

EDUKASI *FOOD FUNCTIONAL* JELLY BAYAM DALAM MENGATASI STUNTING DI DESA LINGGALAKSANA KECAMATAN CIKATOMAS KABUPATEN TASIKMALAYA

Tita Nofianti^{1*}, Saddam Muawiyah¹, Salmanita Zahara Shofa¹, N Riska Afrilianti Maharani¹, Nur Pitri Handayani¹, Dea Rashieka Tabina¹

¹ Prodi Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada, Indonesia

*Korespondensi: titanofianti@universitas-bth.ac.id

ABSTRACT

Stunting is a growth disorder in toddlers due to malnutrition, which can occur from pregnancy to the age of 2 years. It affects not only physical growth but also children's intellectual, cognitive and mental development. West Java is one of the regions with a high prevalence of stunting, reaching 26.21% in 2020. The purpose of this activity is to increase mothers' knowledge about the utilization of plants as functional food, such as processing spinach into spinach jelly. The method of implementing the activity includes several stages, namely preparation: survey; implementation: counseling, questionnaires; evaluation: data processing and final report. This counseling activity involves pregnant women and mothers who have children aged 0-5 years. The results showed that before counseling, 70% of mothers had sufficient knowledge and 30% had poor knowledge. Then, the results after counseling are having good knowledge to 93.33%, sufficient knowledge to 6.67% and less knowledge to 0%. Statistical test data shows an increase in knowledge related to stunting after counseling. This counseling activity can provide an increase in behavior regarding efforts to prevent stunting early on.

Keywords: *Stunting, Functional food, Spinach jelly, Counseling*

ABSTRAK

Stunting adalah gangguan pertumbuhan pada balita akibat kekurangan gizi, yang dapat terjadi mulai dari masa kehamilan hingga usia 2 tahun. Masalah ini tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik tetapi juga perkembangan intelektual, kognitif, dan mental anak. Jawa Barat menjadi salah satu daerah dengan prevalensi stunting tinggi, mencapai 26,21% pada tahun 2020. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang pemanfaatan tumbuhan sebagai pangan fungsional, seperti mengolah bayam menjadi jelly bayam. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahap yaitu persiapan: survey; pelaksanaan: penyuluhan, kuisioner; evaluasi: pengolahan data serta laporan akhir. Kegiatan penyuluhan ini melibatkan ibu hamil dan ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, ibu ibu memiliki pengetahuan cukup sebanyak 70% dan untuk pengetahuan kurang sebanyak 30%. Kemudian, hasil setelah dilakukan penyuluhan yaitu memiliki pengetahuan baik menjadi 93,33%, pengetahuan cukup menjadi 6,67% dan pengetahuan kurang menjadi 0%. Data uji statistik menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan terkait stunting setelah dilakukan penyuluhan. Kegiatan penyuluhan ini dapat memberikan peningkatan perilaku mengenai Upaya pencegahan stunting sejak dini.

Kata Kunci: Stunting; Pangan fungsional; Jelly bayam; Penyuluhan

PENDAHULUAN

Desa Linggalaksana adalah salah satu dari sembilan desa di Kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat. Sebagian besar penduduknya bekerja sebagai petani, sehingga desa ini memiliki lahan yang luas. Hal ini memungkinkan banyak tanaman yang termasuk yaitu bayam yang dapat dimanfaatkan sebagai pangan *functional*. Makanan fungsional dapat berfungsi sebagai strategi potensial untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dengan mengurangi dampak penyakit yang berasal dari kebiasaan makan yang buruk (Karelakis et al., 2020). Didefinisikan sebagai elemen makanan yang memberikan nutrisi penting ke tubuh melalui penyertaan senyawa bioaktif, makanan fungsional digunakan untuk mendukung kesejahteraan dan menginduksi respons fisiologis tertentu, sambil menawarkan rasa dan tekstur yang menyenangkan untuk dikonsumsi, sehingga membantu dalam pemeliharaan pertumbuhan dan perkembangan normal (Sultan et al., 2024). Bidang pangan fungsional saat ini mengalami pertumbuhan pesat dalam skala global; Namun, masih ada kesenjangan yang signifikan baik dalam eksplorasi maupun eksploitasi potensi alam yang melekat di bidang ini, khususnya dalam konteks Indonesia (Amir, 2019).

