Karya Kesehatan Journal of Community Engagement
https://stikesks-kendari.e-journal.id/K2JCE
Volume 5 | Nomor 1 | Juni | 2024
E-ISSN : 2964-8998

Penyuluhan Manfaat Biskuit Ikan Sori + Kelor Sebagai Pangan Fungsional Pada Balita di Wilayah Pesisir Kota Kendari

Petrus[1], Fatmawati[2], Purnomo Leksono[3], Tenri Zulfa Ayu Dwi Putri[4], Ellyani Abadi[5]
[1-3] Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari, Kendari
[4] Prodi Farmasi, Universitas Mandala Waluya, Kendari
[5] Prodi S1 Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan, Kendari

Korespodensi
Fatmawati, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Kendari, Kendari
Jl Jalan Balai Kota I, Lorong Paidai Puncak, No.55, RT.026, RW.007, Kelurahan Mandonga, Kecamatan Mandonga, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara
Email: fatmawatimkes12@gmail.com

Kata Kunci:
Biskuit; Ikan; Kelor; Fungsional; Balita

Keywords:
Biscuit; Fish; Moringa; Fungsional; Toddler

Abstrak
Biskuit ikan + kelor merupakan inovasi pangan lokal fungsional yang mudah diperoleh dan dapat menjadi cemilan sehat yang kaya zat gizi dalam menunjang pertumbuhan Balita. Desiminasi pendayagunaan biskuit ikan + merupakan salah satu upaya agar terjadi peningkatan pengetahuan dan status gizi Balita. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang manfaat ikan sori + kelor yang dibuat menjadi biskuit. Metode pengabdian dilakukan dengan ceramah dan tanya jawab. Pengabdian ini telah dilakukan pada tanggal 19 Desember tahun 2023 di Kelurahan Kasilampe. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu yang memiliki Balita yang bermukim di wilayah pesisir Kelurahan Kasilampe sebanyak 25 orang. Data pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara deskriptif. Hasil pengabmas ini adalah pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan tentang pentingnya biskuit ikan + kelor adalah masing-masing 60% ibu tidak memahami bahwa biskuit kelor dapat diberikan sejak bayi usia 6 bulan dan tidak memahami bahwa ikan merupakan salah satu protein hewani dan sesudah penyuluhan 100% ibu telah mengetahui bahwa biskuit kelor dapat diberikan sejak bayi 6 bulan dan mengetahui bahwa ikan merupakan sumber protein hewani. Kesimpulan pengabmas ini adalah terjadi peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan tentang manfaat biskuit ikan + kelor.

Abstract
Fish + moringa biscuits are a functional local food innovation that is easy to obtain and can be a healthy snack that is rich in nutrients to support the growth of toddlers. The dissemination of the use of fish + biscuits is one of the efforts to increase the knowledge and nutritional status of toddlers. The aim of this service is to increase mothers' knowledge about the benefits of sori fish + moringa made into biscuits. The service method is carried out through lectures and questions and answers. This dedication was carried out on December 19 2023 in Kasilampe Village. The target of this activity is 25 mothers who have toddlers who live in the coastal area of Kasilampe Village. Knowledge data was collected using a questionnaire and analyzed descriptively. The results of this community service are that knowledge before counseling about the importance of fish biscuits + moringa is that 40% of

mothers do not understand that moringa biscuits can be given from 6 month old babies and do not understand that fish is an animal protein and after counseling 100% of mothers have know that moringa biscuits can be given from babies as young as 6 months and know that fish is a source of animal protein. The conclusion of this community service was that there was an increase in mothers' knowledge after being given counseling about the benefits of fish biscuits + moringa.

Pendahuluan

Status gizi merupakan indikator keberhasilan pembangunan, Salah satu permasalahan gizi yang masih memprihatinkan adalah *stunting* dan *wasting* yaitu keadaan kurang gizi terutama pada Balita, Dampak fatal gizi kurang pada Balita adalah terganggunya pertumbuhan fisik dan kecerdasan dan dapat menentukan produktifitas kerja atau pertumbuhan ekonomi(1),(2). Menurut data WHO, lebih dari 50% kematian bayi dan anak terkait dengan gizi kurang dan gizi buruk. *World Health Organization* (WHO) juga menyebutkan bahwa 22% kematian bayi terkait dengan malnutrisi yang seringkali terkait dengan asupan ASI. Angka kematian bayi yang cukup tinggi di dunia dapat dihindari dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) (3).

