



ABON IKAN ASAP SEBAGAI INOVASI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) LOKAL DI DESA RANDUPUTIH

**Taufikurrahman¹, Afifah Rania Asmaradani², Ira Firnandari³, Irla Rahma Sari⁴,
Puteri Arsalta Chandra⁵**

^{1,2,3,4,5}Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jawa Timur

*E-mail: 20042010081@student.upnjatim.ac.id

ABSTRAK

Malnutrisi disebabkan oleh ketidakseimbangan pada konsumsi makanan dengan kebutuhan gizi untuk mempertahankan kesehatan. Malnutrisi dapat menyebabkan berbagai masalah, salah satunya adalah stunting. Sementara stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami oleh berbagai anak dan diakibatkan oleh asupan gizi yang buruk, infeksi yang terjadi secara berulang, serta stimulasi psikososial yang tidak adekuat. Dalam inovasi penekanan percepatan angka stunting di Indonesia, Presiden telah mengatur lima pilar dalam pelaksanaannya yang tertuang pada Peraturan Presiden No. 72 tahun 2021. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah merilis Petunjuk Teknis (Juknis) mengenai pelaksanaan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal bagi ibu hamil dan balita. Intervensi PMT merupakan salah satu langkah utama dalam menekan angka stunting di daerah. Desa Randuputih merupakan salah satu desa yang pernah memiliki status lokus stunting. Salah satu komoditas utama di desa Randuputih adalah ikan cakalang asap, sehingga komoditas tersebut dapat digunakan sebagai bahan utama inovasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal.

Kata kunci: Abon, Ikan Asap, Inovasi, Makanan Tambahan.

SHREDDED SMOKED FISH AS AN INNOVATION FOR LOCAL SUPPLEMENTAL FEEDING (PMT) IN RANDUPUTIH

ABSTRACT

Malnutrition is caused by an imbalance between food consumption and nutritional needs to maintain health. Malnutrition can cause various problems, one of which is stunting. While stunting is a condition of impaired growth and development experienced by various children and is caused by poor nutritional intake, repeated infections, and inadequate psychosocial stimulation. In innovation emphasizing the acceleration of the stunting rate in Indonesia, the President has regulated the five pillars in its implementation which are contained in Presidential Regulation No. 72 of 2021. The Ministry of Health of the Republic of Indonesia has released Technical Guidelines (Juknis) regarding the implementation of Supplemental Feeding (PMT) made from local food for pregnant women and toddlers. The PMT intervention is one of the main steps in reducing stunting rates in the regions. Randuputih Village forgot that one of the villages had a locus of stunting status. One of the main commodities in Randuputih village is smoked cakalang fish, so this commodity can be used as the main ingredient for the innovation of Supplemental Feeding (PMT) made from local food.

Keywords: Shredded Fish, Smoked Fish, Innovation, Additional Foods.

PENDAHULUAN

Malnutrisi merupakan kondisi dimana kondisi tubuh seorang individu tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup, hal ini disebabkan oleh ketidakseimbangan dalam konsumsi makanan dengan kebutuhan gizi untuk mempertahankan kesehatan. Kondisi malnutrisi pada individu dapat dilihat melalui tiga masalah utama, yaitu 1) *Stunting*, 2) *Wasting*, 3) *Overweight*. Berdasar tiga masalah utama tersebut, ketiga masalah utama tersebut dapat dibedakan berdasarkan pengertiannya. Secara singkat **stunting** mengacu pada anak yang terlalu pendek apabila disesuaikan dengan usianya. Anak yang berstatus stunting akan mengalami kerusakan pada fisik serta kognitif yang cukup parah yang menyebabkan hambatan pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu stunting dapat berlangsung seumur hidup dan mengancam berbagai generasi selanjutnya. Secara singkat, **wasting** mengacu kepada anak yang terlalu kurus apabila diukur dari tinggi badannya. Wasting merupakan hasil penurunan badan yang sangat cepat, atau kegagalan dari usaha menaikkan berat badan. Yang terakhir adalah **overweight**, mengacu pada anak yang memiliki berat badan berlebih apabila diukur



berdasarkan tinggi badannya. Overweight terjadi ketika asupan energi yang berupa makanan dan minuman melebihi kebutuhan seharusnya.

