

***NUGGET* TABIW SEBAGAI PRODUK PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN
(PMT) BAGI BALITA DI DESA PATALAGAN**

**Erni Ratna Suminar, Wiwin Widayanti, Denada Garbella, Liling Aini Zarqo*, Siti
Arum A Sulastri, Mardhatillah, Uswatun Hasanah**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Cirebon
Email Korespondensi: lilingaz323@gmail.com,

ABSTRAK

Kurangnya kesadaran akan ketepatan pemberian makanan untuk memenuhi gizi balita merupakan salah satu penyebab *stunting*. Padahal, pemberian makanan tambahan yang tepat sangat penting untuk kesehatan balita yang berguna untuk tumbuh kembang anak sesuai usianya. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi dan pemahaman terhadap ibu yang mempunyai bayi dan balita akan pentingnya Pemberian Makanan Tambahan (PMT) disertai dengan demonstrasi pembuatan produk *Nugget* Tabiw yang merupakan produk PMT yang sehat dan mudah dibuat. Metode pelaksanaan kegiatan berupa penyuluhan atau edukasi mengenai pentingnya pembuatan makanan tambahan disertai dengan demonstrasi pembuatan produk PMT berupa *Nugget* Tabiw yang diikuti oleh 20 ibu yang mempunyai bayi dan balita yang berkunjung di posyandu bulan Januari 2024 di Rukun Warga 01 Desa Patalagan Kecamatan Pancalang Kabupaten Kuningan. *Nugget* Tabiw merupakan produk PMT yang dibuat dengan menggunakan campuran tahu, bihun, wortel dan telur. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu peningkatan pengetahuan tentang pemberian makanan sesuai usia pada anak dan peningkatan keterampilan ibu bayi dan balita mengenai cara pembuatan PMT berupa *Nugget* Tabiw sebagai makanan tambahan sebagai upaya untuk memenuhi gizi balita di Desa Patalagan. Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah didapatkan masyarakat dengan peningkatan pengetahuan ibu bayi dan balita mengenai ketepatan pemberian makanan untuk memenuhi gizi balita.

Kata kunci: Edukasi, PMT, *Nugget*, *Stunting*, Desa Patalagan

ABSTRACT

Lack of awareness of age-appropriate supplementary feeding to meet children nutrition is one of the causes of stunting. In fact, providing appropriate additional food is very important for children's health, which is useful for ensuring children's growth and development according to their age. The purpose of this community service is to providing education for mothers of babies and toddlers about the importance of Providing Additional Food accompanied by a demonstration of making Nugget Tabiw products which are additional food product that healthy and easy to make. The method of this activity is in the form education regarding the importance of making additional food accompanied and making additional food product in the form of Nugget Tabiw which was attended by 20 mother babies and mother toddlers who visited posyandu in January 2024 at Rukun Warga 01 Desa Patalagan, Kecamatan Pancalang, Kabupaten Kuningan. Nugget Tabiw is a PMT product that made using a mixture of tofu, vermicelli, carrots and eggs. The results of this community service are an educate mother of babies and toodlers about importance of additional food to provide balanced nutrision for toodlers and an increase in the skills of mothers of babies and toddlers regarding how to make

PMT in the form of Tabiw Nuggets as additional food in an effort to fulfill the nutrition of toddlers in Patalagan. The conclusion of this community service is that the community has increased the knowledge of mothers of babies and toddlers regarding the appropriateness of giving food to meet the nutrition of toddlers.

Keywords: Education, PMT, Nugget, Stunting. Patalagan village

PENDAHULUAN

Masalah kekurangan gizi kronis atau biasa disebut *stunting* salah satu penyebabnya adalah kurangnya asupan gizi dengan jangka waktu lama dimana terdapat ketidaktepatan memberikan asupan makanan dengan gizi yang dibutuhkan (Mayasari et al., 2018). *World Health Organization* menyatakan sebanyak 22% pada tahun 2020 atau 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia mengalami *stunting* (Organisasi Kesehatan Dunia, 2021). Pada tahun 2019, berdasarkan persentase *stunting* di Indonesia menurut Survey Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) menurun sebesar 27,7%. Kemudian pada tahun yang sama persentase *stunting* di Provinsi Jawa Barat turun menjadi 26,21% (Kementerian RI, 2019). Berdasarkan hasil observasi lapangan dengan bidan desa di Desa Patalagan, Kecamatan Pancalang, Kabupaten Kuningan menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pengetahuan tentang pemberian makanan sehat menjadi masalah utama kesehatan balita di desa tersebut.

