

INOVASI ROLADE TAHU SEBAGAI ALTERNATIF MAKANAN TAMBAHAN BAGI BALITA STUNTING DI KELURAHAN REJOWINANGUN SELATAN

Tri Puji Rahayu^{1*}, Faishal Ikhsanul Fikri², Juventi Salma Devi³, Mei Cahaya⁴, Aminah⁵, Nafisah Azzakiyah⁶

¹Peternakan, Universitas Tidar

²Ilmu Administrasi Negara, Universitas Tidar

³Ekonomi Pembangunan, Universitas Tidar

⁴Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Tidar

⁵Pendidikan IPA, Universitas Tidar

*Korespodensi : tripujirahayu@untidar.ac.id

Abstrak

Salah satu fokus penanganan pemerintah mengenai masalah kesehatan di masyarakat saat ini, yaitu stunting. Berdasarkan hasil pendataan yang didapat dari Puskesmas Magelang Selatan tercatat ada 13 balita yang terdampak stunting pada tahun 2024 dan 7 lainnya termasuk gizi buruk. Upaya yang dapat dilakukan sebagai bentuk perbaikan stunting yaitu memberikan pengetahuan kepada ibu melalui sosialisasi dan pemberian makanan tambahan bergizi untuk mencegah stunting. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi kepada ibu dari balita stunting mengenai inovasi Rolade Tahu sebagai alternatif makanan tambahan bagi balita stunting. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode kaji tindak dengan pendekatan program tindak partisipatif melibatkan kader posyandu. Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa edukasi inovasi makanan tambahan Rolade Tahu yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya nutrisi bagi balita dan cara pencegahan stunting. Rolade Tahu yang mudah dibuat dengan bahan lokal terbukti menjadi alternatif makanan tambahan bagi balita stunting di Rejowinangun Selatan.

Kata Kunci: Inovasi PMT, Rolade Tahu, Stunting.

Abstract

One of the focuses of the government's handling of health problems in the community today is stunting. Based on the data obtained from the Magelang Selatan Community Health Center, there were 13 toddlers affected by stunting in 2024 and 7 others were malnourished. Efforts that can be made as a form of stunting improvement are providing knowledge to mothers through socialization and providing nutritious supplementary foods to prevent stunting. The purpose of this community service activity is to provide education to mothers of stunted toddlers about the innovation of Tofu Rolade as an alternative supplementary food for stunted toddlers. The implementation method used in this activity is the action review method with a participatory action program approach involving posyandu cadres. Based on the results of the service activities that have been carried out, it shows that the Tofu Rolade supplementary food innovation

education provided has succeeded in increasing mothers' knowledge about the importance of nutrition for toddlers and how to prevent stunting. Tofu Rolade, which is easy to make with local ingredients, has proven to be an alternative supplementary food for stunted toddlers in Rejowinangun Selatan.

Keywords: PMT Inovation, Rolade Tahu, Stunting.

1. Pendahuluan

Kesehatan menjadi salah satu isu yang masih diperhatikan oleh pemerintah. Sejalan dengan pendapat Andika, dkk (2022), masalah kesehatan masyarakat sampai saat ini masih menjadi perhatian bagi pemerintah. Salah satu fokus penanganan pemerintah mengenai masalah kesehatan di masyarakat saat ini, yaitu stunting. Berdasarkan hasil pendataan yang didapat dari Puskesmas Magelang Selatan tercatat ada 13 balita yang terdampak stunting pada tahun 2024 dan 7 lainnya termasuk gizi buruk. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengatakan bahwa angka stunting global sebanyak 149,2 juta (22%) pada tahun 2020, dan masalah kesehatan dianggap kronis jika prevalensi stunting lebih dari 20%. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 menemukan bahwa angka stunting secara nasional sebesar 21,6 %, dengan 20,8 % di 33 provinsi di Jawa Tengah. Namun, angka ini masih belum melampaui target pemerintah pusat untuk menekan angka stunting. Di Kota Magelang, pada tahun 2022, prevalensi stunting tercatat sebesar 13,9%, mengalami peningkatan 0,6% dibandingkan tahun 2021 yang sebesar 13,3%.

