



PEMBERIAN OLAHAN NUGGET IKAN KEMBUNG DAN DAUN KELOR DALAM UPAYA PENINGKATAN NAFSU MAKAN BALITA STUNTING USIA 3-5 TAHUN DI PUSKESMAS KLAMPOK 1 KABUPATEN BANJARNEGARA

Sally Nur Futihah*, Fauziah Hanum Nur Adriyani, Arlyana Hikmanti

Fakultas Kesehatan, Universitas Harapan Bangsa, Jl. Raden Patah No.100, Kedunglongsir, Ledug, Kembaran, Banyumas, Jawa Tengah 53182, Indonesia

*sallynurfutihah@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan suatu keadaan dimana anak memiliki tubuh lebih kecil dari usia mereka yang terjadi akibat kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama terjadi saat janin dalam kandungan namun, kondisi stunting nampak setelah usia 2 tahun. Banyak faktor penyebab tingginya angka stunting balita seperti asupan nutrisi kurang dan infeksi seperti diare dan ISPA yang menyebabkan penurunan nafsu makan balita. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui dampak pemberian nugget ikan kembung dan daun kelor dengan peningkatan nafsu makan balita stunting setelah intervensi selama 7 hari. Metode pengabdian ini antara lain intervensi penyuluhan pre dan post test serta observasi dengan food record. Populasi pada pengabdian ini balita stunting usia 3-5 tahun. Besar sampel dalam kegiatan sejumlah 7 responden dilakukan pada tanggal 23 - 29 Desember 2023. Hasil pengabdian ini didapatkan pengetahuan ibu sebelum intervensi didapatkan kurang (71.4%), cukup (29%), setelah intervensi seluruhnya baik (100%) dan kenaikan frekuensi makan balita yang signifikan (57%), (29%) mengalami penurunan frekuensi makan dan (14,2%) balita menetap. Sehingga disimpulkan pemberian olahan nugget ikan kembung dan daun kelor dalam upaya peningkatan nafsu makan balita stunting usia 3-5 tahun di Puskesmas Klampok 1 dengan rata rata peningkatan nafsu makan perhari setelah pemberian PMT didapatkan 0,54 sendok makan perhari.

Kata kunci: frekuensi makan; pmt nugget ikan kembung dan daun kelor; stunting

PROVIDING PROCESSED MACKEREL FISH NUGGET AND MORINGA LEAVES IN AN EFFORT TO INCREASE THE APPETITE OF STUNTING TODDLER AGE 3-5 YEARS AT KLAMPOK 1 PUSKESMAS, BANJARNEGARA DISTRICT

ABSTRACT

Stunting is a condition where a child has a body that is smaller than their age which occurs due to a lack of nutritional intake over a long period of time that occurs when the fetus is in the womb, however, the condition of stunting appears after the age of 2 years. There are many factors causing the high stunting rate of toddlers, such as poor nutritional intake and infections such as diarrhea and ARI which cause a decrease in toddlers' appetite. The aim of this community service is to determine the impact of providing mackerel fish nuggets and Moringa leaves on increasing the appetite of stunted toddlers after 7 days of intervention. This service method includes pre and post test counseling interventions as well as observation with food records. The population in this service are stunted toddlers aged 3-5 years. The sample size for the activity was 7 respondents carried out on 23 - 29 December 2023. The results of this service showed that mothers' knowledge before the intervention was found to be poor (71.4%), sufficient (29%), after the intervention everything was good (100%) and the frequency of eating for toddlers was increased. significantly (57%), (29%) experienced a decrease in eating frequency and (14.2%) toddlers were sedentary. So it was concluded that providing processed mackerel fish nuggets and Moringa leaves in an effort to increase the

appetite of stunted toddlers aged 3-5 years at the Klampok 1 Health Center with an average increase in appetite per day after giving PMT was obtained at 0.54 tablespoons per day.