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap balita tujuannya adalah untuk meningkatkan status gizi anak sehingga kebutuhan gizinya terpenuhi, tercapai kondisi gizi yang baik dan tercapai kondisi sesuai usia anak. Memberikan makanan pendamping ASI (PMT) pada anak usia 6–59 bulan sebagai suplemen, bukan sebagai pengganti makanan pokok sehari-hari (Hosang et al., 2017). Edukasi mengenai pentingnya PMT dimaksudkan untuk memberikan pemahaman terkait takaran gizi yang seimbang serta melakukan demonstrasi pembuatan produk PMT yang mudah untuk dipraktikkan yaitu dengan menggunakan bahan-bahan yang mudah didapat. Contoh bahan makanan bergizi yang mudah didapat terutama di Desa Patalagan adalah tahu, bihun, wortel, dan telur yang selanjutnya disebut produk *Nugget Tabiw*.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan ini dilaksanakan di RW 01 Desa Patalagan Kecamatan Pancalang, Kabupaten Kuningan yang berlangsung pada tanggal 5 Februari 2024. Kegiatan ini dihadiri oleh 20 orang ibu bayi dan balita yang hadir pada kegiatan posyandu RW 01 Desa Patalagan. Tahap dari pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan kegiatan posyandu rutin kemudian dilanjutkan dengan pengumpulan ibu bayi dan balita yang telah mengikuti kegiatan posyandu untuk mengikuti

kegiatan pemberian edukasi. Selanjutnya kegiatan edukasi dilakukan secara lisan dan tulisan. Edukasi lisan dilakukan dengan pemaparan materi mengenai pentingnya pemberian makanan sehat sesuai usia anak sedangkan edukasi secara tulisan dilakukan dengan membagikan *pamflet* berjudul “Hidup Sehat Gizi Seimbang” yang memuat materi tentang takaran atau porsi dalam sehari makanan sehat yang dapat diberikan pada balita sebagai pedoman Pemberian Makanan Tambahan (PMT) secara mandiri. Kegiatan pemberian edukasi ini disertai dengan diskusi dan tanya jawab antara masyarakat dengan pemateri. Setelah pemberian edukasi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan *nugget* Tabiw sebagai salah satu contoh produk PMT. Bahan dasar dalam pembuatan *Nugget* Tabiw ini berupa tahu, bihun, dan wortel. Kegiatan demonstrasi ini dilakukan oleh kami dan diikuti oleh masyarakat dan ibu-ibu kader dengan bahan-bahan yang telah disediakan. Setelah kegiatan demonstrasi, dilakukan kegiatan pendampingan atau evaluasi agar hasil berupa pengetahuan dan kepatuhan dalam pemberian asupan gizi yang terkontrol dengan baik sesuai dengan hasil yang kita harapkan.

HASIL

Kegiatan edukasi pentingnya Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang kami laksanakan dihadiri oleh 20 orang ibu bayi dan balita yang hadir pada kegiatan posyandu RW 01 pada tanggal 05 Februari 2024. Masyarakat hadir dengan tingkat antusias yang tinggi. Kegiatan edukasi dilakukan dengan pemaparan materi mengenai pentingnya pola makan sehat sesuai usia anak. Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan produk PMT yang berbahan dasar tahu, bihun, wortel yang selanjutnya kami sebut *Nugget* Tabiw. Bahan-bahan untuk pembuatan produk ini disiapkan oleh kami sehingga masyarakat yang hadir dapat membuat sendiri secara langsung. Setelah produk selesai dibuat, produk dikemas dalam sebuah wadah yang telah diberi label *merk* produk sehingga selain dibuat untuk dikonsumsi sendiri juga dapat dijual oleh masyarakat.

Demonstrasi pembuatan produk PMT *Nugget* Tabiw ini dilakukan dengan cara menyiapkan bahan-bahan sebelum dicampurkan. Tahu putih dihaluskan, kemudian bihun direndam dalam air panas lalu ditiriskan, serta wortel dihaluskan dengan cara diparut. Ketiga bahan dasar tersebut dicampurkan menjadi satu kemudian ditambahkan telur, tepung terigu, tepung tapioka, garam, gula, serta bawang putih yang sudah dicincang. Campurkan bahan-bahan tersebut hingga tercampur rata. kemudian dikukus dengan wadah loyang selama 15-20 menit. Setelah dikukus, *nugget* siap disajikan atau dapat juga digoreng dengan dilapisi telur dan tepung

panir. Adapun rincian bahan yang digunakan dalam pembuatan produk *Nugget* Tabiw ini tertera pada Tabel 1.