Saat ini, yang menjadi fokus utama bagi tenaga kesehatan maupun pemerintah adalah melakukan penekanan angka stunting. Stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan yang terjadi pada anak. Stunting diakibatkan oleh keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi masa lalu sehingga termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis (Mayasari et al., 2018). Selain itu, stunting juga didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami oleh berbagai anak dan diakibatkan oleh asupan gizi yang buruk, infeksi yang terjadi secara berulang, serta stimulasi psikososial yang tidak memenuhi syarat, atau biasa disebut tidak adekuat.

Standar prevalensi stunting merupakan jumlah permasalahan stunting yang terjadi di suatu daerah pada periode tertentu. Berdasarkan ketentuan dari *World Health Organization* (WHO), standar prevalensi stunting harus berada di bawah atau kurang dari angka 20 persen. Sementara angka prevalensi stunting yang ada di Indonesia berdasarkan data pada tahun 2023 sejumlah 21,6 persen. Jika dilihat, angka prevalensi stunting di Indonesia masih belum mencapai standar yang telah ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO).

Dalam pelaksanaan percepatan penekanan angka stunting, Presiden telah mengatur lima pilar sebagai acuan utama pelaksanaannya. Kelima pilar tersebut diatur melalui Peraturan Presiden No. 72 tahun 2021. Kelima pilar yang diatur berupa 1) Peningkatan komitmen dan visi kepemimpinan di kementerian atau lembaga, Pemerintah Daerah Provinsi, Pemerintah Daerah kabupaten atau kota, serta Pemerintah Desa 2) Peningkatan komunikasi perubahan perilaku dan pemberdayaan masyarakat 3) Peningkatan konvergensi intervensi spesifik dan intervensi sensitif di kementerian atau lembaga, Pemerintah Daerah provinsi, Pemerintah Daerah kabupaten atau kota, dan Pemerintah Desa 4) Peningkatan ketahanan pangan dan gizi pada tingkat individu, keluarga, dan masyarakat 5) Penguatan dan pengembangan sistem, data, informasi, riset, dan inovasi.

Dalam mencegah angka stunting di Indonesia, Kementerian Kesehatan telah melakukan tiga upaya utama, diantaranya adalah:

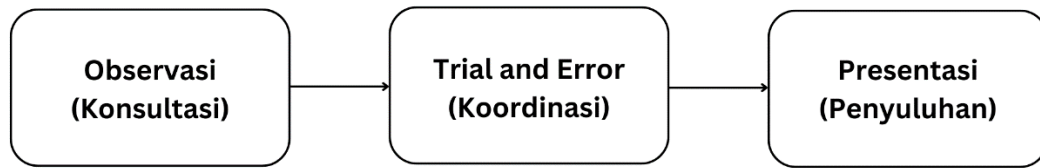
1. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri.
2. Melaksanakan pemeriksaan kehamilan dan pemberian makanan tambahan (PMT) bagi ibu hamil.
3. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berupa protein hewani bagi anak usia 6 hingga 24 bulan.

Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu upaya perbaikan gizi pada anak yang sedang mengalami kondisi gizi kurang maupun kronis. Tujuan dari program intervensi PMT adalah program untuk meningkatkan status gizi seorang anak serta untuk mencukupi kebutuhan zat gizi anak agar tercapainya status gizi dan kondisi gizi yang baik sesuai dengan umur anak tersebut. Berdasarkan Petunjuk Teknis (Juknis) terbaru yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengenai Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal untuk balita dan ibu hamil, terdapat acuan dalam inovasi program percepatan penekanan angka stunting yang dapat dilaksanakan di masing-masing daerah. Acuan tersebut adalah penggunaan bahan pangan lokal sebagai bahan utama Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan mengenai inovasi PMT berbahan lokal yang ada di desa Randuputih.