Stunting merupakan kondisi balita atau bayi dibawah lima tahun yang gagal tumbuh karena mendapat gizi yang tidak sesuai. Hal ini diperkuat pendapat Kurniatin, dkk (2021) stunting terjadi karena kekurangan gizi jangka panjang yang menyebabkan balita terlalu pendek untuk usia sebayanya.

Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak, balita dengan nilai ambang batas (z-score) antara -3 SD dan kurang dari -2 SD dikategorikan mengalami stunting. Sementara itu, balita dengan z-score kurang dari -3 SD berdasarkan tinggi badan menurut umurnya diklasifikasikan sebagai sangat pendek. Stunting biasanya diukur pada balita-balita di bawah usia lima tahun (balita), karena periode ini adalah masa pertumbuhan yang sangat kritis. Pengukuran tinggi badan harus dilakukan dengan tepat dan akurat menggunakan alat yang sesuai, seperti stadiometer untuk balita yang dapat berdiri sendiri, dan length board untuk bayi dan balita yang belum bisa berdiri. Usia balita juga harus ditentukan dengan tepat untuk memastikan perhitungan z-score yang akurat.

Di Indonesia, stunting disebabkan oleh beberapa hal. Adapun penyebab stunting terdiri dari dua faktor, yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung meliputi kekurangan nutrisi pada ibu, pola makan yang tidak memadai, kehamilan prematur, infeksi, dan kurangnya pemberian ASI eksklusif. Faktor tidak langsung terdiri dari pendidikan, pelayanan kesehatan, sanitasi lingkungan, dan aspek sosial budaya (WHO, 2016). Makanan dengan gizi yang kurang memadai juga dapat menyebabkan stunting, seperti balita yang responsif terhadap makanan, frekuensi makan yang jarang atau makanan yang tidak cukup saat balita sakit. Kurangnya pengetahuan ibu tentang nutrisi yang tidak seimbang, kurangnya layanan kesehatan, kurangnya akses terhadap air bersih, sanitasi, dan kurangnya akses terhadap makanan bergizi adalah faktor lain yang menyebabkan stunting (Sari et al., 2024).

Upaya yang dapat dilakukan sebagai bentuk perbaikan stunting yaitu memberikan pengetahuan kepada ibu melalui sosialisasi dan pemberian makanan tambahan bergizi untuk mencegah stunting. Lebih lanjut, setelah ibu mendapat sosialisasi agar dapat menerapkan pengetahuannya dengan memperbaiki pola pemberian makanan bergizi kepada balita sehingga bentuk upaya ini menjadi kegiatan yang berkesinambungan. Menurut Kharisna, dkk (2024), sosialisasi penyuluhan gizi menjadi salah satu langkah untuk dapat meningkatkan pengetahuan pemberian makanan bergizi kepada ibu dan balita. Upaya ini penting dilakukan agar pencegahan stunting dapat ditangani secara langsung oleh ibu terhadap balitanya. Adapun langkah konkret pemenuhan gizi terhadap balita dapat berupa pemberian makanan tambahan (PMT).

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan kegiatan berupa pemberian makanan untuk balita dalam bentuk makanan atau kudapan yang bergizi dengan mempertimbangkan mutu dan keamanan pangan yang disesuaikan dengan kebutuhan sasaran (Amalia, 2021). Upaya ini dilakukan dengan fokus pemenuhan gizi sasaran (Kemenkes RI, 2017). Salah satu inovasi makanan yang dapat dijadikan alternatif makanan tambahan bagi balita stunting yaitu Rolade Tahu. Rolade Tahu merupakan kudapan yang terbuat dari olahan tahu, daging ayam giling, telur, serta sayuran berupa wortel dan daun bawang. Rolade Tahu dipilih sebagai makanan tambahan dengan mempertimbangkan kandungan gizi serta kepraktisan dalam memperoleh dan mengolah bahannya.