Tabel 1. Komposisi Pembuatan *Nugget* Tabiw

No	Bahan	Berat
1	Tahu putih	600 gram
2	Bihun	100 gram
3	Wortel	400 gram
4	Bawang putih	6 siung
5	Garam	1 sdt
6	Gula	1 sdt
7	Tepung terigu	4 sdm
8	Tepung tapioka	2 sdm



Gambar 1. Proses Demonstrasi Pembuatan *Nugget* Tabiw



Gambar 2. Produk *Nugget* Tabiw



Gambar 3. Pamflet Sebagai Media Edukasi Secara Tertulis

PEMBAHASAN.

Berdasarkan hasil observasi dengan bidan desa setempat, menunjukkan bahwa masalah utama penyebab *stunting* di Desa Patalagan adalah kekurangan gizi yang salah satunya diakibatkan oleh pemberian makanan yang kurang tepat untuk balita. Menurut [Mayasari \(2018\)](#), salah satu penyebab *stunting* adalah memberikan makanan yang tidak memenuhi kebutuhan gizi anak kecil. Kurangnya pengetahuan dan kesadaran orang tua mendorong ketidaktepatan pemberian makanan dengan tidak memperhatikan nilai gizi. Orang tua cenderung memberikan makanan cepat saji untuk anak. Dimana makanan siap saji cenderung memiliki kalori yang tinggi namun nilai gizinya rendah. Selain itu, orang tua juga lebih mementingkan keunggulan rasa dengan penambahan penyedap rasa. Padahal, usia anak-anak atau usia pertumbuhan cenderung lebih sensitif dengan efek negatif penyedap rasa ([Rochmah et al., 2022](#) [Aurelia et al., 2019](#)).

Stunting dapat dicegah dengan peningkatan pengetahuan pola asuh orang tua, salah satunya pola asuh makanan pada anak. Edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya pola makan menjadi salah satu upaya pencegahan *stunting*. *Orang tua yang mempunyai pengetahuan dan pemahaman gizi yang baik serta benar akan memperhatikan kebutuhan gizi dan asupan gizi anaknya* ([Asmawati, 2023](#)).

Tahu, bihun, dan wortel merupakan produk pangan yang banyak ditemukan di Indonesia. Pemilihan bahan dasar tahu, bihun, dan wortel didasarkan pada kandungan nutrisi yang terdapat pada masing-masing bahan. Tahu merupakan salah satu produk kedelai yang diatur SNI. Tahu adalah makanan berprotein tinggi, yaitu 10,9% per 100 gram tahu ([Midayanto dan Yuwono, 2014](#); [Sarwindah dan Wardoyo, 2019](#)). Kedelai Adalah bahan makanan yang

banyak mengandung protein nabati sehingga sering digunakan sebagai bahan baku berbagai produk olahan salah satunya tahu. Kedelai memiliki kandungan protein yang cukup tinggi, yakni 40% protein. Bihun adalah sumber karbohidrat dan energi, namun rendah kalsium dan fosfor. Kalsium dan fosfor adalah zat penting dalam pertumbuhan tulang dan gigi (Afrinis, N., Besti, V. dan Anggraini, H.D, 2018). Menurut Hardoko, et al (2021), bihun memiliki kandungan kadar air sebanyak 12%, protein 0,54%, kadar abu 0,35%, protein 0,54%, dan lemak 1,17%. Wortel mengandung serat yang tinggi dan berfungsi sebagai sumber vitamin A, beta karoten, dan sumber antioksidan alami (Wibowo et al.,2014; Agustina et al.,2019). Selain itu, penggunaan telur selain sebagai pekat juga digunakan sebagai sumber protein pada *nugget*.