METODE

Dalam perwujudan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berdasarkan skema desa stunting di desa Randuputih. Penulis melaksanakan penelitian yang bertujuan untuk menemukan inovasi percepatan penekanan angka stunting di desa Randuputih. Dengan adanya Juknis terbaru dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengenai Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal, maka penulis beserta tim melakukan inovasi berupa Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Abon Ikan Cakalang Asap. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif mengenai hasil inovasi yang telah dilakukan oleh penulis beserta tim.

Terdapat berbagai tahapan dalam pelaksanaan penelitian dan inovasi mengenai PMT Abon Ikan Cakalang Asap. Tahapan yang dilaksanakan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan Inovasi PMT Abon Ikan Cakalang Asap

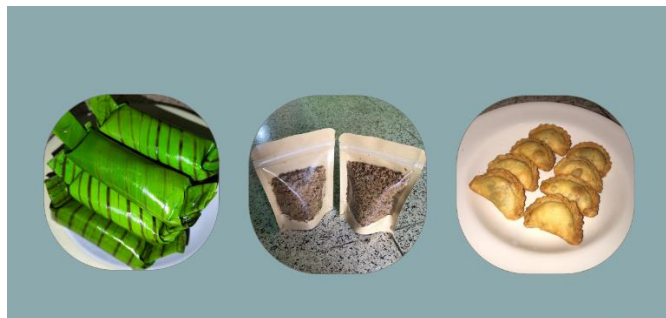
Berdasarkan tahapan pelaksanaan penelitian inovasi PMT Abon Ikan Cakalang Asap, maka prosedur yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Observasi, pada tahapan ini penulis dan tim melakukan observasi mengenai jenis bahan yang akan digunakan sebagai inovasi PMT abon ikan asap. Pada tahapan ini penulis juga melakukan konsultasi serta konfirmasi dengan Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) mengenai inovasi yang akan dibuat.
2. *Trial and error*, pada tahapan ini penulis dan tim melakukan percobaan pembuatan serta menyesuaikan takaran yang akan digunakan pada saat presentasi atau penyuluhan. Pada tahapan ini penulis dan tim juga melakukan koordinasi dan konsultasi pada ahli gizi yang ada di kecamatan Dringu mengenai kadar gizi yang ada pada hasil inovasi PMT Abon Ikan Cakalang Asap yang disesuaikan dengan takaran tertentu.
3. Presentasi, pada tahapan ini penulis dan tim melakukan presentasi kepada pihak yang telah dijadikan target kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam implementasi penekanan angka stunting melalui inovasi pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Abon Ikan Cakalang Asap di desa Randuputih, penulis dan tim telah melaksanakan berbagai tahapan yang telah ditentukan sejak awal. Target akhir yang dituju oleh penulis dan tim adalah para warga dapat memenuhi kebutuhan gizi yang ada di setiap makanan yang dikonsumsi setiap hari secara mandiri. Target ini telah disesuaikan berdasarkan Petunjuk Teknis (Juknis) terbaru yang telah dirilis oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, yaitu mendorong kemandirian pangan dan gizi keluarga secara berkelanjutan. Selain itu, Pemberian Makanan Tambahan lokal yang diberikan pada periode ini lebih terfokus kepada makanan berupa kudapan, bukan berupa makanan berat. Hal ini bertujuan agar tanggung jawab orang tua mengenai makanan berat di rumah tidak dilupakan, apabila ada permasalahan mengenai program intervensi PMT sehingga tidak dapat dilaksanakan, masih ada makanan berat di rumah yang dapat dikonsumsi sebagai asupan gizi utama.

Setelah melaksanakan tahap observasi dan konsultasi, penulis dan tim mendapatkan data mengenai komoditas lokal yang ada di desa Randuputih. Komoditas utama yang ada di desa Randuputih terbagi menjadi dua, yaitu komoditas bawang, dan komoditas ikan laut karena letak geografis desa Randuputih yang terletak di pesisir. Ikan laut hasil tangkapan nelayan menjadi faktor pendorong utama ekonomi masyarakat desa Randuputih. Hasil tangkapan selanjutnya dimanfaatkan oleh masyarakat untuk kemudian diproduksi menjadi olahan, seperti ikan dendeng, serta ikan asap.