Keywords: frequency of eating; pmt mackerel fish nuggets and moringa leaves; stunting

PENDAHULUAN

Masa balita atau masa golden age merupakan masa balita usia 1-5 tahun mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, yang dimana anak akan berkembang dalam berpikir, berbicara dan keterampilan motorik (Suhartatik, 2022). Pemantauan tumbuh kembang anak meliputi pemantauan aspek fisik, psikologis, dan sosial yang dapat dilakukan sedini mungkin oleh orang tua. yaitu pertumbuhan dan perkembangan (Adriyani et al., 2021). Menurut (Triputro, 2021) hal tersebut dapat dipengaruhi oleh kurangnya asupan gizi terjadi saat anak masih dalam kandungan ibu dan pada masa awal kehidupan setelah lahir, namun akan terlihat setelah usia 2 tahun. Stunting merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan di negara berkembang, khususnya Indonesia. Stunting merupakan kondisi dimana anak usia di bawah 5 tahun gagal tumbuh karena kekurangan gizi, yang menyebabkan anak lebih kecil dibandingkan anak yang seusia dengannya. Hal tersebut mengalami kegagalan pertumbuhan yang disebabkan oleh gizi buruk dan kesehatan anak sebelum dan sesudah kelahiran (Daracantika, 2021). Penelitian (Aryani, 2023) menunjukkan bahwa angka stunting terbesar terjadi pada balita usia 3-5, sebab usia 1-3 tahun merupakan balita pasif artinya anak menerima makanan yang di sediakan oleh orang tua dan usia 3-5 tahun merupakan balita yang sudah dapat memilih sendiri makanan yang disukainya.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan tingginya angka stunting pada balita. Faktor penyebab langsung adalah asupan nutrisi kurang yang diterima balita. Secara tidak langsung, tingkat pendidikan ibu menjadi faktor risiko stunting pada anak (Anwar et al., 2022). Penyebab lainnya yaitu status ekonomi keluarga, penyakit infeksi, pengetahuan orang tua yang kurang, pola asuh yang salah, hygiene sanitasi yang buruk dan pelayanan kesehatan yang rendah (Faizaturrahmi, 2023). Hal tersebut dapat menimbulkan beberapa gangguan dan menurunkan nafsu makan pada balita dengan Stunting (Hastuty, 2020). Menurut (Faizaturrahmi, 2023) di Indonesia, angka stunting pada anak di bawah 5 tahun merupakan masalah kesehatan utama yang perlu diatasi. Menurut penelitian (Sari & Montessori, 2021) beberapa program telah dilakukan untuk mengatasi masalah stunting, khususnya PMT pada balita dan ibu hamil, tablet tambah darah pada ibu hamil, imunisasi dasar lengkap pada bayi dan balita, pemberian vitamin A, dan pemberian zinc pada kasus diare terutama pada ibu hamil dan balita.

Menurut data dari WHO pada tahun negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di Kawasan Asia Tenggara. Secara global, pada tahun 2019 di dunia mencapai 21,3%. Prevalensi tertinggi stunting di dunia pada tahun 2019 yaitu di Afrika timur dengan angka 34,5%, dilanjutkan dengan Asia Selatan sebesar 31,7% dan Afrika Tengah sebesar 31,5% (Mediani et al., 2023). Berdasarkan data survei Status Gizi Indonesia (SSIG) tahun 2021, terdapat peningkatan angka stunting dari 27,7% pada tahun 2019, kemudian pada tahun 2021 menjadi 24,4%. Upaya bersama masih dilakukan untuk penurunan angka stunting mencapai 14% pada tahun 2024 (Sinaga et al., 2023). Berdasarkan hasil Data Dinas Kesehatan Kabupaten Banjarnegara 2018, Prevalensi balita stunting di Banjarnegara yaitu sebanyak 29,9%. Hal tersebut menunjukkan masalah stunting adalah masalah yang harus ditangani segera. Berdasarkan metode pengukuran tinggi badan/umur dari sebanyak 44.138 balita yang diukur tinggi badannya sejumlah 10.445 (17,6%) merupakan

balita stunting pendek. Pada tahun 2019 di Banjarnegara masih 27,1% sedangkan target maksimal WHO 20% (Rahayu et al., 2021).