Pemberian pola makan yang benar adalah salah satu upaya untuk mencegah terjadinya stunting pada anak balita. Bertambahnya pengetahuan dan meningkatnya wawasan serta Pengalaman ibu dalam mengasuh anak menunjang ibu untuk dapat memilih makanan yang tepat sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Ibu merupakan pendamping utama anak dan memiliki tanggung jawab yang sangat penting bagi anak kecil untuk mendapatkan makanan yang cukup dengan kebutuhan balita. Ibu yang memiliki pengetahuan serta kesadaran untuk memenuhi nutrisi pada anak dan merawat anak usia 0-5 tahun dengan baik dapat meminimalkan resiko kurang gizi pada anak (Asmawati, 2023). Pemilihan bahan pangan lokal dan mudah dibuat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu akan pentingnya pemilihan makanan dengan mementingkan nilai gizi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan pemberian edukasi dan demosntrasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Desa Patalagan Kecamatan Pancalang Kabupaten Kuningan disambut secara baik oleh warga RW 01 Desa Patalagan yang mengikuti kegiatan ini dengan penuh minat dan perhatian. Telah dilakukan permbertian edukasi serta demonstrasi pembuatan tabiw kepada 20 orang ibu yang memiliki bayi dan anak kecil. Hasil dari Pemberian edukasi dan demontrasi para ibu mengetahui cara dan manfaat pembuatan makanan tambahan serta ini Semoga dapat menambah pengetahuan para ibu khususnya ibu yang memiliki bayi dan anak kecil, agar meningkatkan kesadaran akan pentingnya pemberian makanan sesuai usia balita dan dapat diterapkan sehingga dapat menurunkan angka *stunting* khususnya di Desa Patalagan. Saran yang dapat diberikan atas terlaksananya kegiatan ini adalah pembuatan makanan sehat dengan bahan dasar lain dan edukasi mengenai pentingnya keadaan lingkungan dan pola asuhan bagi bayi dan balita terhadap pencegahan *stunting*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami tim penulis yang tergabung dalam peserta KKN Tematik STIKes Muhammadiyah Cirebon mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengembangan STIKes Muhammadiyah Cirebon, Ketua Pelaksana Kegiatan KKN Tematik STIKes Muhammadiyah Cirebon, Bapak Camat Kecamatan Pancalang, Kepala Desa Patalagan beserta jajarannya, Ketua RW 01 Desa Patalagan, ibu-ibu kader Desa Patalagan, serta seluruh masyarakat RW 01 Desa Patalagan yang telah berkontribusi dalam kesuksesan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrinis, N., Besti, V., & Anggraini, H. D. (2018). Formulasi dan karakteristik bihun tinggi protein dan kalsium dengan penambahan tepung tulang ikan Patin (*Pangasius hypophthalmus*) untuk balita stunting. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(2), 157-164.
- Annas, Z. F., Aprilia, A., Kurnia, H. A., Amelia, F., Juliarti, T., Astuti, M. D., ... & Ramdani, T. (2023, June). Nugget Tahu Sebagai Makanan Tambahan Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Pijot Utara. *Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara* (1), pp. 307-309).
- Asmawati, L. (2023). *Pencegahan Stunting melalui Ketahanan Pangan Lokal Banten dan Pengasuhan Digital*. 7(6), 6915–6926. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5396>
- Aurelia, F., Kkn, T., & Pabean, D. (2019). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan Dan Penerapan Pola Hidup Bersih Sehat Di Paud Tunasmulya Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Abdi Panca Marga*, 1(1), 27–31.
- Hardoko, M., Chamidah, A., Panjaitan, M. A., & Haryady, A. N. F. (2021). Karakteristik Fisikokimia Bihun Beras Substitusi Parsial Tepunt Rumpun Laut (*Eucheuma cottoni*). *JFMR (Journal of Fisheries and Marine Research)*, 5(2), 318-328
- Hosang, K. H., Umboh, A., & Lestari, H. (2017). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan Terhadap Perubahan Status Gizi Anak Balita Gizi Kurang di Kota Manado. *E-CliniC*, 5(1). <https://doi.org/10.35790/eci.5.1.2017.14760>
- Johan, V. S. (2014). Pemanfaatan wortel (*Daucus carota* L.) dalam meningkatkan mutu nugget tempe. *Sagu*, 13 (2), 27-34. <https://sagu.ejournal.unri.ac.id/index.php/JSG/article/viewFile/2577/2532>
- Kemenkes, RI. (2019). *Pendek (Stunting) di Indonesia Masalah dan Solusinya*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Krisnawati, A. (2017). Kedelai sebagai sumber pangan fungsional soybean as source of functional food. *Iptek Tanaman Pangan*, 12(1), 57-65.
- Mayasari, D., Indriyani, R., Ikkom, B., Kedokteran, F., Lampung, U., Kemenkes, P., Karang, T., & Lampung, B. (2018). Stunting , Faktor Resiko dan Pencegahannya Stunting , Risk Factors and Prevention. *Jurnal Agromedicine*, 5(1), 540–545.
- Midayanto, D. N., & Yuwono, S. S. (2014). Penentuan Atribut Mutu Tekstur Tahu Untuk Direkomendasikan Sebagai Syarat Tambahan Dalam Standar Nasional Indonesia [in Press Oktober 2014]. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 2(4), 259-267. <https://jpa.ub.ac.id/index.php/jpa/article/view/98/116>
- Mutiara, E. V., & Wildan, A. (T.T.). *Uji Aktivitas Minuman Teh Daun Sirsak (Annona Muricata Linn.) Sebagai Penurun Asam Urat Dan*. 14(1).
- Rochmah, D. L., Utami, E. T., & Depok, K. (2022). Dampak mengkonsumsi monosodium

glutamat (msg) dalam perkembangan otak anak. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10, 163–166. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32473>

World Health Organization, 2021. Stunting prevalence among children under 5 years of age (%). [online] Available at: <https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/gho-jme-stunting-prevalence> (accessed: 04 Maret 2024).