Gambar 2. Hasil Inovasi Kudapan

Salah satu jenis ikan yang diolah menjadi ikan asap di desa Randuputih adalah jenis ikan cakalang. Jenis ikan cakalang asap merupakan ikan yang sangat mudah ditemukan dan sering dikonsumsi oleh masyarakat desa Randuputih. Ikan cakalang juga merupakan salah satu ikan dengan sumber protein yang cukup tinggi. Selain itu, ikan cakalang juga tinggi akan asam lemak omega 3, yang mana asam lemak omega 3 sangat baik perkembangan otak. Karena ikan cakalang asap merupakan salah satu komoditas utama yang ada di desa Randuputih, masyarakat dapat dengan mudah mendapatkan bahan utama dalam pembuatan inovasi PMT lokal yang telah dilaksanakan oleh penulis dengan tim. Selain itu, sumber nutrisi seperti gizi makro berupa protein yang ada pada ikan cakalang menjadi alasan utama penulis dan tim memilih ikan cakalang sebagai bahan utama pembuatan inovasi PMT lokal di desa Randuputih. Pemilihan ikan cakalang asap sebagai bahan utama inovasi PMT lokal yang dilakukan telah melalui tahap konsultasi dan koordinasi ahli gizi yang ada.

Resep abon ikan cakalang asap yang telah melalui tahap *trial and error* sera melalui tahap konsultasi dan koordinasi selanjutnya telah ditetapkan sebagai inovasi PMT lokal abon ikan cakalang asap. Untuk menyesuaikan dengan Petunjuk Teknis (Juknis) mengenai PMT berbahan pangan lokal bagi balita dan ibu hamil, makan abon ikan cakalang asap yang telah dibuat dapat dijadikan sebagai bahan utama pembuatan kudapan. Dalam pelaksanaan inovasi PMT lokal yang dilakukan oleh penulis dan tim, penulis dan tim membuat inovasi lanjutan berupa kudapan lempeng dan pastel. Kudapan yang berupa lempeng tersebut telah diisi oleh bahan utama abon ikan cakalang asap.



Gambar 3. Penyuluhan Inovasi PMT Abon Ikan Cakalang Asap

Selanjutnya sebagai bentuk pengabdian dari salah satu program kerja Kuliah Kerja Nyata kelompok 44 MBKM Universitas Pembangunan Nasiona “Veteran” Jawa Timur, penulis dan tim melaksanakan penyuluhan mengenai inovasi PMT lokal Abon Ikan Cakalang Asap kepada masyarakat desa Randuputih. Salah satu kegiatan penyuluhan inovasi PMT lokal Abon Ikan Cakalang Asap dilakukan pada saat rapat lembaga Pembinaan kesejahteraan Keluarga (PKK). Kegiatan penyuluhan yang dilakukan meliputi penjelasan mengenai bahaya stunting, penjelasan mengenai PMT lokal, serta pemaparan mengenai inovasi PMT lokal Abon Ikan Cakalang Asap beserta pembagian resep yang telah dibuat oleh penulis dan tim agar para partisipan dapat turut membuat ketika berada di rumah. Selain itu, partisipan acara juga diberikan satu kemasan abon ikan cakalang asap beserta tester inovasi kudapan berupa lempeng dan pastel yang bahan utamanya adalah abon ikan cakalang asap.

Dengan adanya penyuluhan dan inovasi mengenai PMT berbahan pangan lokal berupa Abon Ikan Cakalang Asap, diharapkan masyarakat di desa Randuputih akan lebih memperhatikan asupan gizi pada anak, terutama bagi anak yang terindikasi stunting. Selain itu masyarakat di desa Randuputih diharapkan dapat membentuk kemandirian keluarga dalam menyediakan makanan yang bergizi cukup bagi ibu hamil dan balita.