Dengan demikian upaya meningkatkan nafsu makan balita disertai strategi (PMT) inovasi makanan yang bergizi dan banyak disukai oleh anak-anak menjadi alternatif yaitu nugget. Nugget merupakan makanan yang disukai oleh anak-anak karena rasanya yang enak. Masyarakat mulai memanfaatkan sumber lain, yaitu ikan. Ikan memiliki kandungan protein yang sangat tinggi berbasis pangan lokal dan mengandung asam lemak tak jenuh yaitu omega 3 dan omega 6 sangat penting bagi tubuh dan baik untuk kecerdasan otak, ikan kembung juga memiliki kandungan gizi yang baik di mana dalam 100 gram ikan kembung mengandung 76 g air, 22 g protein, 1 g lemak dan 20 mg kalsium (Arifin et al., 2023). Pangan lokal lain terdapat pada daun kelor. Pemberian daun kelor pada balita dapat meningkatkan nafsu makan dan mencukupi kebutuhan nutrisi yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang balita (Antariksawati, 2022). Daun kelor merupakan sayuran yang memiliki kandungan zat besi yang tinggi. Dalam 100 gram daun kelor segar memiliki kandungan air 75,5 gram, energi 92 kalsium, protein 5,1 gram, lemak 1,6 gram, karbohidrat 14,3 g, serat 8,2 gram, zat besi 6,0 mg (rosella, 2023).

Menurut Rahayu dkk (2018), menyatakan bahwa ekstrak daun kelor dapat meningkatkan status gizi balita yang dilihat dari IMT/umur. Dengan mengonsumsi ekstrak daun kelor setiap hari selama 7 hari, mampu meningkatkan IMT sebesar 0,13. Setiap anak diberikan 3 keping nugget. Pemberian dilakukan setiap pagi dan sore hari. Memberikan setiap minggu dengan jumlah 21 keping untuk dikonsumsi selama satu minggu. Program ini dilaksanakan selama 7 hari, untuk mendapatkan data perubahan status gizi anak. Oleh karena itu peneliti tertarik memberikan nugget olahan ikan kembung dan daun kelor untuk meningkatkan nafsu makan. Dengan demikian kami melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan bertujuan untuk meningkatkan nafsu makan balita stunting dengan inovasi makanan yang berbasis pangan lokal dan memberikan pengetahuan kepada orang tua balita tentang pengolahan PMT berbahan pangan lokal untuk mengatasi stunting.

METODE

Metode pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat Di Puskesmas Klampok 1 Banjarnegara dilaksanakan melalui implementasi dengan pemberian makanan tambahan olahan nugget ikan kembung dan daun kelor untuk meningkatkan nafsu makan menggunakan metode *Food Record*. Kegiatan dijalankan selama 7 hari, sejak 23 Desember sampai 29 Desember 2023 yang melibatkan sasaran 7 balita stunting dan kader posyandu di wilayah Banjarnegara. Adapun tahapannya sebagai berikut:

1. Tahap persiapan dan koordinator

Pada tahap ini peneliti melakukan koordinator dengan metode survey lapangan, pengurusan perijinan dengan Puskesmas yang bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi dan situasi yang tepat untuk memulai kegiatan serta persiapan yang pertama mengajukan surat perizinan ke kampus untuk diberikan ke Puskesmas Klampok 1 Banjarnegara. Selain itu peneliti melakukan persiapan pembuatan nugget ikan kembung dan daun kelor dan persiapan jumlah nugget ikan kembung dan daun kelor sebagai *frozen food* pendistribusian kepada responden

2. Tahap perencanaan

Tahap perencanaan dilakukan dengan mengajukan surat izin di Puskesmas Klampok 1, Kader Posyandu Banjarnegara untuk menjadi mitra, menyiapkan peralatan, meliputi lembar persetujuan, kuesioner, evaluasi pemahaman orang tua, rekapitulasi kuesioner, observasi,

membeli bahan-bahan utama yang diperlukan seperti ikan kembung dan daun kelor dan membuat buku saku mengenai PMT olahan nugget ikan kembung dan daun kelor, pendistribusian olahan nugget ikan kembung dan daun kelor.

3. Tahap Screening

Tahap screening dilakukan pada tanggal 22 Januari 2023 pada 7 balita dengan stunting, setelah itu dilakukan pengukuran BB, TB, IMT, anamnesa kesehatan balita, memastikan kesediaan ibu menjadi responden dan menanyakan alergi makanan pada balita terhadap seafood untuk memastikan data tersebut. Selanjutnya peneliti meminta izin kepada orang tua balita dengan stunting untuk menandatangani lembar *Inform Consent* jika ibu bersedia menjadi responden, lalu membuat jadwal kegiatan penyuluhan mencakup tanggal, waktu dan tempat.

4. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan pada 23 Desember sampai 29 Desember 2023 dengan target 7 balita stunting di Puskesmas Klampok 1 Kabupaten Banjarnegara. Kegiatan dilakukan pada tanggal 22 Desember 2024 dengan tahapan yaitu meminta pasien untuk mengisi surat persetujuan menjadi responden dan berkoordinasi dengan ibu kader terkait PKM yang akan dilakukan. Selanjutnya tahap implementasi pada tanggal 23 Desember 2023 meliputi menjelaskan kembali maksud dan tujuan peneliti pada responden, mengisi daftar hadir ibu balita stunting, dan melakukan penilaian pretest mengenai stunting dan pmt nugget ikan kembung dan daun kelor selanjutnya memberikan penyuluhan materi tentang stunting dan nugget ikan kembung dan daun kelor, meliputi pengertian stunting, penyebab stunting, PMT, tujuan, dan prosedur pembuatan olahan nugget ikan kembung dan daun kelor dilanjutkan melakukan sesi tanya jawab kepada responden dan memberikan olahan nugget ikan kembung dan daun kelor sebanyak 9 keping per anak untuk 3 hari kedepan, memberikan buku saku tentang stunting dan olahan nugget ikan kembung dan daun kelor serta memberikan dan menjelaskan mengenai lembar evaluasi PMT nugget ikan kembung dan daun kelor dengan metode Food Record pada ibu yang di isi pada tanggal 23 Desember 2023 sampai 29 Desember 2023. Pada tanggal 25 Desember 2025 memberikan olahan nugget ikan kembung dan daun kelor sebanyak 12 keping per anak untuk 4 hari kedepan dan mengevaluasi adanya yang dievaluasi adalah memastikan apakah nugget dikonsumsi dan melakukan evaluasi postest pemahaman ibu mengenai materi stunting dan nugget ikan kembung dan daun kelor pada hari ke 7 tanggal 29 Desember 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik Usia Anak	f	%
27 bulan	1	14,28
36 bulan	2	28,57
37 bulan	2	28,57
39 bulan	1	14,28
45 bulan	1	14,28
Jenis Kelamin		
Laki-laki	4	57
Perempuan	3	43
Pendidikan Ibu		
SMP	5	71
SMA	2	29

Berdasarkan karakteristik balita terdapat usia 25 - 36 bulan sebanyak 3 (43%) dan balita berusia 37 – 60 bulan sebanyak 4 (57%). Berdasarkan balita dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 4 (57%) dan perempuan 3 (43%). Berdasarkan karakteristik Pendidikan ibu SMP sebanyak 5 (71%) dan SMA

Tabel 2.
Pengetahuan ibu terhadap peningkatan nafsu makan melalui pemberian makanan tambahan olahan nugget ikan kembung dan daun kelor

Kategori	Skor Pengetahuan			
	f	%	f	%
Baik	0	0	7	100
Cukup	2	29	0	0
Kurang	5	71	0	0

Tabel 2 menunjukkan hasil perhitungan dalam penilaian sebelum diberikan penyuluhan Stunting dan PMT nugget ikan kembung dan daun kelor sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar sebanyak 5 dari 7 ibu memiliki pengetahuan adalah kurang sebanyak 5 (71.4%), 2 ibu diantaranya memiliki pengetahuan cukup (29%) dan setelah diberikan penyuluhan dilakukan penilaian pengetahuan responden didapatkan seluruhnya baik (100%).

Tabel 3.
Peningkatan nafsu makan sesudah diberikan PMT nugget ikan kembung dan daun kelor dihitung berdasarkan jumlah porsi makan dalam satu hari (pagi, siang, malam)