Berdasarkan uraian penjelasan yang telah dipaparkan sebelumnya, kegiatan ini berfokus pada upaya sosialisasi dan pemberian inovasi makanan bergizi. Adapun kegiatan yang dilaksanakan ini memiliki tujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu dari balita stunting mengenai inovasi Rolade

Tahu sebagai alternatif makanan tambahan bagi balita stunting. Lebih lanjut, Pelaksanaan kegiatan ini memiliki manfaat untuk meningkatkan pengetahuan pemberian makanan tambahan bergizi berupa Rolade Tahu untuk balita stunting di Kelurahan Rejowinangun Selatan.

2. Metode

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode kaji tindak (Action Research) dengan pendekatan program tindak partisipatif (Participatory Action Program) yang melibatkan kader posyandu dan ahli gizi dari Puskesmas Magelang Selatan. Tahap pelaksanaan kegiatan ini dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan. Pada tahap persiapan, dilakukan pengurusan administrasi untuk mendapatkan izin pelaksanaan kegiatan serta analisis situasi dan masalah di lokasi kegiatan. Tim pengabdian juga melakukan wawancara dengan pihak Puskesmas dan Kader ibu di Kelurahan Rejowinangun Selatan mengenai kandungan gizi dalam inovasi makanan pencegah stunting dan data balita stunting di wilayah tersebut.

Pada tahap pelaksanaan, kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui sosialisasi dan edukasi tentang pencegahan stunting serta manfaat rolade tahu sebagai sumber gizi alternatif untuk balita dalam pencegahan stunting. Pada kegiatan pertama, peserta diberikan edukasi dan penjelasan mengenai kandungan dan manfaat tahu bagi kesehatan balita melalui presentasi selama 30 menit yang juga mencakup sesi tanya jawab. Sebelum edukasi dimulai, seluruh peserta diminta mengisi kuesioner pre-test.

Pada tahap kedua, kegiatan yang dilakukan yaitu menyambangi rumah balita yang menjadi sasaran kegiatan. Memberikan makanan tambahan (PMT) berupa Rolade Tahu yang merupakan inovasi dari Tim KKN Universitas Tidar 2024. Selain itu, dibagikan brosur yang berisi cara membuat rolade tahu, informasi tentang kandungan gizinya, serta cara pencegahan stunting. Dengan demikian, masyarakat dapat mempelajari cara membuat rolade tahu sendiri di rumah, memahami manfaat gizi yang terkandung di dalamnya, dan mendapatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting. Setelah itu, memberikan kuesioner berupa posttest untuk mengetahui hasil dari kegiatan ini. Kuesioner ini dijadikan sebagai alat evaluasi untuk menilai tingkat pengetahuan peserta terkait materi yang diberikan.

3. Hasil dan Pembahasan Hasil

Pada program kerja Stunting yang dilaksanakan oleh Tim KKN Universitas Tidar 2024 di Kelurahan Rejowinangun Selatan melakukan berbagai kegiatan, yaitu inovasi Rolade Tahu sebagai Pemberian

Makanan Tambahan kepada Balita, Sosialisasi Stunting dan Edukasi Makanan Tambahan Balita berupa Rolade Tahu, dan Pemberian Makanan Tambahan.

a. Inovasi Rolade Tahu sebagai Pemberian Makanan Tambahan kepada Balita

Inovasi Rolade Tahu merupakan solusi pemberian makanan tambahan yang dikembangkan khusus untuk balita oleh Tim KKN Universitas Tidar 2024 dengan tujuan untuk mencegah stunting di Rejowinangun Selatan. Rolade Tahu terbuat dari tahu sebagai bahan utama yang dipadukan dengan bahan bergizi lainnya, seperti daging ayam, telur, wortel dan daun bawang serta tidak menggunakan MSG sebagai perasa melainkan dengan menggunakan kaldu MPASI atau kaldu jamur, yang kemudian diolah menjadi Rolade Tahu.

