



Gambar 1. Peta Lokasi Mitra di Nagari Balingka Kecamatan IV Koto Kabupaten Agam, Sumatera Barat (Sumber : Google Map)

Nagari Balingka ini adalah salah satu nagari yang dipilih oleh Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat sebagai salah satu Nagari Binaan khususnya di bidang kesehatan. Kerjasama ini sudah terjalin sejak tahun 2021 hingga sekarang. Semenjak dijadikan sebagai Nagari Binaan Fakultas Kesehatan, Kami selaku Dosen di lingkungan Fakultas Kesehatan selalu mengarahkan mahasiswa untuk praktek disana sebagai bentuk pengabdian masyarakat, melakukan penelitian khususnya fokus kepada stunting serta pengabdian masyarakat yang bersifat untuk meningkatkan Kesehatan masyarakat di Nagari Balingka.

Jika dilihat dari segi Kesehatan masyarakat, Kabupaten Agam khususnya Nagari Balingka merupakan salah satu Kabupaten di Sumatera Barat yang memiliki angka kejadian stunting tinggi. (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014, n.d.) Nagari Balingka di Kabupaten Agam merupakan Daerah Binaan dari Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat sejak Tahun 2021 sampai sekarang yang ditetapkan sebagai nagari prioritas pertama dalam upaya menurunkan angka stunting di Nagari serta pada Kabupaten Agam. (Kesehatan et al., 2021) (Haninda et al., 2023a)

Observasi pertama ditahun 2023 didapatkan jumlah balita yang ada di Nagari Balingka sebanyak 2870 orang, balita *stunting* sebanyak 325 orang. (Haninda, Rusdi, & Mariyona, 2022) (Haninda et al., 2023b) Hasil diskusi Bersama Ibu Yorisulistia Kepala puskesmas IV Koto, bidan desa dan kader di Kenagarian Balingka penyebab *stunting* disana yaitu kurang

teraturinya pola makan anak balita serta akan mengganggu proses penyerapan nutrisi yang dibutuhkan oleh balita untuk tumbuh dan kembang tidak maksimal. (Kesehatan et al., 2021)(Haninda P, 2021) Rendahnya pengetahuan orang tua dan kurangnya inisiatif orang tua untuk datang ke posyandu untuk mendapatkan pengetahuan tentang edukasi tumbuh dan kembang balita.(Haninda, Rusdi, Kesehatan, et al., 2022)

Faktor resiko stunting ini jika tidak diperhatikan akan mengakibatkan angka kejadian stunting menjadi tinggi salah satu yang harus diperhatikan salah satunya tidak terpenuhinya kebutuhan nutrisi serta proses penyerapannya.(*Laporan Akhir Hibah Bersaing Rince Alfia Fadri Upload*, n.d.) (Putu et al., n.d.-a) Salah satu cara untuk mencegah agar tidak meningkatnya stunting yaitu dengan membuat cemilan kaya nutrisi berupa pudding buah strawberry yang nanti akan diolah dengan berbagai macam bahan makanan yang diperlukan bagi anak-anak balita. (Putu et al., n.d.-b) Buah strawberry mengandung vitamin C yang tinggi, sehingga mampu memaksimalkan proses penyerapan bahan makanan yang ada.(Anggraini & Nusantri Rusdi, 2020) (Rizkia et al., n.d.)

Tujuan dari kegiatan PKM ini adalah untuk memberikan pelatihan kepada kader dalam membuat pudding strawberry sebagai cemilan kaya nutrisi guna mencegah stunting di Nagari Balingka Kabupaten Agam. Hasil dari kegiatan ini kader mampu membuat pudding strawberry serta memberikan edukasi kepada ibu balita agar bisa mencegah terjadinya stunting di Nagari Balingka Kabupaten Agam.

