

Implementasi Puding Ubi Ungu Sebagai Intervensi Pencegahan Stunting di Posyandu 69 Desa Pocangan

Mohammad Nizar Anas¹, Muhammad Ridho Ramadhan², Hilmi Pratama Alfarisi³, Achmad Adha Mu'affan⁴, Adinda Shofiatul Hasanah⁵, Septie Putri Ismanti⁶, Miftahol Ulum⁷, Mita Eka Damayanti⁸, Ayu Fitria⁹, Novi Rosita Dewi¹⁰, Selvi Damayanti¹¹, Ali Ridho Wardani¹², Anindya Dinarya Maheswari¹³, Rofiqoh¹⁴, Syafinatud Dinayah¹⁵, Shinta Mayasari^{16*}

^{1,2,3,4} Universitas Jember, Jember, Indonesia

^{5,6,7} Universitas Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, Jember, Indonesia

^{8,9} Universitas Muhammadiyah Jember, Jember, Indonesia

¹⁰ Universitas Islam Jember, Jember, Indonesia

^{11,12} Universitas PGRI Argopuro Jember, Jember, Indonesia

^{13,14,15,16} Universitas dr. Soebandi Jember, Jember, Indonesia

*e-mail korespondensi: shintamayasari@uds.ac.id

Abstract

Stunting is a condition where a child's growth is hampered, causing malnutrition and an increased risk of stunting. In Indonesia, stunting is a significant health problem with high prevalence in various regions. To overcome this, the government implemented a program to increase healthy eating habits by introducing a new food, purple sweet potato pudding, in the local area. This program aims to provide nutritious and healthy food to children and pregnant women in the area. This intervention is influenced by several factors such as the frequency of purple pudding consumption and level of education.

Keywords: Indonesia; Sweet potato; Pudding; Mother; Stunting; Toddler

Abstrak

Stunting merupakan kondisi terhambatnya pertumbuhan anak sehingga menyebabkan malnutrisi dan peningkatan risiko stunting. Di Indonesia, stunting merupakan masalah kesehatan yang signifikan dengan prevalensi yang tinggi di berbagai daerah. Untuk mengatasi hal ini, pemerintah menerapkan program untuk meningkatkan kebiasaan makan sehat dengan memperkenalkan makanan baru puding ubi ungu, di daerah setempat. Program ini bertujuan untuk menyediakan makanan bergizi dan sehat kepada anak-anak dan ibu Hamil di daerah tersebut. Intervensi tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti frekuensi konsumsi puding ungu dan tingkat pendidikan.

Kata Kunci: Indonesia; Ubi; Puding; Ibu; Stunting; Balita

Accepted: 2024-08-30

Published: 2025-01-10

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi dimana pertumbuhan anak terganggu sehingga tinggi badannya lebih jauh pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Stunting biasanya terjadi akibat malnutrisi kronis infeksi berulang dan stimulasi memadai selama seribu hari pertama kehidupan, mulai dari usia kehamilan hingga usia 2 tahun. Di Indonesia stunting menjadi masalah Kesehatan Masyarakat yang signifikan, dengan prevalensi yang cukup tinggi diberbagai daerah. Upaya pencegahan stunting melibatkan intervensi gizi peningkatan akses ke layanan Kesehatan, pendidikan bagi orang tua serta perbaikan sanitasi dan akses.

Menurut (TM.Madhe et al., 2021) Proporsi stunting lebih dari 20% menunjukkan bahwa masih terdapat masalah kesehatan masyarakat di Indonesia dampak stunting tidak hanya mempengaruhi prawakan juga dapat mempengaruhi produktivitas ekonomi di suatu negara. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh anak balita atau bayi dibawah lima tahun akibat dari 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 nampak setelah anak usia 2 tahun.

Puding ubi ungu merupakan sajian makanan penutup yang dibuat dari bahan dasar ubi ungu, ubi ungu merupakan bahan makanan yang terdapat kandungan karbohidrat, oleh karena itu ubi ungu sering digunakan sebagai makanan alternatif pengganti nasi di beberapa desa. (Anggriansyah, 2024)

Berdasarkan permasalahan yang ada penulis memberikan pelatihan dan menerapkan pendampingan ibu-ibu posyandu dan ibu hamil dengan cara memberikan penyuluhan pembuatan puding ubi ungu untuk pencegahan stunting.

METODE

Metode Pelaksanaan Kegiatan yang dilakukan berupa pemberian Pelatihan yaitu membuat pudding ubi ungu yang diselenggarakan di posyandu 69 pocangan, sukowono pada tanggal 08 agustus 2024. Peserta pelatihan ialah ibu-ibu kader posyandu, ibu hamil dan anak balita stunting di pocangan kecamatan sukowono, jember. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi Gambaran umum tentang pembuatan MPASI yang cukup sederhana dan mudah diolah. Dengan menggunakan bahan-bahan yang mudah didapat dan harga yang terjangkau, diharapkan ibu-ibu dapat membuat MPASI yang bergizi secara mandiri dirumah dalam jangka Panjang, pemberian MPASI yang bergizi dan seimbang seperti pudding ubi ini dapat membantu mengurangi resiko stunting. Tim pelaksana memberikan tutorial membuat MPASI pudding ubi ungu antara lain: memperkenalkan pelatihan kepada ibu-ibu diposyandu tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang bagi balita. Diharapkan dengan adanya pelatihan ini ibu-ibu dapat lebih sadar akan pentingnya memberikan makanan yang kaya nutrisi sejak dini untuk mendukung tumbuh kembang anak yang optimal.