Prevalensi stunting di Dunia tahun 2020 sebanyak 22% Balita, kemudian tahun 2021 sebesar 22,1% dan tahun 2022 sebesar 22,3% (3). Sedangkan di Indonesia berdasarkan hasil Studi Status Gizi Balita di Indonesia (SSGBI) tahun 2019, prevalensi stunting sebesar 27,7%, kemudian berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 sebesar 24,4% dan tahun 2022 sebesar 21,6%(4). Sedangkan prevalensi stunting di Provinsi Sulawesi Tenggara tahun 2019 sebesar 31%, kemudian tahun 2021 sebesar 30,2% dan tahun 2022 sebesar 27,7% (5),(6). Data Dinas Kesehatan Kota Kendari menunjukkan prevalensi stunting pada tahun 2021 yaitu sebesar 0.95%. Kemudian pada tahun 2022 kasus stunting mengalami peningkatan yang mencapai angka 365 dengan prevalensi 1.40% yang tersebar di beberapa kecamatan dan kelurahan yang ada di Kota Kendari (7).

Gangguan pertumbuhan ini terjadi akibat beberapa faktor diantaranya faktor sosial-ekonomi, faktor konsumsi, dan faktor status gizi ibu dan juga secara tidak langsung disebabkan oleh faktor pengetahuan yang kurang tentang gizi. Kehidupan anak sejak dalam kandungan ibu hingga berusia dua tahun (1.000 HPK) merupakan masa-masa kritis dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal (8,9),(10)

Pemberian gizi yang adekuat sangat penting dalam mendukung pertumbuhan Balita yang dalam tahap periode emas, beberapa inovasi yang dapat dilakukan diantaranya adalah meningkatkan asupan gizi melalui pemberian makanan tambahan berupa biskuit yang diinovasikan dengan mendayagunakan pangan lokal seperti ikan sori dan kelor. Selain itu upaya yang dapat dilakukan juga adalah pemberian edukasi melalui penyuluhan gizi tentang manfaat ikan sori dan kelor bagi Balita. Biskuit ini dapat menjadi cemilan sehat yang kaya zat gizi dan aman dikonsumsi. Bahan yang digunakan juga mudah diperoleh dan ditemukan di wilayah Kota Kendari serta harganya terjangkau oleh masyarakat.

Wilayah kelurahan Kasilampe merupakan wilayah pesisir yang memliki permasalahan gizi yang kompleks baik stunting maupun wasting. Wilayah kasilampe kaya akan pangan lokal berupa kelor dan ikan sori, sehingga upaya menumbuhkan minat masyarakat terhadap pendayagunaan pangan tersebut sangat penting dilakukan melalui penyuluhan atau edukasi tentang manfaat ikan sori dan kelor yang dapat diolah menjadi biskuit.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi ibu yang memiliki Balita tentang manfaat biskuit ikan + kelor sebagai pangan fungsional pada Balita di wilayah Kecamatan Kasilampe.

Metode

Pengabdian masyarakat ini telah dilakukan di Kecamatan Kasilampe, wilayah kerja Puskesmas Mata yang telah dilakukan pada tanggal 19 Desember 2023 pada 25 ibu yang memiliki Balita. Pengabmas ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan sekaligus desiminasi tentang Biskuit ikan tuna + kelor. Penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dengan dengan total waktu penyuluhan 30 jam efektif .

Kegiatan penyuluhan diterapkan dengan 3 proses kegiatan yaitu (1) sebelum intervensi, dengan mengukur pengetahuan (*pre test)*, (2)

tahap intervensi dengan memberikan materi penyuluhan kesehatan tentang manfaat bisuit ikan + kelor sebagai pangan fungsional, dan tahap (3) sesudah intervensi yaitu mengukur keberhasilan penyuluhan kesehatan yakni memberikan kuesioner pengetahuan (*post test)*. Tahapan penyuluhan diawali dengan perkenalan dari narasumber dan dilanjutan menyampaikan tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa mengenalkan teori tentang manfaat biskuit ikan + kelor sebagai pangan fungsional dan memperkenalkan Biskuit kelor sebagai produk hasil olahan kelor dan dibagikan kepada Balita.