Bayam memiliki konsentrasi komponen mineral penting yang signifikan, khususnya zat besi, vitamin A, vitamin C, dan kalsium, yang memainkan peran penting dalam mendorong perkembangan dan mempertahankan kesejahteraan secara keseluruhan (K et al., 2024). Beragam konstituen yang ada dalam bayam termasuk metabolit sekunder seperti flavonoid dan karotenoid, yang dikenal karena sifat antioksidan kuat yang memerangi radikal bebas dan menghambat oksidasi kolesterol LDL. Terdiri dari bayam hijau dan bayam merah, kedua varietas tersebut berlimpah vitamin C. Sementara bayam hijau ditandai dengan kandungan vitamin A yang lebih tinggi, bayam merah dibedakan oleh kadar zat besi yang tinggi, penting untuk mendukung pertumbuhan dan kesehatan visual (Nasution et al., 2019)

Gangguan pertumbuhan pada stunting disebabkan karena kurangnya gizi pada balita, terjadi pada masa kehamilan hingga usia 2 tahun. Gangguan ini bukan hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik, namun juga pada pertumbuhan intelektual, kognitif, dan mental pada anak (Rochmatun Hasanah et al., 2023). Menurut Kemenkes Republik Indonesia, stunting adalah kurangnya tinggi badan seseorang dari orang lain pada umumnya. Tidak semua anak dengan tinggi badan lebih pendek menderita stunting, tetapi penderita stunting pasti memiliki tinggi badan yang lebih rendah (RI, 2017). Beberapa penyebab stunting yaitu kurangnya penyerapan gizi oleh tubuh dari dalam kandungan hingga lahir, akses layanan kesehatan berkurang dan kurangnya akses air bersih (Laili & Andriani, 2019).

Menurut data laporan studi status gizi Indonesia dari Kementerian Kesehatan, terjadi penurunan angka stunting setiap tahun. Prevalensi stunting pada tahun 2019 di Indonesia yaitu sebanyak 27,7% menurun, pada tahun 2021 menjadi 24,4% dan tahun 2022 menjadi 21,6%. Sebanyak 6% mayoritas terjadi pada anak usia 3-4 tahun. Namun untuk standar WHO, angka ini belum mencapai target yaitu kurang dari 20%, sehingga pemerintah berupaya untuk menurunkan angka stunting pada tahun 2023 menjadi 17% dan pada tahun 2024 menjadi 14% (Rokom, 2023). Adapun menurut studi status gizi balita Indonesia menggunakan baseline 2019 menyatakan prevalensi stunting di Jawa Barat sebanyak 26,21% terjadi pada tahun 2020 (Ruhayati, 2022).

Salah satu pendekatan untuk mengatasi kasus stunting melibatkan pemanfaatan layanan penyuluhan. Ekstensi, sebagai intervensi pendidikan, berupaya memberi orang tua wawasan tentang faktor-faktor mendasar yang berkontribusi terhadap stunting. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan pengetahuan orang tua, memungkinkan mereka untuk mengurangi terjadinya stunting pada tahap awal (Nihwan, 2019). Akibatnya, penyelidikan potensi pangan fungsional yang berasal dari produk bayam sebagai strategi inovatif pencegahan stunting di Desa Linggalaksana dilakukan oleh peneliti sebagai sarana berkontribusi terhadap pengurangan prevalensi stunting. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang pemanfaatan tumbuhan sebagai pangan fungsional, seperti mengolah bayam menjadi jelly bayam.

METODE

Penyuluhan mengenai stunting dilaksanakan pada hari Selasa, 16 Juli 2024, di Posyandu Kancil Desa Linggalaksana, Kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah diskusi dan tanya jawab. Peserta terdiri dari ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun, dengan total sasaran sebanyak 30 orang.

Rancangan kegiatan yang dilakukan di Posyandu Kancil Desa Linggalaksana yaitu sebagai berikut:

1. Persiapan, dilakukan pada tahap ini dengan kunjungan kepada ketua posyandu dan kepala wilayah di Desa Linggalaksana untuk menetapkan jumlah peserta dan jadwal pelaksanaan penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun.
2. Pelaksanaan, kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 16 Juli 2024 pukul 08.00-10.00 WIB di posyandu kancil Desa Linggalaksana. Kegiatan ini dilakukan dalam waktu satu hari, dengan melakukan penyuluhan secara singkat lalu dilakukan *pre-test* terlebih dahulu untuk melihat pemahaman awal ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun mengenai *food functional jelly* bayam dalam mengatasi stunting. Media penyampaian materi yang dilakukan yaitu dengan membagikan brosur. Setelah itu, sebelum penutupan dilakukan *post-test* untuk mengetahui hasil akhir pengetahuan terkait materi yang disampaikan.

