



EDUKASI “HOMEMADE HEALTHY FOOD” PADA IBU TENTANG PEMANFAATAN BISKUIT DARI TEPUNG BIJI NANGKA UNTUK MENGATASI MASALAH GIZI PADA ANAK USIA DINI DI PAUD TERPADU AISYIYAH BUSTANUL ATHFAL-27

Bd. Indah Dewi Sari¹, Bd. Mayang Wulan², Bd. Utary Dwi Listiarini³

^{1,2,3}Institut Kesehatan Helvetia

Email: indahdewi@helvetia.ac.id, mayangwulan@helvetia.ac.id, utarydwilistarini@helvetia.ac.id

ABSTRAK

Masalah Gizi anak usia dini mempunyai dampak pada kelambatan pertumbuhan dan perkembangan yang sulit disembuhkan. Oleh karena itu anak yang memiliki masalah gizi memiliki kemampuan yang terbatas untuk belajar dan bekerja dan bersikap dibandingkan dengan anak yang normal dan memiliki potensi cukup besar jika tumbuh menjadi dewasa yang kurang sehat. Masalah status gizi kurang atau stunting di Indonesia masih menjadi perhatian bagi pemerintah. Prevalensi gizi buruk dan gizi kurang, sebanyak 3,9% dengan gizi buruk dan 13,8% gizi kurang. Prevalensi terkait tinggi badan, terdapat 11,5% sangat pendek dan 19,3 % balita pendek. Kejadian status gizi kurang atau stunting di Puskesmas Amplas kota medan pada bulang agustus 2022 sebanyak 10 orang terjadi pada anak usia dini. Secara umum, jadwal pemberian makan pada anak usia dini sebanyak 3 kali makanan utama dan 2 kali makanan selingan, dengan memberikan makanan selingan berupa kudapan/jajanan atau snack sehat yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizinya. Kudapan anak ini bisa menggunakan bahan pangan lokal karena keterjangkauan harga serta ketersediaan bahan tersebut di lingkungan sekitar. PAUD Terpadu Aisyiyah Kecamatan Medan Amplas merupakan salah satu pusat pendidikan anak usia dini yang melaksanakan pembelajaran dengan cara edukatif dan menarik. Selain itu pelaksanaan monitoring dari petugas kesehatan mencakup berat badan, tinggi badan dan lingkaran kepala secara periodik setiap bulan sekali, akan tetapi pemeriksaan tersebut tidak diimbangi dengan pengetahuan ibu tentang penyebab status gizi kurang, dan makanan pendamping yang diberikan anak untuk meningkatkan status gizi anak menjadi baik. Untuk membantu Paud Aisyiyah dalam meningkatkan pengetahuan mengatasi pencegahan masalah gizi kurang pada anak usia dini perlu dilakukan sosialisasi tentang edukasi pemanfaatan makanan dari tepung biji nangka yang dijadikan biskuit. Pemanfaatan Biji nangka merupakan bahan non-ekonomis dan sebagai limbah buangan konsumen nangka. Berdasarkan uraian di atas, permasalahan yang dapat dirumuskan antara lain bagaimana meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki anak usia dini di PAUD Aisyiyah di Medan Amplas tentang pencegahan masalah gizi dan memanfaatkan Biji buah nangka yang dijadikan biskuit sebagai kudapan. Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ibu-ibu yang memiliki anak usia dini. Tujuan kegiatan ini adalah agar ibu yang memiliki anak usia dini mengetahui pencegahan masalah gizi, mengetahui kandungan biji buah nangka untuk mencegah masalah gizi dan dapat memanfaatkan biskuit biji buah nangka untuk mencegah masalah gizi pada anak. Metode pelaksanaan pengabdian yang dilakukan pada tanggal 6 Januari 2023 meliputi menyampaikan materi pengabdian, praktik langsung (learning by doing) pembuatan biskuit dari tepung biji nangka, dan melakukan pendampingan.