Metode

Kegiatan PKM ini dilaksanakan di Nagari Balingka Kabupaten Pasaman Barat dengan mengikutsertakan seluruh kader posyandu yang ada di Nagari Balingka Kabupaten Pasaman Barat. Adapun tahapan yang Tim lakukan dalam kegiatan PPM yaitu :

1. Mengurus surat izin dan melakukan pendekatan kepada mitra
2. Melakukan observasi awal untuk menganalisis kondisi Kesehatan mitra sekaligus melakukan wawancara dengan ibu balita
3. Menjelaskan beberapa pilihan solusi kepada mitra serta menjelaskan rencana kegiatan PPM yang akan dilakukan
4. Mensosialisasikan ke bidan desa serta kader posyandu tentang PKM yang akan dilaksanakan

5. Melakukan kontrak waktu dengan bidan desa beserta kader posyandu tentang rencana pelaksanaan PKM
6. Melakukan pendampingan pelatihan pembuatan pudding Strawberry Bersama tim PKM
7. Melakukan monitoring dan evaluasi dari kegiatan PPM yang telah dilakukan.
8. Pelaksanaan PKM dilakukan dengan cara memberikan pelatihan yang diberikan kepada kader posyandu di Nagari Balingka untuk membuat pudding strawberry sebagai cemilan kaya nutrisi guna mencegah stunting dan dapat memberikan edukasi kembali kepada ibu balita yang datang ke posyandu agar mampu membuat pudding strawberry.



Gambar 2. Foto bersama Tim PKM dengan Ibu Wali Nagari, Bidan Desa serta Kader Posyandu di Nagari Balingka Kabupaten Agam

Hasil

Pada kegiatan ini, kami selaku Tim PPM memberikan pelatihan kepada kader posyandu di Nagari Balingka untuk membuat pudding strawberry sebagai cemilan kaya nutrisi guna mencegah stunting dan dapat memberikan edukasi kembali kepada ibu balita yang datang ke posyandu agar mampu membuat pudding strawberry.

Berikut ini beberapa dokumentasi proses pengabdian kepada masyarakat yang sudah dilaksanakan di Nagari Balingka Kabupaten Agam.



Gambar 3. Foto Tim PKM Fakultas Kesehatan
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 4. Alat dan Bahan yang digunakan
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 5. Persiapan
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 6. Proses Pembuatan Puding Strawberry Bersama TIM dan Kader Posyandu
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)



Gambar 10. Hasil Akhir Pelatihan Puding Strawberry
(Sumber : Dokumentasi Pribadi)

Dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat (PPM) ini juga turut serta hadir Ibu Febrianti selaku Wali Nagari Balingka, Ibu Bidan Desa Nagari Balingka Khususnya Jorong Pahambatan, Ibu Perwakilan Kantor Wali Nagari serta Ibu-Ibu perwakilan setiap kader posyandu di Nagari Balingka Kabupaten Agam.

Diskusi

Secara keseluruhan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan baik dan lancar. Hal ini bisa kita lihat dari tingginya antusias dan aktifnya peserta saat berdiskusi saat penyampaian materi dan antusiasnya para peserta pelatihan pada saat demonstrasi pembuatan pudding strawberry. Tanggapan dari ibu Rahmi selaku Bidan Desa menyampaikan bahwa, pudding strawberry ini diyakini memiliki kandungan gizi yang lengkap dan dapat menjadi ide menu makanan PMT pada saat posyandu karena memang sebelumnya belum pernah dibuat padahal daerah Balingka adalah daerah yang kaya akan buah strawberry. (Sulistyawati et al., n.d.) Hal ini sejalan dengan penelitian dari Wadani tahun 2021 yang menyatakan bahwa buah strawberry ini kaya akan zat gizi dan antioksidan yang dalam fungsinya berperan untuk mengurangi resiko dari berbagai penyakit, salah satunya dengan cara membuat pudding buah strawberry. (Haninda & Rusdi, 2020) (Nugrahmi MA, 2020) Kesimpulan dari penelitian ini adalah pudding strawberry dapat dikonsumsi sebagai salah satu alternative untuk mengkonsumsi buah dari berbagai kalangan. (Putu et al., n.d.-b)