3. Evaluasi, tahapan yang bertujuan untuk mengevaluasi atau menilai seluruh proses kegiatan yang dilakukan, hasil yang diperoleh dan solusi yang didapat. Lalu disajikan dalam laporan akhir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini berlangsung di Tasikmalaya pada Selasa, 16 Juli 2024, mulai pukul 08.00 hingga 10.00 WIB, dengan melibatkan berbagai pihak. Peserta kegiatan mencakup bidan desa, kader posyandu, kepala posyandu, serta 30 wanita yang terdiri dari ibu hamil dan ibu dengan bayi atau balita. Jumlah peserta dibatasi hingga 30 orang karena keterbatasan kapasitas ruang posyandu, yang tidak memungkinkan untuk menampung lebih banyak ibu yang ingin berpartisipasi dalam layanan tersebut.

Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan ini yang dimulai dari *pre-test* lalu diakhiri dengan *post-test*, lalu kegiatan penyuluhan ini dengan penyampaian materi berupa brosur yang dapat memberikan solusi alternatif dalam mengedukasi *food functional* jelly bayam untuk mengatasi stunting, serta pemberian pemberian produk *food functional* berupa jelly bayam dari tim KKN.



Gambar 1. Penyampaian materi dengan media brosur

Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan brosur yang berguna sebagai alat dalam penyampaian materi, karena terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi dan pemahaman audiens. Brosur ini disebarakan agar peserta penyuluhan dapat memperoleh informasi tentang *food functional* jelly bayam dalam mengatasi stunting yang bisa disimpan dan dibaca kembali saat diperlukan karena berupa informasi tertulis. Dengan adanya brosur, peserta penyuluhan diharapkan lebih mudah mengakses informasi yang penting saat kapanpun dibutuhkan.

Penyuluhan dilaksanakan dalam satu hari di sebuah dusun dengan total peserta berjumlah 30 orang, yang terdiri dari ibu hamil dan ibu-ibu dengan anak usia 0-5 tahun. Kegiatan ini didasarkan pada hasil survei sebelumnya yang menunjukkan bahwa beberapa peserta penyuluhan kurang mengetahui manfaat *food functional* dari tanaman yang dapat mencegah stunting.

Materi penyuluhan ini mencakup beberapa aspek penting terkait stunting. Pertama penyuluhan memberikan informasi yang jelas mengenai apa itu stunting, mengidentifikasi penyebab dan ciri-ciri stunting, serta dampak dari stunting dan menjelaskan cara mengatasi stunting. Selain itu, penyuluhan ini juga memberikan informasi tentang tanaman bayam berupa kandungan nutrisi yang terdapat pada bayam, cara mengolah bayam, serta menjelaskan manfaat bayam untuk kesehatan, dan cara pembuatan jelly bayam. Sehingga, peserta penyuluhan dapat memanfaatkan dengan praktis dan terjangkau

Pada saat pemaparan materi, peserta penyuluhan tampak sangat antusias memperhatikan dan memberikan beberapa pertanyaan yang diajukan oleh peserta penyuluhan, seperti bagaimana cara mengatasi anak-anak untuk bisa memakan sayur-sayuran dan jenis tanaman apa saja yang bisa digunakan dalam mengatasi stunting.



Gambar 3. Pelaksanaan *pre-test* dan *post-test* selama penyuluhan.

Untuk menilai pengetahuan peserta penyuluhan, dilakukan evaluasi dengan membagikan pertanyaan yang harus diisi sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan. Evaluasi ini memiliki tujuan untuk mengetahui efektivitas dalam pengetahuan peserta penyuluhan terhadap materi yang disampaikan.



Gambar 4. Pemberian produk *food functional jelly bayam*

Selanjutnya, pemberian jelly bayam kepada peserta penyuluhan dan anak-anak yang melakukan posyandu dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan ibu-ibu dalam mengolah produk pangan terutama bayam sebagai *food functional* untuk mengatasi stunting.

Tabel 1. Hasil pre-test dan post-test Tingkat pengetahuan responden tentang stunting.