KATAKUNCI : Homemade, Ibu, Biskuit, Gizi, Anak usia dini

ABSTRACT

Early childhood nutritional problems have an impact on growth and development delays that are difficult to cure. Therefore children who have nutritional problems have limited abilities to

learn and work and behave compared to normal children and have quite a large potential if they grow into adults who are less healthy. The problem of undernutrition or stunting in Indonesia is still a concern for the government. The prevalence of malnutrition and undernutrition, as much as 3.9% with malnutrition and 13.8% with undernutrition. The prevalence is related to height, there are 11.5% very short and 19.3% short toddlers. The incidence of undernutrition or stunting at the Amplas Health Center in Medan city in August 2022 was 10 people occurring in early childhood. In general, the feeding schedule for early childhood is 3 main meals and 2 side dishes, by providing side dishes in the form of snacks/snacks or healthy snacks that can help meet their nutritional needs. These children's snacks can use local food ingredients because of the affordability of prices and the availability of these ingredients in the surrounding environment. Aisyiyah Integrated PAUD Medan Amplas District is one of the early childhood education centers that carries out learning in an educative and interesting way. In addition, the implementation of monitoring from health workers includes body weight, height and head circumference periodically once a month, but this examination is not balanced with the mother's knowledge about the causes of undernutrition, and complementary food given to children to improve the child's nutritional status to be good To help Aisyiyah Early Childhood Education in increasing knowledge of overcoming the problem of malnutrition in early childhood, it is necessary to socialize education about the use of food from jackfruit seed flour to make biscuits. Utilization Jackfruit seed is a non-economic material and as a waste product for jackfruit consumers. Based on the description above, the problems that can be formulated include how to increase the knowledge of mothers who have early childhood at PAUD Aisyiyah in Medan Amplas about preventing nutritional problems and using jackfruit seeds to make biscuits as a snack. The target of this community service activity is mothers who have early childhood. The purpose of this activity is for mothers with young children to know how to prevent nutritional problems, know the content of jackfruit seeds to prevent nutritional problems and can use jackfruit seed biscuits to prevent nutritional problems in children. The method of implementing the community service which was carried out on January 6, 2023 included delivering community service materials, direct practice (learning by doing) making biscuits from jackfruit seed flour, and providing assistance.

Keywords: Homemade , Mother, Biscuits , Nutrition, Early childhood

LATAR BELAKANG PENGABDIAN

Masalah Gizi pada anak mempunyai dampak pada kelambatan pertumbuhan dan perkembangan yang sulit disembuhkan. Oleh karena itu anak yang bergizi kurang tersebut kemampuannya untuk belajar dan bekerja dan bersikap akan lebih terbatas dibandingkan dengan anak yang normal dan memiliki potensi cukup besar jika tumbuh menjadi dewasa yang kurang sehat. Keadaan gizi kurang dinyatakan sebagai penyebab tewasnya 3,5 Juta anak dibawah usia lima tahun (Balita) di dunia. (Lia Fentia, 2020).

Indonesia adalah negara berkembang yang memiliki permasalahan yang kompleks terutama dalam masalah gizi. Masalah gizi di Indonesiadi dominasi oleh kekurangan energi protein (KEK), Anemia, gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY), kurang vitamin A(KVA), dan Obesitas . Faktor gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas sumber daya manusia. Status gizi yang baik akan menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas , sehat cerdas, dan produktif. Status gizi yang kurang atau buruk akan berpengaruh pada pertumbuhan, perkembangan, kecerdasan serta dapat menimbulkan penyakit lainnya.(Angkasa et al., 2020)

Persoalan gizi yang terjadi pada anak usia dini atau Balita yaitu masalah gizi kurang, gizi buruk dan stunting masih menjadi perhatian bagi pemerintah. (La Ode Alifariki, 2020). Masalah Balita kurus di Indonesia merupakan masalah kesehatan

masyarakat yang masuk dalam kategori akut. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar, menyatakan prevalensi gizi buruk dan gizi kurang pada Balita, sebanyak 3,9% Balita dengan gizi buruk dan 13,8% gizi kurang. Masalah Balita pendek di Indonesia merupakan masalah kesehatan masyarakat masuk dalam kategori kronis. Prevalensi Balita terkait tinggi badan, terdapat 11,5% balita sangat pendek dan 19,3 % balita pendek. Gizi buruk adalah keadaan yang ditandai dengan berat badan menurut tinggi badan atau panjang badan < 70% dari median atau nilai Z - score < -3SD dengan atau tanpa adanya edema. (Monika et al., 2021)

Kurangnya asupan gizi mengakibatkan infeksi sehingga mendorong tinggi angka kejadian stunting. Pada tahun 2012, the World Health Assembly Resolution 65.6 mengesahkan rencana implementasi Komprehensif pada ibu, gizi bayi dan anak (1), yang menetapkan enam target gizi global untuk tahun 2025 (2). Ringkasan kebijakan ini mencakup: target pertama: penurunan 40% jumlah balita yang stunting. Tujuan dari ringkasan kebijakan ini adalah untuk meningkatkan perhatian, investasi, dan tindakan untuk serangkaian intervensi dan kebijakan hemat biaya yang dapat membantu Negara-negara Anggota dan mitranya dalam mengurangi tingkat stunting di antara anak-anak berusia di bawah 5 Tahun. (Organization, 2014),