Ibu Febriyani selaku ibu Wali Nagari Balingka juga ikut memberikan tanggapan bahwa pudding strawberry ini dapat menjadi cemilan sehat bagi balita, dan tidak hanya bagi balia saja namun bisa dikonsumsi oleh semua keluarga terlebih buahnya mudah didapa dan proses pembuatannya sangat mudah. Pada umumnya seluruh peserta sangat tertarik dengan materi yang dibawakan tim pengabdi, karena peserta menjadi tahu bagaimana proses pengolahan pudding buah strawberry ini. Selain tanggapan, Ibu Silviana juga memberikan inovasi dari pudding strawberry ini. Selain bisa dikonsumsi oleh seluruh anggota keluarga, ini juga bisa meningkatkan dan menambah pendapatan keluarga. Keluarga juga bisa menajdikan pudding strawberry ini untuk dijual dan dapat memberi tambahan penghasilan sehingga dapat membantu meningkatkan kesejahteraan keluarga.

Kegiatan PPM ini dilaksanakan selama 2 hari, dimana peserta yang menghadiri kegiatan ini berjumlah 15 orang kader di Nagari Balingka Kabupaten Agam. Denganharapan tujuan adanya kegiatan ini adalah untuk memberikan pelatihan kepada kader dalam membuat pudding

strawberry sebagai cemilan kaya nutrisi guna mencegah stunting di Nagari Balingka Kabupaten Agam. Hasil dari kegiatan ini kader mampu membuat pudding strawberry serta memberikan edukasi kepada ibu balita agar bisa mencegah terjadinya stunting di Nagari Balingka Kabupaten Agam.

Proses kegiatan PPM ini dimulai dari penjelasan kedatangan tim PPM ke Nagari. Pada kegiatan ini menyampaikan berupa materi dan tatacara pengolahan buah strawberry, dimulai dari alat dan bahan yang digunakan, pengolahan, serta packagingnya. (Haninda, 2018) Setelah itu baru masuk ke bagian demonstrasi, dengan melibatkan seluruh kader yang hadir untuk ikut berpartisipasi dalam membuat pudding strawberry. Setelah selesai proses pembuatan, peserta terlihat sangat antusias sekali untuk menyakan terkait hal-hal pada proses pembuatan pudding strawberry ini. Hal tersebut terlihat dari banyaknya tanya jawab dari peserta pelatihan terkait proses pembuatannya. Selanjutnya baru pudding di masukan ketempat packaging. Setelah semua selesai, peserta pelatihan juga dipersilahkan untuk mencicipi hasil dari proses pembuatan pudding strawberry.

Kesimpulan

Setelah kegiatan pengabdian pada masyarakat ini tim lakukan, dapat disimpulkan bahwa seluruh kader posyandu sudah mampu membuat dan mampu mengaplikasikannya. Selanjutnya kader posyandu juga dapat menginformasikan kepada ibu balita lainnya dan mampu meningkatkan pelatihan keahlian yang sudah didapatkan dari PPM ini untuk kehidupannya kelak.

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat yang didanai oleh Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat yang telah dilaksanakan secara baik. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pelatihan pembuatan pudding strawberry sebagai cemilan kaya nutrisi sebagai upaya pencegahan stunting di Nagari Balingka Kabupaten Agam.

Dari awal kegiatan tidak hanya seluruh kader posyandu yang antusias terhadap pelatihan ini, tetapi ibu Wali Nagari beserta Ibu Bidang Balingka juga turut hadir pada kegiatan ini. Semoga dengan adanya kegiatan ini bersama-sama kita dapat membuat cemilan bernutrisi, dapat dikonsumsi oleh balita serta dapat menurunkan angka stunting di Nagari Balingka.