Hasil dan Pembahasan

1. Penyuluhan Gizi

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan gizi yang dilaksanakan dengan selama kurang lebih 30 menit yang diberikan kepada 25 ibu yang memiliki Balita.



Gambar 1. *Penyuluhan Gizi di Kel. Kasilampe*

Penyuluhan gizi ini dihadiri oleh Balita dan Ibu yang memiliki Balita dan juga petugas kesehatan khususnya petugas Gizi di wilayah kerja Puskesmas Mata. Upaya penyuluhan ini diharapkan dapat menumbuhkan minat dan kemauan ibu untuk mengolah ikan sori dan kelor sebagai biskuit yang dapat diberikan kepada Balita sebagai makanan tambahan berupa cemilan yang merupakan pangan fungsional dan memiliki kandungan gizi yang baik bagi kesehatan.



Gambar 2. *Proses Pemberian Penyuluhan*

Media yang digunakan dalam penyuluhan adalah *flayer*, dan materi utama yang disampaikan adalah manfaat biskuit ikan + kelor sebagai pangan fungsional kaya nutrisi dan sangat bermanfaat bagi Balita. Dalam proses penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab dari ibu yang memiliki Balita. Pelaksanaan pengabmas berlangsung dengan baik, hal ini dapat diamati pada semangat dari ibu Balita yang aktif mengemukakan pertanyaan tentang kelor dan ikan sori serta biskuit ikan sori termasuk terkait pangan fungsional.

Tabel 1. *Ringkasan Kegiatan Penyuluhan tentang Biskuit Ikan Sori + Kelor sebagai Pangan Fungsional*

No	Uraian Kegiatan	Keterangan
1	Waktu Kegiatan	Selasa, 19 Desember 2023
2	Tempat	Kelurahan Kasilampe
3	Peserta	Ibu yang memiliki Balita
4	Jumlah Peserta	25 Orang
5	Pemateri	Tim: 1. Tim Pengabdian 2. Mahasiswa
6	Isi materi	Materi yang diberikan 1. Gizi pada Balita 2. Manfaat Biskuit Ikan Sori + Kelor 3. Kandungan Gizi Kelor 4. Kelor Pangan Fungsional

Keberhasilan penyuluhan diamati dengan membagian kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan, pertanyaan yang diberikan sebanyak 10 pertanyaan yang diisi oleh Ibu yang memiliki Balita, Pengisian kuesioner pre test dan post test ini dilakukan pada hari yang bersamaan dengan tempat yang sama pula. Adapun hasil dari Penyuluhan gizi sebanyak 1 kali pada ibu yang memiliki Balita yaitu:

Tabel 2. *Pengetahuan sebelum dan sesudah Penyuluhan Gizi tentang Biskuit Ikan Sori + Kelor*

No	Pernyataan	*Pre Test*				*Post Test*			
		Benar		Salah		Benar		Salah	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Balita membutuhan gizi seimbang untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangannya	14	56	11	44	25	100	0	0
2	Biskuit ikan + kelor dapat diberikan sejak usia Bayi 6 bulan	10	40	15	60	25	100	0	0
3	Biskuit ikan sori + kelor merupakan makanan tambahan yang dapat dikonsumsi oleh bayi ketika berusia 6 bulan keata	15	60	10	40	25	100	0	0
4	Mengonsumsi beraneka ragam makanan sangat dianjurkan kepada Balita agar gizinya terpenuhi	20	80	10	20	25	100	0	0
5	Ikan merupakan salah satu sumber protein Hewani	10	40	15	60	10	100	0	0
6	Kelor merupakan sayuran yang kaya akan zat gizi	14	56	11	44	25	100	0	0
7	Kelor dapat diolah menjadi biskuit	17	68	8	32	23	92	2	8
8	Ikan sori merupakan makanan tinggi protein yang baik untuk pertumbuhan Balita	15	60	10	40	25	100	0	0
9	Biskuit ikan sori + Kelor merupakan salah satu jenis cemilan yang baik diberikan kepada Balita	14	56	11	44	25	100	0	0
10	Biskuit ikan sori + kelor merupakan pangan fungsional yang memiliki sejuta manfaat bagi tubuh Balita	15	60	10	40	25	100	0	0