Menurut United Nation Children's Fund (UNICEF) di ASIA anak stunting sebanyak 56%. Hingga kini di Indonesia pun masih banyak masyarakat yang tumbuh kembangnya mengalami permasalahan. Terdapat setidaknya 24 negara asia afrika terjadi stunting. Sedangkan Indonesia sendiri menduduki urutan nomor 5 di Asia Selatan (38%). (Unicef, 2014).

Prevalensi stunting di Indonesia pada pemantauan status gizi (PSG) 2017 yakni stunting cukup tinggi yakni 29,6% lebih dari standar World Health Organization (WHO) yaitu 20%. Pada tahun 2019 di benua Amerika utara-selatan, Afrika dan Asia merupakan tiga tempat angka kejadian stunting tertinggi di dunia. Pada tahun 2019, prevalensi sebesar 21,3% atau sekitar 140 juta anak umur di bawah 5 tahun terjadi stunting. Indonesia dikategorikan angka stunting sangat tinggi tahun 2019 lebih dari 30%. (Organization, 2014)

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Amplas kelurahan Harjosari kecamatan medan amplas terdapat 706 ibu dari balita yang terdata dalam data pencatatan antropometri pencatatan dan pelaporan gizi berbasis masyarakat (ePBGGM) Tahun 2020 yang sudah dikumpulkan oleh Tenaga Petugas Gizi UPT Puskesmas Amplas kecamatan Amplas Kota Medan. Terdapat ukuran tinggi badan balita normal hingga stunting berjumlah 9 balita berjenis laki-laki maupun perempuan. Faktor resiko penyebabnya adalah usia ibu, riwayat pendidikan ibu, tinggi badan ibu, riwayat kehamilan, riwayat pemberian ASI eksklusif, pengetahuan ibu, status ekonomi, pola asuh dan asupan gizi berhubungan dengan masalah gizi sampai seperti kejadian stunting pada balita. (Sanjaya & Ayu, 2022)

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak usia dini adalah dengan memberikan makanan tambahan berupa kudapan/jajanan atau snack sehat yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizinya. Kudapan ini bisa menggunakan bahan pangan lokal karena keterjangkauan harga serta ketersediaan bahan tersebut di lingkungan sekitar rumah tangga. Bahan pangan lokal yang berpotensi menjadi bahan makanan kudapan untuk anak usia dini yaitu dari biji buah nangka. Biji nangka mengandung karbohidrat yang cukup tinggi dan potensial untuk diolah menjadi produk pangan. (Rahman, 2018)

Penelitian dilakukan di Laboratorium Pengolahan Pangan Jurusan Agrobisnis Politeknik Negeri Sambas. Pengujian proksimat dilakukan di Laboratorium Teknologi Pengolahan Hasil Pertanian di Universitas Gadjah Mada. Penelitian ini dilakukan

selama 6 bulan. Pada penelitian ini, produk yang akan diuji adalah biskuit limbah biji nangka dengan fortifikasi Fe. Kandungan nutrisi yang dianalisis meliputi kadar air, kadar abu, protein, lemak, dan serat kasar. Berikut ini adalah hasil analisis proksimat. Berdasarkan hasil pengujian proksimat di atas, diketahui bahwa, hasil rerata kadar air biskuit limbah biji nangka adalah 2,6154 %. Apabila data pengujian proksimat ini disandingkan dengan SNI 2973 : 2011, maka kadar air pada biskuit limbah biji nangka tergolong aman. Rerata uji protein pada produk cemilan biskuit limbah biji nangka dengan fortifikasi Fe adalah 4,4526 %. Hasil uji ini mendekati dengan yang disyaratkan SNI. SNI 2973 : 2011 mengatakan bahwa protein untuk produk biskuit minimal 5. Nilai kadar karbohidrat untuk produk biskuit berbahan baku limbah nangka adalah karbohidrat (% bb) = 73, 9139 % bb dan nilai kadar karbohidrat (% bk) adalah 75,8999 % bk. Kadar air dihitung menggunakan metode termogravimetri, yaitu mengeringkan bahan dengan oven hingga berat kering bahan konstan. Pada umumnya, lama pengovenan adalah 4-5 jam dengan suhu 105⁰ C. menurut hasil pengujian, kadar air produk < 4%. Hal ini mengindikasikan bahwa produk mempunyai kecenderungan umur simpanannya panjang, sehingga cocok sebagai cemilan sehat. (Asta, 2021)