Daftar Referensi

- Anggraini, Y., & Nusantri Rusdi, P. H. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Bangis Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 3(2), 69–73. <https://doi.org/10.32536/Jrki.V3i2.56>
- Haninda P, M. K. (2021). Hubungan Pola Asuh Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 693–698. <https://doi.org/10.35730/Jk.V12i0.639>
- Haninda, P., & Rusdi, N. (2020). *Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (Psidium Guajava.L) Terhadap Kadar Hemoglobin Penderita Anemia Remaja Putri* (Vol. 5).
- Haninda, P., Rusdi, N., Kesehatan, F., Muhammadiyah, U., & Barat, S. (2022). Hubungan Personal Hygiene Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. In *Human Care Journal* (Vol. 7, Issue 2).
- Haninda, P., Rusdi, N., & Mariyona, K. (2022). Hubungan Konsumsi Garam Beryodium Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Kanagarian Balingka Kabupaten Agam. In *Human Care Journal* (Vol. 7, Issue 3).
- Haninda, P., Rusdi, N., Mariyona, K., Nugrahmi, M. A., Angellina, S., Kesehatan, F., Muhammadiyah, U., & Barat, S. (2023a). *Evaluasi Pelaksanaan Program 1000 Hpk Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kota Padang Panjang* (Vol. 8, Issue 2). <https://sinta.kemdikbud.go.id/journals/profile/5436>
- Haninda, P., Rusdi, N., Mariyona, K., Nugrahmi, M. A., Angellina, S., Kesehatan, F., Muhammadiyah, U., & Barat, S. (2023b). *Evaluasi Pelaksanaan Program 1000 Hpk Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kota Padang Panjang* (Vol. 8, Issue 2). <https://sinta.kemdikbud.go.id/journals/profile/5436>
- Haninda, P., Rusdi, N., & Mariyona, K. (2021). *Hubungan Pola Asuh Terhadap Kejadian Stunting Pada Balita Informasi Artikel A B S T R A K*. 12, 693–698. <https://doi.org/10.35730/Jk.V12i0.639>
- Nugrahmi Ma, N. R. P. (2020). Pola Asah Dan Asuh Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Di Puskesmas Air Bangis, Pasaman Barat. *Mimbar Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak*, 4(2), 22–29.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014*. (N.D.).
- Putu, L., Wadhani, P., Ratnaningsih, N., & Lastariwati, B. (N.D.-A). Kandungan Gizi, Aktivitas Antioksidan Dan Uji Organoleptik Puding Berbasis Kembang Kol (Brassica Oleracea Var. Botrytis) Dan Strawberry (Fragaria X Ananassa) Nutrient Content, Antioxidant Activity And Organoleptic Test Of Pudding Based On Cauliflower (Brassica Oleracea Var. Botrytis) And Strawberry (Fragaria X Ananassa). *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 10(1), 2021. <https://doi.org/10.17728/Jatp.7261>
- Putu, L., Wadhani, P., Ratnaningsih, N., & Lastariwati, B. (N.D.-B). Kandungan Gizi,

Aktivitas Antioksidan Dan Uji Organoleptik Puding Berbasis Kembang Kol (*Brassica Oleracea* Var. *Botrytis*) Dan Strawberry (*Fragaria X Ananassa*) Nutrient Content, Antioxidant Activity And Organoleptic Test Of Pudding Based On Cauliflower (*Brassica Oleracea* Var. *Botrytis*) And Strawberry (*Fragaria X Ananassa*). *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 10(1), 2021. <https://doi.org/10.17728/jatp.7261>

Rizkia, F., Haninda Nusantri Rusdi, P., Fadhlya Adri, R., Studi, P. D., & Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat, K. (N.D.). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Nagari Tanjung Bungo. *Jurnal Ners*, 6, 105–109. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>

Haninda P (2018). Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava.L*) Terhadap Kadar Hemoglobin Penderita Anemia Remaja Putri 1 Pagdya Haninda Nusantri Rusdi. In *Jurnal Menara Medika* (Vol. 1).

Sulistyawati, A., Madani, S., & Wonosari Km 10, J. (N.D.). *Stunting Pada Balita*.