

## Local Shrimp Commodity as an Alternative Supplementary Food Ingredients for Stunting-Free Generation

Dewi Setya Paramitha<sup>1</sup>, Muhammad Sabran<sup>2</sup>, Muhammad Afif Rahman<sup>3</sup>, Raudhatuz Zahra<sup>2</sup>, Radha Rizkita Isnaini<sup>2</sup>, Nurma<sup>2</sup>, Salsabilla Zulfa<sup>2</sup>, Amalia Solehah<sup>2</sup>, Uswatun Hasanah<sup>2</sup>, Hikmah<sup>3</sup>, Mardiah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

<sup>2</sup>Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

<sup>2</sup>Program Studi S1 Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin

Email: dsp@umbjm.ac.id

### ABSTRACT

Stunting is still a growth issue that affects toddlers and is defined by growth that differs from normal. Socioeconomic variables, a mother's diet during pregnancy, and a child or toddler's malnutrition may impact this. Natural resources exist throughout Indonesia's large territory and can be used to supply the nation's population's nutritional requirements. Shrimp is one of Indonesia's marine products. Shrimp have active ingredients that are good for humans. These active substances are crucial for preserving the human body's growth, development, and health. We can utilize shrimp as the main component in dishes that are high in nutrients. Stunting must be prevented and stopped by teaching mothers how to process food. Mothers get the chance to cook healthy extras using ingredients that are available locally. In Simpang Warga Dalam Village, community service was used to complete this project. The technique used is an example of processing shrimp dim sum as a substitute for processed food. The findings demonstrate that the mothers played an active part in the training and were knowledgeable about how to prepare shrimp dim sum. It is believed that if this initiative continues, moms will be able to feed their toddlers healthily at home on their own.

**Keywords :** alternative supplementary food, community service, malnutrition, stunting.

### PENDAHULUAN

Hasil survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 yang dilaksanakan Kementerian Kesehatan, angka prevalensi stunting di Indonesia pada 2021 sebesar 24,4%, atau menurun 6,4% dari angka 30,8% pada 2018 dan menunjukkan prevalensi Balita stunting di Indonesia masih tinggi di atas batasan yang ditetapkan WHO (20%) (Ilmi, 2023). Sementara di Kalimantan Selatan khususnya di Kabupaten Banjar, pada tahun 2022 kasus stunting di Kecamatan Aluh-Aluh ini tertinggi se-Kabupaten Banjar yaitu 34%. Berdasarkan data sebesar 4% pernikahan dini berada di Kecamatan Aluh-Aluh. Angka prevalensi di atas kirasan 30% dinyatakan sebagai wilayah berstatus 'merah'.

Faktor gizi menjadi unsur kunci dalam pemahaman stunting. Kekurangan nutrisi, terutama pada aspek protein, vitamin, dan mineral esensial, dapat menghambat proses pertumbuhan anak secara keseluruhan. Peran pemerintah dari pusat hingga desa yang bekerja sama dan berkolaborasi antar sektor yang membuat keadaan stunting di Indonesia kian menurun setiap tahunnya dan suatu keberhasilan pemerintah dalam mengelola serta mengedukasi masyarakat Indonesia akan bahaya stunting dan kurang gizi (Ramadhan & Ahmad, 2024).

Fakta bahwa Indonesia adalah negara maritim, wilayahnya yang didominasi oleh lautan sangat memungkinkan untuk memaksimalkan potensinya karena kandungan sumber daya alamnya. Ikan, kerang-kerangan, rumput laut, hutan bakau, crustacean, decapoda, cumi-cumi, udang, dan banyak lagi biota hidup di perairan Indonesia. Udang adalah salah satu produk perikanan terbesar di Indonesia (Zulfikar, 2016).