Pemanfaatan biji nangka menjadi tepung merupakan pengolahan produk setengah jadi, serta upaya memperpanjang daya simpan produk dari hasil panen sehingga dapat menguntungkan, misalnya aman dalam distribusi, hemat ruang dan biaya penyimpanan. Pengolahan tepung adalah salah satu cara alternatif produk setengah jadi karena mudah dibentuk, daya simpan lebih lama, kaya akan zat gizi, dan praktis. Komponen kimia setiap biji nangka per 100 gram mengandung Kalori 165, Protein 4,2, lemak 0,1, Karbohidrat 36,7, kalsium 33, besi 200 mg, Fosfor 1 mg, Vitamin A) 0 S1, Vitamin B1 0,2, Vitamin C 10, Air 57,7. (Sari, 2012)

Sesuai dengan penelitian yang berjudul Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro terhadap Kejadian Stunting pada Balita, hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara asupan energi, zat gizi makro (energi, protein, lemak, karbohidrat) dan zink dengan kejadian stunting pada balita. (Ayuningtyas et al., 2018). Penelitian lain juga mengatakan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan. yaitu asupan energi, berat badan lahir, tingkat pendidikan ibu, tingkat pendapatan keluarga, pola asuh dan keragaman pangan. (Nugroho et al., 2021). Kemudian penelitian lain jg mengatakan Ada hubungan yang signifikan antara asupan seng ($p=0.000$), asupan zat besi ($p=0.007$) dan kejadian stunting. (Silaban et al., 2022).

Berdasarkan hasil observasi di lapangan, terdapat kasus stunting di bulan Agustus Tahun 2022 sebanyak 10 anak yang mengalami masalah gizi dengan stunting di puskesmas Amplas, Kecamatan Medan Amplas. Pada saat survei awal dilakukan di PAUD Terpadu AIYIYAH Kec. Medan Amplas pada tanggal 10 Oktober 2022, didapatkan bahwa ada 60 anak usia dini yang belajar di PAUD tersebut, ditemukan Status gizi balita berdasarkan BB/TB diketahui ada 4 orang yang masuk kategori sangat kurus, Berdasarkan TB/U diketahui ada 3 orang yang masuk dalam kategori pendek, berdasarkan BB/U ada 1 orang yang termasuk dalam batasan nilai rata-rata termasuk kategori status gizi kurang. Rata-rata pendidikan ibu yang memiliki anak usia dini adalah SMA, penghasilan keluarga rata-rata < Rp 2500.000, penyakit yang pernah diderita anak adalah ISPA, diare, batuk, dan penyakit lainnya. Kemudian melakukan wawancara kepada ibu yang memiliki anak usia dini di PAUD Terpadu Aisyiyah Kecamatan Medan Amplas sebagian besar orangtua belum mengetahui tentang masalah gizi dengan stunting dan pengaruh gizi terhadap tumbuh kembang anaknya serta makanan selingan yang bisa dikonsumsi yang mengandung nutrisi

yang seimbang dan diperlukan untuk masa pertumbuhannya sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi. Pada hasil wawancara juga diketahui bahwa petugas kesehatan belum pernah mensosialisasikan terkait pemberian makanan pada anak yang terbuat dari tepung biji nangka. Hasil wawancara kepada ibu yang memiliki anak juga mengatakan pada saat melakukan penimbangan dan pengukuran antropometri, petugas kesehatan hanya mencatat berat badan, panjang badan dan usia bayi di buku kunjungan sertapengukuran panjang badan masih menggunakan meteran, tidak memberitahu makanan yang lebih ekonomis dikonsumsi untuk mencegah masalah gizi.