Membuat Puding Ubi Ungu Pencegah Stunting	
<p>Bahan-bahan:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ubi ungu 2. Susu UHT 3. Telur 4. Santan 5. Agar-agar plain 6. Keju 7. Pandan 	
<p>Kupas ubi ungu dan kukus hingga matang</p>	

Haluskan Ubi Ungu yang sudah matang



Masak susu, telur, santan, keju, pandan, dan santan secara bersamaan sambil diaduk hingga mendidih



Setelah mendidih masukkan ubi ungu yang telah dihaluskan



Sajikan dalam wadah/cetakan/cup



Tunggu hingga set dan puding siap dihidangkan



HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Kerja ini dilakukan dengan cara pendampingan pembuatan produk dan pemberian langsung produk puding ubi ungu kepada ibu hamil dan para balita di posyandu 69 pocangan, kecamatan sukowono. pendampingan materi dilakukan sebagai Upaya mendukung program pemerintah untuk mencegah stunting dengan tujuan memperkenalkan MPASI Puding ubi ungu sebagai alternatif makanan tambahan bergizi bagi balita dan ibu hamil di desa pocangan. Setelah program kerja in dilaksanakan diharapkan ibu ibu di desa pocangan dapat membuat sendiri MPASI bergizi, kreatif dan inovatif bagi balita, sehingga tercipta kemandirian dalam menyediakan makanan sehat.



Gambar 1. Produk Puding Ubi Ungu

Sasaran dalam program kerja pembuatan puding ubi ungu yaitu ibu ibu rumah tangga yang memiliki balita dan ibu hamil yang akan memiliki balita. Para peserta pendampingan berkumpul di posyandu 69 desa pocangan. Kegiatan dilaksanakan dalam 1 (satu) hari dengan durasi pelatihan yaitu 3 (Tiga) jam mulai pukul 09.00-12.00 WIB, pelaksanaan pendampingan selain penyampaian materi juga cara mengolah pudding dan pemberian MPASI puding ubi ungu kepada balita yang datang. Tempat pelaksanaan pelatihan ini yaitu di ruang posyandu 69 Desa Pocangan, Kecamatan Sukowono, Kabupaten Jember.



Gambar 2. Pemberian Makanan Tambahan Puding Ubi Ungu Pada Balita dan Ibu Hamil

Adapun faktor yang mempengaruhi intervensi puding ubi ungu salah satunya yaitu frekuensi konsumsi puding ubi ungu dan Tingkat Pendidikan ibu, dikarenakan Masyarakat sudah mengetahui manfaat dari ubi ungu, akan tetapi untuk jumlah konsumsi perhari harus dibatasi. (Prima Meidina et al., 2018) Konsumsi ubi jalar juga dapat menurunkan kadar gula darah, (Sumara et al., 2023) sehingga penulis berinovasi untuk mengganti penggunaan gula dengan ubi ungu sebagai pemanis puding, sedangkan tingkat Pendidikan ibu memiliki hubungan dengan kejadian stunting. Tingkat Pendidikan seorang ibu akan mempengaruhi kejadian stunting karna pola asuh. (Fauzi & Wahyudin, 2020)

KESIMPULAN

Program ini fokus pada promosi produksi dan distribusi puding ubi ungu kepada balita dan ibu hamil di posyandu 69 pocangan, sukowono. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kebiasaan makan sehat dengan memperkenalkan puding ubi ungu sebagai pilihan makanan alternatif yang inovatif. Acara dilaksanakan dalam 3 jam yang meliputi persiapan puding, pemaparan materi dan pembagian puding ubi ungu. Intervensi tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti frekuensi konsumsi dan Tingkat Pendidikan ibu yang dapat mempengaruhi konsumsi puding ubi ungu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggriansyah, D. (2024). PELATIHAN PENGOLAHAN MAKANAN TRADISIONAL UBI UNGU MENJADI OLAHAN PUDING PURWOREJO. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat IBISA*, 2(2).
- Fauzi, M., & Wahyudin. (2020). HUBUNGAN TINGKAT PENDIDIKAN DAN PEKERJAAN IBU BALITA DENGAN KEJADIAN STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS X KABUPATEN INDRAMAYU. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan "Peran Tenaga Kesehatan Dalam Menurunkan Kejadian Stunting,"* 2(01).
- Prima Meidina, A., Isnaini, F., & Damanik, D. (2018). Pengaruh Pencampuran Ubi Ungu Pada Puding Sebagai Dessert Anti Kanker. *Jurnal Sains Terapan Pariwisata*, 3(02).
- Sumara, R., Wibowo, N. A., Sumarliyah, E., & Nisa, L. (2023). Pemanfaatan Herbal :Ubi Jalar Ungu (Ipomoea Batatas L.) Rebus Sebagai Makanan Selingan Dalam Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Paciran Lamongan. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 7(01).
- TM.Madhe, M., Susaldi, Agustina, N., Masturoh, A., Rahmawati, & Aurima, J. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Indonesia. *OPEN ACCESS JAKARTA JOURNAL OF HEALTH SCIENCES*, 01(02).