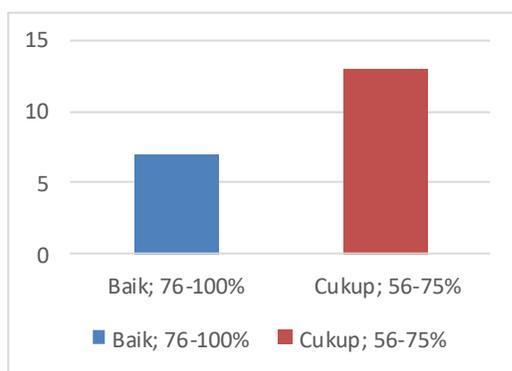
Tahu dipilih sebagai bahan utama karena memiliki kandungan air yang tinggi sebesar 86%, protein 8-12%, lemak 4-6% dan karbohidrat 16%. Lebih lanjut tahu memiliki berbagai kandungan mineral, seperti kalsium, zat besi, fosfat, kalium, natrium; serta vitamin seperti kolin, vitamin B dan vitamin E. Asam lemak jenuh yang terdapat dalam tahu juga rendah dan bebas kolesterol (Santoso, 2005). Selain tahu sebagai bahan utama, terdapat juga daging ayam broiler bagian dada yang memiliki komposisi protein sebesar 35,24gr/100gr (Tabele dkk, 2020). Telur sebagai protein tambahan dalam Rolade Tahu juga sangat penting untuk pertumbuhan balita. Dalam satu telur, terdapat putih telur yang mempunyai protein lebih tinggi dibandingkan kuning telur. Menurut Grobas et al dalam Nurfitri (2018) satu butir telur dengan berat 53 gr mengandung putih telur sebesar 65,64%, Kuning telur sebesar 23,61%, dan cangkang telur sebesar 10,75%. Putih telur mengandung protein yang tinggi tersusun dari ovalabumin sebesar 54% (Woodward, 1990).

Rolade Tahu mudah dibuat dengan bahan-bahan yang tersedia secara lokal di Kelurahan Rejowinangun Selatan serta harga yang terjangkau, menjadikannya pilihan yang praktis bagi ibu-ibu dalam menyediakan makanan bergizi di rumah. Bahan-bahan yang diperlukan untuk membuat Rolade Tahu ini mudah didapatkan di wilayah Rejowinangun Selatan. Inovasi ini menawarkan variasi makanan tambahan yang dapat memenuhi kebutuhan gizi harian balita, sehingga dapat mengurangi risiko stunting dan mendukung pertumbuhan balita yang optimal.

b. Sosialisasi Stunting dan Edukasi Makanan Tambahan Balita berupa Rolade Tahu

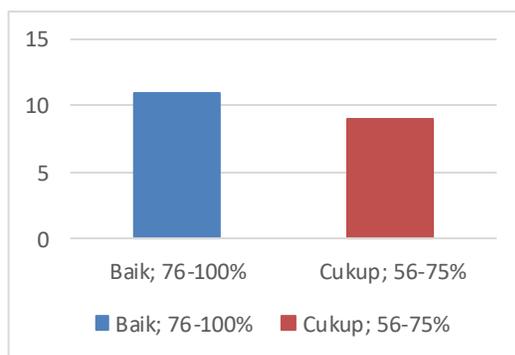
Kegiatan ini dilaksanakan melalui sosialisasi yang bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai stunting, cara pencegahannya, serta alternatif pencegahan melalui makanan inovatif

seperti Rolade Tahu. Acara dimulai dengan pengisian kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta sebelum materi disampaikan. Peserta berjumlah 20 ibu dari balita yang terkena stunting. Setelah itu, peserta diperkenalkan dengan inovasi makanan Rolade Tahu, termasuk bahan-bahan, cara pembuatan, dan kandungan gizinya. Selama kegiatan berlangsung, para ibu dengan antusias mendengarkan penjelasan dari pemateri dan bertanya tentang manfaat serta kandungan gizi dalam tahu yang baru mereka ketahui. Dengan adanya edukasi ini, peserta menjadi lebih paham akan kandungan gizi dan manfaat tahu yang dapat mencukupi kebutuhan gizi balita sehingga membantu dalam pencegahan stunting.