Keterbatasan Tenaga Kesehatan dan beban kerja yang mereka lakukan tidak sepadan dengan luas wilayah kerja di Medan Amplas, sehingga cakupan layanan kesehatan tidak memadai. Salah satu strategi pengembangan kemitraan adalah cara yang efektif untuk memecahkan masalah gizi pada anak. Bukan hanya pemerintah yang perlu mengatasi masalah ini untuk bertindak, tetapi masyarakat juga perlu sadar dan bertindak untuk menyelesaikan masalah ini. Mengidentifikasi dan mencegah stunting membutuhkan kolaborasi multi-stakeholder, terutama dalam hal gizi dan kesehatan anak

PAUD Aisyiyah merupakan salah satu pusat Pendidikan Anak Usia Dini yang berada di daerah Medan Amplas. Mengacu pada informasi dari puskesmas Amplas kelurahan Harjosari masih ditemukan kejadian stunting, sehingga perlu dilakukan program kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi kepada ibu yang memiliki anak usia dini yang belajar di PAUD Aisyiyah, sebagai upaya menghindari masalah gizi. Sesuai dengan hasil penelitian yang pernah saya lakukan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan status gizi anak usia dini/balita. (Listiarini et al., 2022)

Permasalahan yang dihadapi ibu yang memiliki anak usia dini di PAUD Aisyiyah tidak mengetahui tentang pencegahan masalah gizi dan tidak mengetahui makanan tambahan yang dapat mencegah masalah gizi pada anak. Hal ini menjadi perhatian khusus karena permasalahan terhadap gizi akan berdampak terhadap tumbuh kembang anak. Untuk membantu PAUD Aisyiyah dalam meningkatkan pengetahuan mengenai masalah gizi dan untuk menjamin tumbuh kembang yang optimal, maka perlu dilakukan upaya perbaikan. Salah satu upaya peningkatan pengetahuan untuk merubah perilaku pemberian makan pada anak yaitu dengan memberikan edukasi tentang penanganan masalah gizi dan makanan untuk mencegah stunting yang sangat diperlukan bagi ibu untuk bisa diterapkan pada anaknya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dibuatlah kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi pada ibu tentang pemanfaatan biskuit dari tepung biji nangka untuk mengatasi masalah gizi pada anak usia dini

METODE PENGABDIAN

Metode Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dibuat dengan menggunakan beberapa tahapan kegiatan, tahapan kegiatan ini dibuat untuk membantu mempermudah pada saat pelaksanaan kegiatan, semua kegiatan merupakan tahapan berurut dari semua kegiatan pengabdian yang dilaksanakan. Lokasi kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di PAUD terpadu Aisyiyah Kecamatan Medan Amplas di tempuh selama 40 menit.

Adapun metode pelaksanaan sebagaimana berikut:

Tahapan kegiatan secara ringkas, diawali dengan melakukan observasi lokasi dan studi lapangan, hal ini dilakukan untuk melihat kondisi dari tempat yang akan

dijadikan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tahap ini perlu dilakukan untuk melihat kesiapan khalayak sasaran dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pada saat survei awal dilakukan di PAUD Terpadu AIYIYAH Kec. Medan Amplas pada tanggal 10 Oktober 2022, didapatkan bahwa ada 40 anak usia dini yang belajar di PAUD tersebut, ditemukan Status gizi balita berdasarkan BB/TB diketahui ada 4 orang yang masuk kategori sangat kurus, Berdasarkan TB/U diketahui ada 3 orang yang masuk dalam kategori pendek, berdasarkan BB/U ada 1 orang yang termasuk dalam batasan nilai rata-rata termasuk kategori status gizi kurang. Rata-rata pendidikan ibu yang memiliki anak usia dini adalah SMA, penghasilan keluarga rata-rata < Rp 2500.000, penyakit yang pernah diderita anak adalah ISPA, diare, batuk, dan penyakit lainnya.

Tahap kedua adalah melakukan pemetaan terhadap permasalahan yang ada di khalayak sasaran, sekaligus mencari alternatif dari pemecahan masalah yang paling memungkinkan untuk dapat menghasilkan solusi yang terbaik. Solusi yang terbaik sesuai dengan masalah adalah memberikan edukasi kepada ibu yang memiliki anak usia dini tentang masalah gizi, cara membuat homemade healthy food seperti biskuit dari tepung biji nangka, mendampingi ibu cara membuat biji nangka, dan melakukan observasi setelah memberikan biskuit biji nangka.

Tahap ketiga adalah melakukan penentuan materi yang akan dijadikan bahan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian yaitu diawali dengan memberikan edukasi terkait gizi sehat kepada ibu yang memiliki anak usia dini, guru dan pengelola PAUD. Setelah pemahaman terhadap pemenuhan gizi sehat tercapai, kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan berupa cara membuat tepung biji nangka yang dijadikan biskuit sebagai makanan tambahan untuk anak.