Desa Simpang Warga Dalam adalah salah satu desa yang berada dibawah wilayah kerja Kecamatan Aluh-Aluh. Penduduk di daerah sini sebagian besar bekerja sebagai petani dan nelayan. Mengingat wilayah desa ini berada di tepian Sungai Barito. Desa-desa di daerah tepian Sungai Barito ini memiliki potensi yang besar sebagai salah satu daerah penghasil dan penyedia ikan di Kabupaten Banjar khususnya, dan di Provinsi Kalimantan Selatan pada umumnya. Selain ikan sebagai komoditas utama hasil laut, udang juga merupakan komoditas yang menyumbang pendapatan bagi penduduk di sana. Bahkan nelayan di sana sekali melaut mampu menangkap sampai lebih dari 100kg.

Makanan seperti udang sangat rentan terhadap kerusakan, jadi perawatan dan pengolahan yang tepat diperlukan untuk memperpanjang umur penyimpanan dan mempertahankan nutrisi. Hal ini dapat terjadi karena komposisinya seperti kandungan air yang tinggi dan kondisi lingkungan yang memungkinkan sebagai tempat pertumbuhan mikroba pembusuk. Udang balut tepung, bakso, sosis, siomay, dan nugget udang adalah beberapa produk diversifikasi olahan *M. monoceros* yang banyak dikembangkan (Nainggolan et al., 2022; Rinjani et al., 2018).

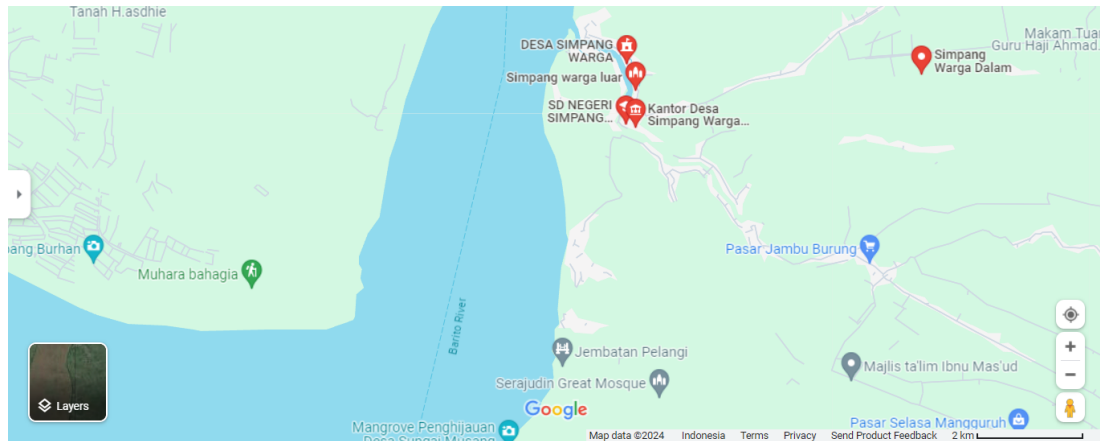
Udang adalah kelompok crustacea yang mengandung banyak senyawa aktif yang sangat penting bagi kesehatan manusia. Senyawa aktif yang ditemukan di udang termasuk omega-3, mineral, lemak, sitin, karotenoid (astaksantin), dan vitamin. Senyawa aktif ini memiliki kemampuan untuk melindungi tubuh dari penyakit dan memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Misalnya, astaksantin dan Omega-3, dua senyawa aktif yang sebagian besar ditemukan dalam udang, berfungsi sebagai antioksidan dan antiradikal bebas, dan sangat penting untuk ibu hamil dan bayi (Ngginak et al., 2013).

Kandungan merkuri udang rendah dibandingkan makanan laut lainnya, jadi aman untuk ibu hamil dan anak-anak. Udang memiliki banyak manfaat kesehatan karena banyaknya nutrisi di dalamnya. Mengingat Desa Simpang Warga Dalam kaya akan hasil udang, maka bahan makanan ini dapat menjadi sumber gizi balita. Hal ini sejalan dengan Kementerian Kesehatan yang meluncurkan Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal dalam upaya mencegah stunting pada anak. Selain itu, peluncuran Program PMT berbahan pangan lokal bertujuan untuk mendorong berbagai pihak di tingkat kabupaten/kota untuk berpartisipasi dalam penanggulangan stunting, termasuk perbaikan gizi ibu dan balita.