No	Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
		Jumlah (N)	Total (%)	Jumlah (N)	Total (%)
1	Baik (70-100)	0	0	28	93,33
2	Cukup (40-60)	21	70	2	6,67
3	Kurang (0-30)	9	30	0	0

Berdasarkan informasi yang disajikan dalam tabel di atas, terbukti bahwa sebelum pelaksanaan ekstensi, proporsi peserta yang memiliki pengetahuan yang memadai mencapai 70%, sedangkan mereka yang memiliki pengetahuan terbatas menyumbang 30%, dan individu dengan tingkat pengetahuan tinggi berada di 0%. Hal ini menunjukkan kurangnya pemahaman di antara responden mengenai masalah stunting. Setelah kegiatan penyuluhan, ada peningkatan signifikan dalam persentase responden yang diklasifikasikan memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi, meningkat menjadi 93,33%, dengan mereka yang memiliki pengetahuan yang cukup sebesar 6,67%, dan individu dengan pengetahuan terbatas sebesar 0%. Temuan ini menunjukkan

bahwa ada dampak signifikan yang terkait dengan penerapan intervensi yang terkait dengan stunting. Selanjutnya dilakukan pemeriksaan hasil pra-tes dan pasca-tes dengan menggunakan uji normalitas untuk memastikan normalisasi data yang dikumpulkan (Sutha, 2021). Analisis statistik ini dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak SPSS dan uji Shapiro-Wilk, dengan hasil disajikan pada Tabel 1. Tabel 2 menampilkan hasil uji normalitas yang dilakukan menggunakan uji Shapiro-Wilk.

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas dengan Shapiro-Wilk

Uji Normalitas	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
Pre-Test	.893	14	.088
Post-Test	.822	6	.091

Setelah analisis data, ditentukan bahwa nilai signifikansi melebihi 0,05, menunjukkan bahwa data mematuhi distribusi normal. Setelah melakukan penilaian normalitas, data menjadi sasaran pengawasan melalui uji statistik. Metodologi statistik yang digunakan dalam penyelidikan ini adalah uji t sampel berpasangan, yang digunakan untuk menetapkan keberadaan variasi rata-rata dua kelompok yang saling berhubungan (pra-uji dan pasca-tes).

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pretest & Posttest	30	.392	.032

Menurut data yang disajikan pada Tabel 3, koefisien korelasi dilaporkan 0,392, bersama dengan tingkat signifikansi 0,032. Perbandingan antara nilai probabilitas 0,05 dan nilai signifikansi yang lebih kecil (Sig.) dari 0,032 menunjukkan adanya hubungan antara variabel pra-tes dan variabel pasca-tes.

Tabel 4. Hasil Paired Samples Test

		Paired Differences		
		t	df	Sig. (2-tailed)
Pair	Pretest-Posttest	-19,343	29	.000

Pengambilan keputusan uji t sampel berpasangan ditentukan oleh nilai signifikansi (Sig.) yang diperoleh dari output SPSS, seperti dicatat oleh Santoso (2014). Jika nilai Sig. (2-ekor) kurang dari 0,05, hipotesis nol (H0) ditolak demi hipotesis alternatif (Ha). Sebaliknya, jika nilai Sig. (2-ekor) lebih besar dari 0,05, H0 diterima sedangkan Ha ditolak. Dalam konteks ini, Ha menandakan peningkatan pengetahuan yang diamati. Setelah memeriksa tabel 4, terbukti bahwa nilai Sig. (2-ekor) dari 0,000 berada di bawah 0,05. Oleh karena itu, kesimpulan dapat ditarik bahwa Ha diterima, menunjukkan lonjakan pengetahuan yang berkaitan dengan stunting setelah intervensi.