Sumber : Data Primer, 2023

Hasil analisis penyuluhan tentang manfaat biskui ikan sori + kelor menunjukkan bahwa dari 10 pernyataan yang diberikan, pengetahuan yang paling banyak tidak dipahami oleh ibu adalah tentang jadwal pemberian biskuit kelor yaitu biskuit kelor dapat diberikan pada saat usia anak 6 bulan, dimana 60% menyatakan jawaban yang salah yakni ibu beranggapan bahwa biskuit kelor dapat diberikan pada semua rentan usia termasuk usia 0-6 bulan, hal ini tentunya merupakan pemahamanan yang keliru karena pada umumnya bayi dapat diberikan makanan saat berusia 6 bulan. Kemudian setelah diberikan penyuluhan gizi terjadi peningkatan pemahaman menjadi 100% ibu menjawab benar terkait jadwal konsumsi biskuit kelor yang hanya dapat diberikan saat bayi berusia lebih dari bulan. Kemudian sebelum penyuluhan terdapat 60% ibu tidak mengetahui bahwa ikan merupakan makanan sumber protein Hewani, dan setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan hingga 100% ibu memahami bahwa ikan merupakan makanan yang mengandung protein hewani.

Sedangkan informasi yang paling banyak diketahui oleh ibu balita sebelum penyuluhan adalah tentang mengonsumsi beraneka ragam makanan sangat dianjurkan kepada Balita agar gizinya terpenuhi sebanyak 80% dan sesudah penyuluhan 100% menjawab benar.

Pengabdian masyarakat ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan oleh Saimin dkk., (2024) yang melakukan edukan dengan menggunakan leaflet sebagai media dan memberikan makanan tambahan langsung kepada Balita, serta evaluasi pengetahuan menunjukkan adanya peningkatan sebelum dan sesudah penyuluhan sebesar 3,4 point pengetahuan (8).

Pengabmas ini juga dipertegas oleh penelitian yang dilakukan oleh Fatmawati dkk., (2024) yang melakukan pendampingan gizi pada ibu hamil yang tujuan utamanya adalah memberikan gizi sejak dini sejak janin, salah satu intervensi yang dilakukan adalah memberikan biskuit kelor kepada ibu hamil. Penelitian ini memiliki kemiripan dalam hal jenis intervensi yang diberikan yaitu biskuit kelor, sedangkan pengabdian masyarakat yang telah kami lakukan adalah menggunakan biskuit bebahan dasar kelor dan ikan sori (11). Penelitian Koro dkk., (2023) juga mendayagunakan biskuit kelor mix ikan sori yang diberikan pada remaja putri, hasil penelitiannya menunjukkan adanya peningkatan *Haemoglobin* darah (Hb) setelah diberikan biskuit kelor mix ikan sori (12).

2. Biskuit Kelor

Biskuit ikan sori + kelor adalah suatu inovasi pangan yang bersifat fungsional, biskuit kelor dapat menjadi makanan tambahan yang dapat dikonsumsi sebagai cemilan sehat pada Balita. Biskuit kelor dibuat dengan mendayagunakan pangan lokal pesisir Kota Kendari berupa Ikan sori dan juga kelor yang mudah diperoleh dan biaya yang terjangkau, olehnya itu inovasi berupa biskuit sangat diperlukan untuk meningkatkan selera makan anak Balita yang cenderung suka mengonsumsi cemilan.



Gambar 3. *Biskuit Kelor*

Penerapan pengabdian masyarakat ini diberikan Biskuit ikan sori + kelor kepada Balita sebagai bentuk makanan tambahan yang dikemas dalam plastik bening dengan berat sekitar 50 gram, pemberian biskuit kelor dilakukan sebanyak 1 kali sebanyak 100 gram setiap Balita.

Pemberian biskuit ikan + kelor juga selaras dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Sopandi dan Hakiki (2024), penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan cookies dengan suplementasi tepung ikan gabus dan tepung kelor untuk pangan fungsional kaya protein. Seluruh perlakuan menggunakan penambahan tepung kelor 2,5%. Hasil penelitian menunjukkan substitusi ikan gabus berpengaruh nyata terhadap protein, kadar air, dan karbohidrat. Uji organoleptik kombinasi 70% tepung terigu dan 30% tepung ikan gabus mempunyai penerimaan yang tinggi baik tekstur maupun rasa. Kombinasi terbaik adalah cookies F3 dengan 50% tepung terigu dan 50% tepung ikan gabus (13).