Pasien	Nafsu Makan			
	Porsi/hari	Rata – rata jumlah piring	Frekuensi/hari	Rata – rata peningkatan nafsu makan ³
An. A 36 bulan	3 piring	3 piring selama 7 hari	11 sendok makan	1,17 sendok makan selama 7 hari
	3 piring		16 sendok makan	
	3 piring		16 sendok makan	
	3 piring		15 sendok makan	
	3 piring		17 sendok makan	
	3 piring		17 sendok makan	
	3 piring		18 sendok makan	
An. A 27 bulan	1 ½ piring	1,5 piring selama 7 hari	24 sendok makan	- 0,5 sendok makan selama 7 hari
	1 ½ piring		24 sendok makan	
	1 ½ piring		25 sendok makan	
	1 ½ piring		23 sendok makan	
	1 ½ piring		27 sendok makan	
	1 ½ piring		27 sendok makan	
An. D 39 bulan	1 ½ piring	1,5 piring selama 7 hari	34 sendok makan	-1,16 sendok makan selama 7 hari
	1 ½ piring		31 sendok makan	
	1 ½ piring		34 sendok makan	
	1 ½ piring		35 sendok makan	
	1 ½ piring		32 sendok makan	
	1 ½ piring		23 sendok makan	
An. E 37 bulan	1 ½ piring	1,5 piring selama 7 hari	13 sendok makan	0 sendok makan selama 7 hari
	1 ½ piring		11 sendok makan	
	1 ½ piring		9 sendok makan	
	1 ½ piring		11 sendok makan	
	1 ½ piring		11 sendok makan	

Pasien	Nafsu Makan			
	Porsi/hari	Rata – rata jumlah piring	Frekuensi/hari	Rata – rata peningkatan nafsu makan ³
	1 ½ piring		13 sendok makan	
An. L 37 bulan	3 piring	3 piring selama 7 hari	17 sendok makan	0,28 sendok makan selama 7 hari
	3 piring		14 sendok makan	
	3 piring		16 sendok makan	
	3 piring		14 sendok makan	
	3 piring		13 sendok makan	
	3 piring		16 sendok makan	
	3 piring		19 sendok makan	
An. N 36 bulan	1 ½ piring	1,5 piring selama 7 hari	14 sendok makan	1,33 sendok makan selama 7 hari
	1 ½ piring		17 sendok makan	
	1 ½ piring		18 sendok makan	
	1 ½ piring		17 sendok makan	
	1 ½ piring		19 sendok makan	
	1 ½ piring		20 sendok makan	
	1 ½ piring		22 sendok makan	
An. A 45 bulan	1 ½ piring	1,5 piring selama 7 hari	14 sendok makan	1,7 sendok makan selama 7 hari
	1 ½ piring		14 sendok makan	
	1 ½ piring		16 sendok makan	
	1 ½ piring		23 sendok makan	
	1 ½ piring		24 sendok makan	
	1 ½ piring		23 sendok makan	
	1 ½ piring		24 sendok makan	

Tabel 3. Menunjukkan bahwa adanya peningkatan nafsu makan pada balita stunting dimulai dari frekuensi dan porsi makan setelah diberikan PMT nugget ikan kembung dan daun kelor. Jumlah Rata – rata peningkatan frekuensi makan harian yaitu 0,54 sendok makan perhari, adapun yang mengalami kenaikan frekuensi makan sebanyak 4 balita, 2 balita mengalami penurunan terhadap frekuensi makan dan 1 balita tidak ada perubahan kenaikan atau penurunan porsi dan frekuensi.