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan yang dilakukan di Desa Linggalaksana, Kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya berhasil meningkatkan pemahaman ibu hamil dan ibu dengan anak usia 0-5 tahun mengenai stunting. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan presentasi hasil penilaian selama pasca-tes setelah perpanjangan. Oleh karena itu, disarankan bagi para ibu peserta untuk mengambil peran yang lebih aktif dalam menciptakan makanan fungsional sebagai pendekatan inovatif dalam memerangi stunting di kalangan anak-anak.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada pihak mitra masyarakat yaitu ketua posyandu, kepala wilayah, ibu hamil dan ibu-ibu yang mempunyai anak usia 0-5 tahun serta pihak lain yang membantu terlaksananya kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, M. (2019). Sosialisasi fungsional dan produk pangan fungsional. *Laporan Pengabdian Pada Masyarakat. Universitas Esa Unggul*.
- Anjarwati, A. ., Azizah Zalfa, S. ., Putri Pramana, N. A. ., Ramadhani, F. E. ., Fredianto, A. ., & Riansyah, M. . (2023). Pemanfaatan Bayam Merah (*Amaranthus tricolor* L.) Sebagai Alternatif Penurunan Stunting di Kelurahan Kademangan Probolinggo: Pemanfaatan Bayam Merah (*Amaranthus tricolor* L.) Sebagai Alternatif Penurunan Stunting di Kelurahan Kademangan Probolinggo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(3), 2526-2530. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v4i3.1547>.
- Aprianti, D., Rosita, R., Rantani, D., & Rate, S. (2023). The Substitution of Noodles Made from Banana Flour and Cassava Leaf Flour as Functional Food: Substitusi Mie Berbahan Tepung Pisang dan Tepung Daung Singkong Sebagai Pangan Fungsional. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia / Indonesian Health Scientific Journal*, 8(2), 186–194. <https://doi.org/10.51933/health.v8i2.1246>.
- Dainy, N. C., Yunieswati, W., & Suryaalamshah, I. I. (2023). Fiber and Antioxidant Activity of Spice Cookies with Local Flour as Functional Food for Elderly. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 5(2), 218–230. <https://doi.org/10.36590/jika.v5i2.471>.
- Kezia, R. A. D. K., Rosida, D. F., & Pratiwi, Y. S. (2024). *Bagelen Substitusi Tepung (Terigu , Garut , dan Kedelai) dengan Penambahan Bubuk Daun (Kelor dan Bayam) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting*. 08(3), 1–16.
- Karelakis, C., Zevgitis, P., Galanopoulos, K., & Mattas, K. (2020). Consumer trends and attitudes to functional foods. *Journal of International Food & Agribusiness Marketing*, 32(3), 266–294.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8–12.
- Nasution, E., Sudayarti, E., & Ardiani, F. (2019). Prevention of stunting in school children through the utilization of local food in the form of tamban fish (*Spratelloides gracilis*) and spinach at Rugemuk Village Labu beach district. *ABDIMAS TALENTA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 706–711.
- Nihwan, N. (2019). Bimbingan Penyuluhan Terhadap Pemahaman Orang Tua dalam Mencegah Stunting Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 1(01), 144–156.
- Ningsih, W., Arel, A & Rasyadi, R. (2022). Pelatihan Pengolahan Bayam Merah Untuk Pencegahan Anemia dan Stunting. *APTEKMAS*, 5(4). 36-40.<http://dx.doi.org/10.36257/apts.vxix>
- Permatasari, O; Tunjung, A.P.S.T & Ismawanti, Z. 2023. Edukasi Pangan Fungsional dan Pelatihan Pengolahan Tempe Menjadi Makanan Sehat Pada Remaja. *Jurnal Abdimas Bina Bangsa*, 4(2), 1024-1029.
- RI, K. (2017). Buku saku pemantauan status gizi tahun 2017. *Jakarta: Kemenkes RI*.
- Rochmatun Hasanah, Fahimah Aryani, & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>

- Rokom, R. (2023). Prevalensi stunting di indonesia turun ke 21, 6% dari 24, 4%. *Sehat Negeriku Sehatlah Bangsa*. Retrieved from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilismedia/20230125/3142280/Prevalensistunting-Di-Indonesia-Turun-Ke-216-Dari-244>.
- Ruhayati, R. (2022). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Sikap Ibu Balita terhadap Pencegahan Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Pacet Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(2), 1581–1590.
- Sultan, A., Syamsidi, A., Sulistiana, S., Sulastri, E., & Sharon, N. (2024). Kajian Teknologi Farmasi Untuk Menghasilkan Produk Pangan Fungsional di Desa Tosale Kabupaten Donggala. *Jurnal Pengabdian Farmasi Dan Sains (JPFS)*, 02(02). <https://bestjournal.untad.ac.id/index.php/JPFS/49><https://bestjournal.untad.ac.id/index.php/JPFS>. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan dalam upaya Mendukung Ketahanan Pangan di Desa Girijaya dan Mekarjaya, Kecamatan Cikajang, Kabupaten Garut. Dharmakarya. 13 (1) 1-4.
- Sutha, D. W., & ST, S. (2021). *Biostatistika: Buku Ajar*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).