Tahap terakhir adalah melakukan pelaporan dengan melihat target luaran yang telah dicapai, sekaligus melakukan evaluasi terhadap kegiatan Metode Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat bisa dilihat dalam bentuk tabel:

1. Tim Pelaksana Pengabdian Masyarakat dan Tupoksi

No	Peran Dalam Tim	Kegiatan	Dosen/Mahasiswa
1	Indah Dewi Sari., SST., M.Kes Penanggung Jawab	Memastikan Kegiatan PKM dapat berjalan dengan baik yaitu dengan berkoordinasi dengan Mitra, anggota Dosen dan Mahasiswa	Dosen
2	Mayang Wulan., SST., M.Kes Utari Dwi Listiarni., SST., M.Kes Anggota 1 dan 2 Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat	Berkoordinasi dengan Ketua terkait rundown kegiatan PKM, melakukan pembagian tugas mahasiswa dan menyiapkan hal-hal yang diperlukan saat kegiatan berlangsung	Dosen
3	Bella Nurhasana Umi Istiqomah	Membantu pelaksanaan PKM, dengan sosialisasi saat kegiatan dan menjelaskan dengan baik pertanyaan yang diajukan oleh ibu-ibu saat penyuluhan berlangsung.	Mahasiswa

2. Tugas Pokok Tim Pengabdian Masyarakat

No	Kegiatan	Program	Jam Kegiatan	Pemateri
1	Minggu Pertama	Memberi Surat izin PKM kepada Pemilik PAUD Aisyiyah Medan Amplas	09.00-10.00	Ketua Yayasan PAUD Aisyiyah
2	Minggu Kedua	Mengundang ibu ibu yang memiliki Anak usia dini yang belajar di PAUD Aisyiyah	09.00-10.00	Guru-guru Paud Bella Nurhasana Umi Istiqomah
3	Minggu Ketiga	Mengumpulkan ibu ibu yang memiliki anak usia dini membicarakan jadwal pelaksanaan PKM	08.00-10.00	Ketua PKM memberikan penyuluhan dan dibantu Seluruh Tim Pelaksana
4	Minggu Keempat	Melakukan Penyuluhan kepada ibu ibu yang memiliki anak usia dini dan memberikan Biskuit dari Tepung Biji Nangka dan mempraktekkan cara pembuatan biskuit biji Nangka Pembuatan Hasil Laporan kegiatan PKM	09.00-13.00	Seluruh Tim Pelaksana
5	Minggu Kelima	Mengumpulkan hasil laporan setelah pengabdian masyarakat seperti: pentingnya edukasi yang diberikan dan kondisi anak setelah mengkonsumsi biskuit dari tepung biji nangka	08.00-10.00	Seluruh Tim Pelaksana

HASIL DAN PEMBAHASAN PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Jum'at, 6 Januari di Paud Aisyiyah Bustanul Athfal – 27Kec. Medan Amplas. Peserta yang hadir merupakan ibu yang memiliki anak usia dini dan bersekolah di Paud tempat

penyuluhan dilakukan. Dihadiri oleh ibu-ibu berjumlah kurang lebih 25 orang.. Pelaksanaan kegiatan dimulai pukul 9.30 WIB. Pembukaan dilakukan oleh ibu Herawati Yusni., S.Pd selaku kepala Sekolah Paud Aisyiyah Bustanul Athfal-27, dengan memperkenalkan kami satu pesatu, dan tujuan kami memberikan edukasi di Paud Aisyiyah Bustanul Athfal-27 tersebut.

Kegiatan selanjutnya, sebelum presentasi saya membagikan leaflet kepada ibu yang memiliki anak usia dini sebagai sasaran pemberian edukasi saya, kemudian saya memberikan materi tentang EDUKASI “Homemade Healthy Food” Pada Ibu Tentang Pemanfaatan Biskuit Dari Tepung Biji Nangka Untuk Mengatasi Masalah Gizi Pada Anak Usia Dini dimulai dari pengetahuan ibu yang memiliki anak untuk mencegah dan mengatasi masalah gizi pada anaknya, karena Masalah Gizi anak usia dini mempunyai dampak pada kelambatan pertumbuhan dan perkembangan yang sulit disembuhkan. Oleh karena itu anak yang memiliki masalah gizi memiliki kemampuan yang terbatas untuk belajar dan bekerja dan bersikap dibandingkan dengan anak yang normal dan memiliki potensi cukup besar jika tumbuh menjadi dewasa yang kurang sehat. Saya melihat respon ibu yang memiliki anak usia dini pada saat presentasi, mereka sangat antusias mendengarkan pentingnya materi yang saya berikan, dapat dilihat dari cara mereka memberikan pertanyaan dan jawaban saya berikan