Gambar 1. Grafik Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum Sosialisasi

Berdasarkan grafik di atas, sebelum dilakukan sosialisasi, terdapat 13 ibu yang sudah cukup mengetahui tentang inovasi Rolade Tahu sebagai makanan tambahan balita, sementara hanya 7 ibu yang memiliki pengetahuan yang baik mengenai inovasi tersebut.



Gambar 2. Grafik Tingkat Pengetahuan Peserta Sesudah Sosialisasi

Setelah dilakukannya kegiatan sosialisasi, grafik di atas menunjukkan peningkatan. Kini, terdapat 11 ibu yang sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai makanan tambahan balita berupa inovasi Rolade Tahu, sementara masih ada 9 ibu yang hanya memiliki pengetahuan

yang cukup mengenai inovasi tersebut. Dari pengisian kuesioner tersebut diperoleh nilai dengan rata-rata 77. Hasil kuesioner sesudah sosialisasi menunjukkan bahwa antusiasme ibu-ibu dalam memahami dan mencoba membuat produk inovasi Rolade Tahu tinggi.

c. Pemberian Makanan Tambahan

Pemberian makanan tambahan adalah upaya penting untuk memastikan balita mendapatkan asupan gizi yang cukup melalui penyediaan makanan ringan yang tidak hanya aman untuk dikonsumsi, tetapi juga berkualitas tinggi (Irwan, dkk., 2020). Proses ini tidak hanya sebatas memberikan makanan, tetapi juga melibatkan berbagai kegiatan pendukung yang bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pemberian makanan tersebut. Setiap tahapan dalam kegiatan ini dilakukan dengan cermat, memperhatikan aspek mutu dan keamanan pangan agar makanan yang diberikan terjamin dari segi kesehatan.

Selain itu, makanan tambahan ini dirancang sedemikian rupa agar mengandung nilai gizi yang sesuai dengan kebutuhan spesifik balita, sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara optimal. Makanan tambahan untuk balita dapat disiapkan menggunakan bahan-bahan lokal yang mudah ditemukan, seperti tahu, daging ayam, telur, wortel, dan daun bawang. Bahan-bahan ini tidak hanya bergizi, tetapi juga dapat dipadukan dengan tambahan kaldu jamur sebagai perasa alami untuk meningkatkan cita rasa makanan sehingga balita dapat menikmati makanan yang sehat dan lezat. Pemberian makanan tambahan untuk balita dilakukan sebanyak 2 kali. Makanan tambahan yang diberikan kepada balita pada tahap pertama berupa Rolade Tahu satu butir, sate telur, bubur kacang ijo, buah pisang, susu UHT. Pada tahap kedua makanan tambahan yang diberikan berupa Rolade Tahu dua butir, sate telur, bubur sum-sum, buah pisang, sari kacang ijo. Pemberian makanan tambahan tersebut sudah dipertimbangkan mutu dan keamanan pangan yang disesuaikan dengan kebutuhan sasaran sehingga aman untuk balita.

4. Kesimpulan

Kelurahan Rejowinangun Selatan menjadi salah satu wilayah yang menghadapi tantangan signifikan terkait masalah stunting, dengan data terbaru menunjukkan adanya 13 balita terdampak stunting dan 7 lainnya menderita gizi buruk. Upaya yang dapat dilakukan sebagai bentuk perbaikan stunting, yaitu memberikan pengetahuan kepada ibu melalui sosialisasi dan pemberian makanan tambahan bergizi

untuk mencegah stunting. Sosialisasi penyuluhan gizi menjadi salah satu langkah untuk dapat meningkatkan pengetahuan pemberian makanan bergizi kepada ibu dan balita. Salah satu inovasi makanan yang dapat dijadikan alternatif makanan tambahan bagi balita stunting yaitu Rolade Tahu.

Rolade Tahu dipilih dengan mempertimbangkan kandungan gizi, kemudahan dalam mendapatkan bahan dan kepraktisan pengolahan bahan. Hasil kuesioner saat menunjukkan edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya nutrisi bagi balita dan cara pencegahan stunting. Rolade Tahu yang mudah dibuat dengan bahan lokal terbukti menjadi alternatif makanan tambahan bagi balita stunting di Rejowinangun Selatan.

5. Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruh tim KKN Rejowinangun Selatan Untidar 2024 yang telah melaksanakan tugasnya dalam kegiatan ini. Selain itu, penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Kepala Kelurahan Rejowinangun Selatan, pihak Puskesmas Magelang Selatan, serta kader-kader kesehatan yang telah terlibat sehingga rangkaian kegiatan dapat terlaksana dengan baik.

6. Daftar Pustaka

- Afiyah, D. N. (2022). Pengaruh Perbedaan Bagian Daging Ayam Broiler terhadap Kandungan Protein dan Sifat Organoleptik Nugget Ayam. *ANOVA: Journal of Animal Husbandry*, 1(2), 81-87.
- Amalia, I. S., Hamdan, H., & Devitasari, A. (2023). GERAKAN CEGAH STUNTING MELALUI PERBAIKAN POLA ASUH DAN KONSUMSI SEHAT SATU TELUR (GASPOL DULUR)“BOLA-BOLA TAHU TELUR” DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) PUDING BANANA SEHAT (PUNAS). *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan*, 3(01), 42-47.
- Andika, F., Afriza, N., Husna, A., Rahmi, N., & Safitri, F. (2022). Edukasi Tentang Isu Permasalahan Kesehatan di Indonesia Bersama Calon Tenaga Kesehatan Masyarakat Provinsi Aceh. *JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT BIDANG KESEHATAN*, 4(1), 39-44.
- El Fajri, N., Ghatni, D., Marbun, P. M., Nasution, K. R., Lestari, P. A., Resaldy, A., ... & Ramadhani, A. (2023). EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI PROGRAM MAHASISWA KKN UNIVERSITAS RIAU. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 7307-7311.

- Kharisna, D., Arfina, A., Febtrina, R., Yanti, S., Natalia, C., & Safitri, D. (2024). Puding Daun Kelor Sebagai Alternatif Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Pada Balita Untuk Pencegahan Stunting. *JDISTIRA-Jurnal Pengabdian Inovasi dan Teknologi Kepada Masyarakat*, 4(1), 50-59.
- Kurniatin, L. F., Putri, R. R. C., & Pramuwidya, A. (2021). Penyuluhan tentang 1000 hari pertama kehidupan dalam upaya pencegahan stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Saigon dan Puskesmas Siantan Hulu Tahun 2021. *Prosiding Pengabdian Kepada Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya*, 1(2).
- Lalu, N. A. S., & Gorontalo, U. N. (2020). Pemberian PMT modifikasi berbasis kearifan lokal pada balita stunting dan gizi kurang. *J Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 38-54.
- Pamuji, D. R., Prayogo, G. S., & Shodiq, M. N. (2022). Penerapan Teknologi Tepat Guna Mesin Pengepres dan Pemotong Tahu di Desa Gitik Kecamatan Rogojampi. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 13(3), 429-433.
- Rahagia, R., Sriyanah, N., Tyarini, I. A., Lontaan, A., & Yunus, M. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Berbasis Edukasi dan Sosialisasi. *Abdimas Polsaka: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 76-81.
- Sari, D. P., Kurniasih, D. E., & Rusyani, Y. Y. (2024). PENGARUH MEDIA LEMBAR BALIK TERHADAP PENGETAHUAN IBU BALITA DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI POSYANDU SANDEN KOTA MAGELANG. *Ensiklopedia of Journal*, 6(2), 193-197.
- Shaneta, A., Indriyani, P., & Lestari, R. A. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemberian Edukasi dan Penerapan Pola Hidup Bersih di Posyandu Fajar. *PROCEEDINGS UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG*, 3(7), 141-150.
- Yosefa, P. S., & Tahun, O. D. (2022). PENGARUH PEMBERIAN PMT LOKAL TERHADAP PENINGKATAN STATUS GIZI PADA BALITA GIZI KURANG. *Journal of Syntax Literate*, 7(6).