Karakteristik Responden

Dari hasil anamnesa ibu terdapat karakteristik balita terdapat usia 25 - 36 bulan sebanyak 3 (43%) dan balita berusia 37 – 60 bulan sebanyak 4 (57%). Hal tersebut disebabkan karena usia 12-36 bulan merupakan balita pasif artinya anak menerima makanan yang di sediakan oleh orang tua dan usia 36-60 bulan merupakan balita yang sudah dapat memilih sendiri makanan yang disukainya, karena anak lebih aktif dan tidak bisa memilih sendiri menu bergizi, sehingga asupan makanan masih berdasarkan kesukaan dan selera anak, yang menyebabkan anak stunting (Aryani, 2023). Kebutuhan nutrisi tidak sama untuk setiap orang, salah satunya termasuk usia. Asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat anak kecil menurut kelompok umur berdasarkan kecukupan gizi (AKG) dan rata-rata asupan harian anak usia 1 hingga 3 tahun (energi 1125kkal, protein 26gr, lemak 44gr dan karbohidrat 155gr) dan pada usia 4-6 tahun (energi 1600kkal, protein 35gr, lemak 62gr dan karbohidrat 220gr) (Zulfiana, 2024). Berdasarkan balita dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 4 (57%) dan perempuan 3 (43%). Data tersebut sesuai dengan teori (Aprilia, 2022) terdapat kaitannya karakteristik balita stunting dengan jenis kelamin, hal ini disebabkan laki-laki melakukan aktivitas bermain yang lebih berat daripada perempuan yang sangat menguras energi. Perempuan kecil kemungkinannya mengalami stunting dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan karakteristik Pendidikan ibu SMP sebanyak 5 (71%) dan SMA sebanyak 2 (29 %), hal tersebut sesuai dengan penelitian (Islamiati, 2024) mengatakan bahwa pendidikan mempengaruhi proses belajar seseorang, yaitu semakin tinggi pendidikan maka semakin mudah menerima informasi pengetahuan tentang kesehatan yang diberikan dalam memenuhi kebutuhan tumbuh kembang anak. Hal ini didukung oleh penelitian (Nabila, 2024) membahas mengenai pernikahan dini yang dikaitkan dengan pendidikan yang berdampak negatif karena cenderung pemalu dan lebih tertutup, sebagian ibu merasa malu dengan pernikahan dan kehamilannya sehingga mengakibatkan minimnya informasi yang didapatkan oleh ibu mengenai pola asuh pemberian makanan dan stimulasi sesuai usia yang dibutuhkan pada tumbuh kembang anak.

Data Pengetahuan Ibu Sebelum Dan Sesudah Pemberian Penyuluhan Stunting Dan PMT Nugget Ikan Kembung Dan Daun Kelor Yang Diberikan Konseling Pada 7 Anak Balita

Sebelum diberikan penyuluhan tentang stunting dan pemberian makanan tambahan nugget ikan kembung dan daun kelor pada ibu balita dilakukan penilaian pengetahuan yang didapatkan hasil sebanyak 29% dengan kategori cukup dan 71% dan kategori kurang. Data tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan ibu tentang stunting dan produk makanan lokal berupa ikan kembung dan daun kelor sebelum penyuluhan dalam kategori kurang. Hal ini disebabkan karena tingkat pendidikan sangat mempengaruhi pengetahuan seseorang karena semakin tinggi tingkat pendidikannya, maka semakin mudah dalam memahami informasi dan pengalaman yang didapatkan informasi tersebut sesuai dengan jurnal (Darmini, 2022), kemudian informasi keterkaitan dengan makanan ikan kembung dan daun kelor itu sangat minimalis dan belum ada yang memberikan informasi tentang nilai gizi dari penyuluhan terkait gizi ikan kembung dan daun kelor dari pihak puskesmas atau pihak kesehatan lainnya. Setelah diberikan penyuluhan mengenai stunting dan PMT nugget ikan kembung dan daun kelor ibu dilakukan penilaian pengetahuan responden didapatkan seluruhnya (100%) pengetahuan ibu dalam kategori baik. Hal ini dapat terjadi karena memberikan penyuluhan materi yang dilakukan secara langsung sehingga apa yang disampaikan dapat langsung menggunakan bahasa yang mudah dipahami dan didukung dengan media buku saku stunting dan nugget ikan kembung dan daun kelor, sehingga program penyuluhan kesehatan tentang stunting terbukti efektif terhadap tingkat pengetahuan ibu (Putri, 2024).

Data Tingkat Nafsu Makan Sesudah Diberikan PMT Nugget Ikan Kembung Dan Daun Kelor

Hasil pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa adanya peningkatan nafsu makan pada balita stunting dimulai dari frekuensi dan porsi makan setelah diberikan PMT nugget ikan kembung dan daun kelor. Jumlah Rata – rata peningkatan frekuensi makan harian yaitu 0,54 sendok makan perhari, adapun yang mengalami kenaikan frekuensi makan sebanyak 4 balita, 2 balita mengalami penurunan terhadap frekuensi makan dan 1 balita tidak ada perubahan kenaikan atau penurunan porsi dan frekuensi. Hal ini menunjukkan bahwa PMT nugget ikan kembung dan daun kelor terbukti dapat meningkatkan nafsu makan balita stunting. Asupan energi, protein, lemak, dan karbohidrat anak kecil menurut kelompok umur berdasarkan kecukupan gizi (AKG) dan rata-rata asupan harian anak usia 1 hingga 3 tahun (energi 1125kkal, protein 26gr, lemak 44gr dan karbohidrat 155gr) dan pada usia 4-6 tahun (energi 1600kkal, protein 35gr, lemak 62gr dan karbohidrat 220gr) (Zulfiana, 2024).