Kemudian saya memberitahu bahwa masalah status gizi kurang atau stunting di Indonesia masih menjadi perhatian bagi pemerintah. Prevalensi gizi buruk dan gizi kurang, sebanyak 3,9% dengan gizi buruk dan 13,8% gizi kurang. Prevalensi terkait tinggi badan, terdapat 11,5% sangat pendek dan 19,3% balita pendek. Pola makanan seimbang yang terdiri atas sumber karbohidrat, protein, vitamin dan mineral serta air. Secara umum, jadwal pemberian makan pada anak usia dini sebanyak 3 kali makanan utama dan 2 kali makanan selingan, dengan memberikan makanan selingan berupa kudapan/jajanan atau snack sehat yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizinya. Kudapan anak ini bisa menggunakan bahan pangan lokal karena keterjangkauan harga serta ketersediaan bahan tersebut di lingkungan sekitar. Untuk membantu ibu-ibu yang ada di Paud Aisyiyah dalam meningkatkan pengetahuan mengatasi pencegahan masalah gizi kurang pada anak usia dini perlu dilakukan sosialisasi tentang edukasi tentang pemanfaatan makanan tambahan dengan tepung biji nangka yang dijadikan biskuit sebagai kudapan sehat. Pemanfaatan Biji nangka masih merupakan bahan non-ekonomis dan sebagai limbah buangan konsumen nangka. Komponen kimia setiap biji nangka per 100 gram mengandung Kalori 165, Protein 4,2, lemak 0,1, Karbohidrat 36,7, kalsium 33, besi 200 mg, Fosfor 1 mg, Vitamin A) 0 S1, Vitamin B1 0,2, Vitamin C 10, Air 57,7.

Selanjutnya saya memberitahu cara pembuatan tepung dari biji buah nangka dimulai dari beberapa Kg biji nangka (dibersihkan menggunakan air mengalir), Direndam selama 12 jam (untuk menghilangkan getah), Oven dengan suhu 500 C selama 4 jam, Tiriskan dan iris tipis (3mm) biji nangka, Haluskan (tepung) dengan mesh 100. Untuk Pembuatan biskuit. (Asta, 2021).

Bahan : 1. Kacang tanah sangrai : 500 gr 2. Kuning telur : 4 butir 3. Tepung terigu protein rendah : 200 gr 4. Tepung biji nangka : 250 gr 5. Margarin : 30 gr, 6. Coklat bubuk : 25 gr/secukupnya, Gula : Secukupnya

Langkah-langkah : 1. Mencampur tepung terigu, gula, margarin, tepung biji nangka, coklat, kuning telur dan tablet Fe sampai merata 2. Memasukan kacang sangrai yang sudah di tumbuk kasar, mengaduk secara rata dan membulatkan adonan kecil-kecil (diameter 4 cm) 3. Memipihkan adonan biskuit dan menyusun di loyang 4. Oven di suhu 1200 c selama 30 menit.



Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tentang Edukasi “Homemade Healthy Food” Pada Ibu Tentang Pemanfaatan Biskuit Dari Tepung Biji Nangka Untuk Mengatasi Masalah Gizi Pada Anak Usia Dini Di Paud Terpadu Aisyiyah Bustanul Athfal-27. Kec. Medan Amplas dilaksanakan dengan harapan dapat memberikan manfaat, khususnya kepada ibu-ibu yang memiliki anak usia dini. Adapun manfaat kegiatan PKM ini antara lain sebagai berikut:

- a. Meningkatkan Pengetahuan ibu tentang pencegahan masalah gizi pada anak usia dini
- b. Meningkatkan keterampilan dan pemahaman pengelolaan bahan makanan seperti kudapan dari bahan pangan lokal karena keterjangkauan harga serta ketersediaan bahan tersebut di lingkungan sekitar.
- c. Selain sebagai pendampingan (asistensi), kegiatan PKM ini menjadi forum untuk berdiskusi dan bertukar pikiran tentang pencegahan dan masalah gizi pada anak
- d. Meningkatkan peran dan tanggung jawab khususnya Petugas Kesehatan untuk memberikan pendidikan kesehatan khususnya tentang pentingnya gizi untuk menurunkan angka kejadian stunting pada anak.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan dosen yang ada di lingkungan Institut Kesehatan Helvetia yang melibatkan Tim dosen dan mahasiswa sesuai dengan mahasiswa yang ditunjuk. Program pengabdian masyarakat tentang Edukasi Homemade Healthy Food Pada Ibu Tentang Pemanfaatan Biskuit Dari Tepung Biji Nangka Untuk Mengatasi Masalah Gizi Pada Anak Usia Dini Di Paud Terpadu Aisyiyah Bustanul Athfal-27. Kec. Medan Amplas dilaksanakan tanggal 6 Januari 2023 berjalan dengan lancar sesuai dengan harapan kami.