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini didukung pula oleh peranan dari aparat kelurahan Kasilampe dan juga tenaga kesehatan khususnya tenaga Gizi di wilayah kerja Puskesmas Mata. Bentuk Dukungan yang diberikan berupa memberikan fasilitas tempat, kursi serta meja yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat. Antusias dari kepala aparat kelurahan dan tenaga kesehatan merupakan salah satu faktor yang mendukung telaksanannya kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilakukan dengan baik.

Kendala atau hambatan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kondisi ruangan yang riuh, selain itu juga terdapat beberapa anak Balita yang rewel hingga menangis sehingga ibu tidak fokus menerima materi, namun demikian secara umum terjadi peningkatan pengetahuan tentang manfaat biskuit ikan + kelor sebagai pangan fungsional.

Simpulan dan Saran

Simpulan pengabmas ini adalah adanya peningkatan pengetahuan sesudah dilakukan penyuluhan tentang biskuit ikan + kelor sebagai pangan fungsional yang sangat bermanfaat bagi Balita. Saran bagi Ibu yang memiliki Balita diharapkan dapat mendayagunakan pangan lokal berupa ikan sori dan kelor untuk diolah menjadi biskuit dan diberikan kepada Balita sebagai cemilan sehat da bagi pihak Puskesmas Mata diharapkan agar senantiasa mendesiminasikan

manfaat biskuit ikan + kelor sebagai pangan fungsional yang berperan penting dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan Balita.

Daftar Rujukan

1. Salsabila NA. Peran United Nations Children's Fund (Unicef) Dalam Upaya Perlindungan Anak Pada Konflik Sudan (2019-2023). Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2024.
2. Pertiwi P, Haniarti H, Nurlinda N. Faktor yang Berpengaruh dengan Status Gizi Balita di Perkotaan dan Perdesaan. J Keperawatan Prof. 2024;5(1):146–60.
3. WHO. Malnutrion [Internet]. Geneva; 2022. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition/
4. Kemenkes RI. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Jakarta; 2023.
5. Kemenkes RI. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021. Jakarta; 2022.
6. Dinkes Provinsi Sultra. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara. Kendari, Sulawesi Tenggara; 2023.
7. Dinkes Kota Kendari. Profil Dinas Kesehatan Kota Kendari. Kendari, Sulawesi Tenggara; 2022.
8. Nasruddin NI, Saimin J. Pola Makan Seimbang, Pertumbuhan Optimal: Gizi Dan Pemberian Makanan Tambahan Sebagai Langkah Awal Pencegahan Stunting Pada Balita. J-ABDI J. J-ABDI J Pengabdi Kpd Masy. 2024;3(12):2289–96.
9. Vlaardingerbroek H, Joustra SD, Oostdijk W, de Bruin C, Wit JM. Assessment of nutritional status in the diagnostic evaluation of the child with growth failure. Horm Res Paediatr. 2024;97(1):11–21.
10. Kanu PJ. Complementary Food Situation in Sierra Leone: Nutritional Problems and Possible Strategies—A Review. Food Nutr Sci. 2024;15(2):113–28.
11. Fatmawati F, Petrus P, Kristianto J, Abadi E. Pendampingan Gizi dapat Meningkatkan Lingkar Lengan Atas Ibu Hamil KEK di Wilayah Pesisir Kota Kendari. J Ilm Univ Batanghari Jambi. 2024;24(1):271–6.
12. Koro S, Fatmawati, Gani K, Hasan, Abadi E. Intervention of Giving Moringa Biscuits (Moringa Oliefera) Mix Sori Fish Flour to Increased Blood Hemoglobin Levels in Young Girls, Kendari,. Pharmacogn J. 2023;15(2):414–7.
13. Sopandi RM, Hakiki DN. Formulation of Cookies with Substitution of Fish Cork (Channa Striata) and Moringa (Moringa Oleifera) Flour as Foods Functional Protein Wealthy. In: E3S Web of Conferences. EDP Sciences; 2024. p. 2001.