Hasil penelitian tersebut menunjukkan ikan memiliki kandungan protein yang sangat tinggi dan mengandung asam lemak tak jenuh yaitu omega 3 dan omega 6 sangat penting bagi tubuh dan

baik untuk kecerdasan otak. Menurut (Antariksawati, 2022) pada penelitiannya mengatakan daun kelor dapat meningkatkan nafsu makan dan mencukupi kebutuhan nutrisi yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang balita, karena daun kelor memiliki kandungan zat besi yang tinggi yang dapat meningkatkan nafsu makan balita. Menurut penulis (Adriyani et al., 2022a) balita dengan status gizi kurang memiliki sistem kekebalan tubuh yang lebih rentan terhadap infeksi, hal ini dapat mengakibatkan nafsu makan balita menurun karena faktor infeksi seperti penyakit umum antara lain diare, ISPA, TBC, campak, batuk rejan, malaria persisten, dan cacangan (Fariqy, 2024). Menurut (Wahyuni, 2023) berasumsi bahwa adanya pengaruh pemberian olahan dari daun kelor pada peningkatan nafsu makan balita karena daun kelor memiliki banyak kandungan gizi makronutrien dan mikronutrien seperti kandungan vitamin A setara 10 kali pada wortel, 17 kali kalsium pada susu, 15 kali kalium pada pisang, 9 kali protein pada 14 yogurt yang dapat memicu nafsu makan balita.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dalam Pemberian Olahan Nugget Ikan Kembung Dan Daun Kelor Dalam Upaya Peningkatan Nafsu Makan Balita Stunting Usia 3-5 Tahun Di Puskesmas Klampok 1 Kabupaten Banjarnegara terlaksanakan dengan lancar. Hasil dari evaluasi, didapatkan hasil bahwa pada karakteristik balita terdapat usia 25 - 36 bulan sebanyak 3 (43%) dan balita berusia 37 – 60 bulan sebanyak 4 (57%). Berdasarkan balita dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 4 (57%) dan perempuan 3 (43%). Berdasarkan karakteristik Pendidikan ibu SMP sebanyak 5 (71%) dan SMA sebanyak 2 (29 %). Berdasarkan Tabel 4.2 Menunjukkan tingkat pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan Stunting dan PMT nugget ikan kembung dan daun kelor sebagian besar sebanyak 5 dari 7 ibu memiliki pengetahuan adalah kurang sebanyak 5 (71.4%), 2 ibu diantaranya memiliki pengetahuan cukup (29%) dan setelah diberikan penyuluhan dilakukan penilaian pengetahuan responden didapatkan seluruhnya (100%).

DAFTAR PUSTAKA

- Adriyani, F. H. N., Surtiningsih, & Rahayu, T. (2021). Upaya Peningkatan Nafsu Makan Balita Dengan Terapi Pijat Balita Sehat Di Wilayah Puskesmas Wanadadi.
- Anwar, S., Winarti, E., & Sunardi. (2022). Systematic Review Faktor Risiko, Penyebab Dan Dampak Stunting Pada Anak. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), 88. <https://doi.org/10.32831/Jik.V11i1.445>
- Aprilia, D. (2022). Perbedaan Risiko Kejadian Stunting Berdasarkan Umur Dan Jenis Kelamin. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 25–31. <https://doi.org/10.47560/Keb.V11i2.393>
- Arifin, E. B., Setiawan, B., & Nasution, Z. (2023). Pengembangan Sosis Ikan Kembung Dengan Substitusi Tepung Daun Kelor Sebagai Sumber Protein Dan Zat Besi Untuk Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(2), 125–132. <https://doi.org/10.25182/Jigd.2023.2.2.125-132>
- Aryani, D. (2023). Hubungan Berat Badan Lahir Dan Panjang Badan Lahir Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan Di Desa Napal Melintang Kecamatan Selangit Kabupaten Musi Rawas Tahun 2022. <http://repository.poltekkesbengkulu.ac.id/1492/1/Karya%20tulis%20ilmiah%20dini%20aryani.pdf>