SIMPULAN

Pelaksanaan Inovasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berdasar bahan pangan lokal berupa Abon Ikan Cakalang Asap merupakan strategi yang tepat dalam kegiatan penelitian dan implementasi



petunjuk teknis yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengenai Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal bagi ibu hamil dan balita. Mudah ditemukannya ikan cakalang asap yang merupakan komoditas utama desa Randuputih mempermudah penulis dan tim dalam pelaksanaan inovasi sekaligus penelitian mengenai PMT lokal Abon Ikan Cakalang Asap. Tingginya nutrisi pada ikan cakalang menjadi alasan utama penulis dan tim menggunakan ikan cakalang sebagai bahan utama inovasi yang dilaksanakan. Nutrisi seperti asam lemak omega 3 yang baik bagi perkembangan otak bagi anak menjadi faktor pendorong besar dalam pelaksanaan inovasi PMT lokal Abon Ikan Cakalang Asap yang dilakukan oleh penulis dan tim. Penyuluhan mengenai inovasi PMT yang dilakukan oleh penulis dan tim bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai bahaya dari stunting, pentingnya PMT bagi anak terindikasi stunting, serta inovasi PMT yang dapat dibuat di rumah masing-masing oleh masyarakat. Rekomendasi yang dapat diberikan oleh penulis dan tim adalah program penelitian yang berupa inovasi PMT lokal abon ikan cakalang asap dapat dijadikan acuan sebagai program inovasi selanjutnya yang akan dilakukan oleh masyarakat setempat. Peningkatan kesadaran mengenai asupan gizi yang cukup merupakan salah satu langkah utama untuk menekan angka stunting yang ada di desa Randuputih.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh penulis dan tim tidak terlepas dari kerjasama antara kelompok mahasiswa KKN Tematik 44 MBKM Universitas Pembangunan Nasional 'Veteran' Jawa Timur, dengan perangkat desa Randuputih, Bidan desa Randuputih, serta Ahli Gizi Puskesmas Dringu. Ucapan terima kasih juga penulis dan tim sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Pembangunan Nasional 'Veteran' Jawa Timur atas fasilitas yang diberikan selama melaksanakan program pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kamalia, A., & Muharsih, L. (2023). INOVASI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) UNTUK PENCEGAHAN STUNTING LOCUS DESA SUKAMEKAR. ABDIMA JURNAL PENGABDIAN MAHASISWA, 2(2), 7776-7781.
- Kementerian Kesehatan. (2023). Diambil dari <https://ayosehat.kemkes.go.id/juknis-pemberian-makanan-tambahan-pmt-berbahan-pangan-lokal-untuk-balita-dan-ibu-hamil>
- Kementerian Kesehatan. (2023). Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. Diambil kembali dari <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari244/#:~:text=Kementerian%20Kesehatan%20mengumumkan%20hasil%20Survei,21%2C6%205%20di%202022>.
- Masri, E., Sari, W. K., & Yensasnidar, Y. (2020). Efektifitas Pemberian Makanan Tambahan dan Konseling Gizi dalam Perbaikan Status Gizi Balita. Jurnal Kesehatan Perintis, 7(2), 28-35.
- Mayasari, D., Indriyani, R., Ikkom, B., Kedokteran, F., Lampung, U., Tanjungkarang, P. K., & Lampung, B. (2018). *Stunting , Faktor Resiko dan Pencegahannya Stunting , Risk Factors and Prevention*. 5, 540-545.
- Perpres tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi. (2021). Diambil dari <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/174964/perpres-no-72-tahun-2021>
- Sutarto, S. T. T., Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018). Stunting, Faktor ResikodanPencegahannya. *Agromedicine Unila*, 5(1), 540-545.
- Wati, N. (2020). Analisis Program Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Terhadap Status Gizi Anak Di Posyandu Kelurahan Sembungharjo Semarang. Tematik, 6(2), 94-98.
- WHO. (2015). Stunting in a nutshell. Diambil kembali dari <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>
- United Nations Children's Fund, World Health Organization, World Bank Group. (2021). Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/The World Bank Group joint child malnutrition estimates: key findings of the 2021 edition.