Hasil Kegiatan yang telah kami laksanakan adalah sebagai berikut :

- a. Kegiatan pengabdian masyarakat ini meningkatkan pengetahuan seluruh ibu yang ada di Paud Terpadu Aisyiyah Bustanul Athfal-27 tentang masalah gizi/stunting pada anak usia dini dan dampak yang diakibatkan apabila anak

- mengalami masalah gizi.
- b. Kegiatan pengabdian masyarakat ini meningkatkan keterampilan seluruh ibu yang mengikuti edukasi pembuatan homemade healthy food dari tepung biji nangka yang dijadikan kudapan sehat dari pangan lokal untuk mencegah dan mengatsi masalah gizi pada anak
 - c. Seluruh Ibu, Kepala sekolah dan Guru-guru Paud, petugas kesehatan menjadi sasaran pengabdian masyarakat mengapresiasi kegiatan ini dan sangat berterima kasih karena memperoleh materi yang bermanfaat untuk menurunkan angka kejadian masalah status gizi di Indonesia yang masih menjadi perhatian bagi pemerintah

DAFTAR PUSTAKA

- Angkasa, D., Sitoayu, L., & Dewanti, L. P. (2020). *Buku studi kasus program gizi masyarakat*.
- Asta, H. (2021). Kadar karbohidrat: fortifikasi fe pada biskuit limbah biji nangka sebagai cemilan fungsional bagi penderita stunting. *Agrofood*, 3(2), 28–35.
- Ayuningtyas, A., Simbolon, D., & Rizal, A. (2018). Asupan zat gizi makro dan mikro terhadap kejadian stunting pada balita. *Jurnal Kesehatan*, 9(3), 445–450.
- La Ode Alifariki, S. K. (2020). *Gizi Anak dan Stunting*. Penerbit LeutikaPrio.
- Lia Fentia, S. S. T. (2020). *FAKTOR RISIKO GIZI KURANG PADA ANAK USIA 1-5 TAHUN DARI KELUARGA MISKIN*. Penerbit NEM.
- Listiarini, U. D., Sari, I. D., & Sutiah, S. (2022). KAJIAN POLA ASUH DAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF DENGAN STATUS GIZI BALITA. *Jurnal Gentle Birth*, 5(2), 59–62.
- Monika, A., Simbolon, D., & Wahyu, T. (2021). Hubungan Cakupan Imunisasi Dasar dan ASI Eksklusif dengan Status Gizi Balita di Indonesia (Analisis Data Riskeddas 2018). *Journal of Nutrition College*, 10(4), 335–342.
- Nugroho, M. R., Sasongko, R. N., & Kristiawan, M. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 2269–2276.
- Organization, W. H. (2014). *Global nutrition targets 2025: Stunting policy brief*. World Health Organization.
- Rahman, S. (2018). *Teknologi Pengolahan Tepung dan Pati Biji-Bijian Berbasis Tanaman Kayu*. Deepublish.
- Sanjaya, I. T. I., & Ayu, M. S. (2022). FAKTOR-FAKTOR RISIKO YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN STUNTING DI PUSKESMAS AMPLAS KELURAHAN HARJOSARI 1 KECAMATAN AMPLAS KOTA MEDAN TAHUN 2020. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 21(2), 152–160.
- Sari, K. T. P. (2012). Pemanfaatan Tepung Biji Nangka (*Artocarpus heterophyllus* lamk) sebagai Substitusi dalam Pembuatan Kudapan Bahan Dasar Tepung untuk PMT Balita. *Skripsi, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Semarang*.
- Silaban, T. D. S., Rahmadhani, S. P., & Sugiman, T. (2022). Perbedaan Tingkat Kecukupan Vitamin A, Zat Besi, dan Zink pada Balita Stunting dan Non Stunting di Kabupaten Banyuasin. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 11(1), 39–44.
- Unicef. (2014). *The state of the world's children 2014 in numbers: every child counts*. New York: UNICEF, 3.