- Daracantika, A. (2021). Systematic Literature Review: Pengaruh Negatif Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Anak. 1.
- Darmini, N. W. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun. *Coping: Community Of Publishing In Nursing*, 10(2), 160. <https://doi.org/10.24843/Coping.2022.V10.I02.P06>
- Faizaturrahmi, E. (2023). Penyuluhan Dan Demonstrasi Pmba Sebagai Upaya Percepatan Penurunan Stunting Di Dusun Proa Desa Kebon Ayu Lombok Barat. 5(1).
- Fariqy, M. I. (2024). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Malnutrisi.
- Hastuty, M. (2020). Hubungan Anemia Ibu Hamil Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Uptd Puskesmas Kampar Tahun 2018. 4(2).
- Islamiati, L. (2024). Penerapan Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Tentang Penatalaksanaan Diare Pada Anak Balita Di Puskesmas Iringmulyo. 4.
- Mediani, H. S., Setyawati, A., Hendrawati, S., Nurhidayah, I., & Firdianty, N. F. (2023). Pengaruh Faktor Maternal Terhadap Insidensi Stunting Pada Anak Balita Di Negara Berkembang: Narrative Review. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 1868–1886. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4160>
- Nabila, F. (2024). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Menikah Dini Dengan Perkembangan Anak Usia 1-5 Tahun. <https://journal.umg.ac.id/index.php/ijmt/article/view/6733/3838>
- Nur Adriyani, F. H., Hikmanti, A., & Sugiharti, R. K. (2022). Pemenuhan Pangan Lokal Sebagai Kebutuhan Gizi Bayi Dan Balita Umur 6 -24 Bulan Di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat - Pimas*, 1(1), 29–37. <https://doi.org/10.35960/pimas.v1i1.729>
- Putri, Y. A. (2024). Penerapan Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Stunting Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Ganjar Agung Kecamatan Metro Barat. [file:///C:/Users/Acer/Downloads/616-1361-1-Sm%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Acer/Downloads/616-1361-1-Sm%20(1).pdf)
- Rahayu, T. H. S., Suryani, R. L., & Utami, T. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Balita Di Desa Kedawung Kecamatan Susukan Kabupaten Banjarnegara. 4(1).
- Rosella, Desna. (2023). Uji Tingkat Kesukaan Nugget Ikan Kembung Dengan Penambahan Tepung Daun Kelor Sebagai Makanan Alternatif Tinggi Zat Besi. <http://repository.pkr.ac.id/4033/1/Cover.pdf>
- Sari, R. P. P., & Montessori, M. (2021). Upaya Pemerintah Dan Masyarakat Dalam Mengatasi Masalah Stunting Pada Anak Balita. *Journal Of Civic Education*, 4(2), 129–136. <https://doi.org/10.24036/jce.v4i2.491>
- Sarpumpwain, A., & Antariksawati, R. (2022). Sifat Organoleptik Pada Mie Basah Dengan Substitusi Tepung Ikan Kembung (*Rastrelliger Sp.*) Dan Tepung Daun Kelor (*Morinaga Oleifera L.*). *Jurnal Ilmiah Edunomika*, 6(2). <https://doi.org/10.29040/jie.v6i2.5268>

- Sinaga, E. S., Rasyid, I. A., Mubarok, M. R., Sudharma, N. I., & Nolia, H. (2023). Pemantauan Konsumsi Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Dalam Meningkatkan Berat Badan Balita Dengan Masalah Gizi. *Abdi Moestopo: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.32509/Abdimoestopo.V5i2.2236>
- Suhartatik, S. (2022). Peran Kader Posyandu Dalam Pemantauan Status Gizi Balita: Literature Review.
- Tripuro. (2021). Gerobak Cinta: Model Pencegahan Stunting Di Kabupaten Flores Timur Nusa Tenggara Timur. *Journal Of Indonesian Rural And Regional Government*, 5(2), 203–220. <https://doi.org/10.47431/Jirreg.V5i2.146>
- Wahyuni, W. (2023). Pengaruh Pemberian Stik Daun Kelor Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Dan Berat Badan Balita. *Maternal Child Health Care*, 5(2), 867. <https://doi.org/10.32883/Mchc.V5i2.2558>
- Zulfiana, Y. (2024). Hubungan Asupan Protein Dengan Kejadian Wasting Pada Balita. 5(2).