Oleh karena itu kondisi inilah yang melatarbelakangi civitas akademika Universitas Muhammadiyah Banjarmasin juga turut berperan serta dalam keterlibatan menurunkan angka stunting khususnya di Desa Simpang Warga Dalam, Aluh-Aluh, Kabupaten Banjar. Melalui program pengabdian kepada masyarakat dengan cara pendampingan kepada ibu-ibu desa untuk belajar mengolah makanan alternatif yang bergizi dari olahan udang lokal.

## **METODE**

Kegiatan dilakukan oleh tim pengabdian kepada Masyarakat dari Universitas Muhammadiyah Banjarmasin. Metode yang dilakukan adalah dengan demonstrasi pengolahan makanan. Waktu pelaksanaan dimulai Agustus s.d September 2023. Populasi kegiatan ini adalah komunitas ibu-ibu di Desa Simpang Warga Dalam, yang sebegini besarnya adalah rumah tangga. Beberapa ibu rumah tangga yang hadir dalam kegiatan tersebut juga berperan sebagai kader, baik kader Posyandu atau pun kader Tim Pendamping Keluarga (TPK). Desa ini berada di Kecamatan Aluh Aluh, Kabupaten Banjar, Provinsi Kalimantan Selatan, Indonesia. Wilayah ini berada di muara Sungai Barito yang merupakan sungai terbesar dan terpanjang di Kalimantan Selatan. Sungai ini bermuara ke Laut Jawa. Lokasi kegiatan dilaksanakan di tempat Posyandu di desa.



Gambar 1. Peta Desa Simpang Warga Dalam  
(Sumber: Google Maps. <https://maps.app.goo.gl/8WNWUA6yiBfqSEps6>)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan selenggarakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Muhammadiyah Banjarmasin sesuai dengan perencanaan yang telah disusun.

### Persiapan

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah melakukan survey awal. Meliputi observasi, wawancara dan studi dokumen. Observasi dilakukan untuk melihat gambaran pola kebiasaan konsumsi anak di desa, mengukur tinggi badan dan berat badan ideal anak serta aktifitas posyandu dalam perbaikan gizi anak di Desa Simpang Warga Dalam. Wawancara dilakukan kepada para ibu, kader dan ahli gizi di puskesmas. Wawancara dilakukan untuk mendapatkan informasi pola kebiasaan ibu dalam menyediakan menu makanan untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Studi dokumen dilakukan untuk mendapatkan data tentang jumlah keluarga yang berisiko stunting. Data-data yang didapat digunakan sebagai bahan untuk analisis dan menyusun program kerja.

### Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan yang dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat adalah dengan metode demonstrasi dengan pendekatan partisipatif. Kegiatan ini juga dilaksanakan ceramah interaktif, para peserta juga melakukan praktek langsung.

Pada kegiatan ini tim pengabdian memberikan demonstrasi pembuatan dimsum udang. Bahan-bahan yang diperlukan diantaranya 25 lembar kulit pangsit atau dimsum yang siap dipakai, 250gram udang yang telah dikupas dan telah dicincang. Daun bawang, 1 buah wortel yang sudah dipotong kecil-kecil, 4 sdm maizena. Air, garam, gula dan merica secukupnya.

Cara membuat, pertama, potong udang menjadi potongan kecil. Cincang daun bawang hingga halus. Kemudian, campurkan potongan udang dan daun bawang, lalu taburi dengan bumbu garam, gula pasir, dan merica. Uleni dengan tepung maizena. Setelah itu, ambil selembar kulit pangsit, campurkan campuran adonan di dalamnya. Kemudian, satukan ujung kulit pangsit dengan campuran. Kemudian kukus selama lima belas menit. Alternatif lain setelah dimsum dikukus juga bisa digoreng.



Gambar 2. Demonstrasi Pembuatan Alternatif Makanan Tambahan Dimsum Udang

Salah satu cara untuk menangani masalah gizi pada bayi dan ibu hamil adalah dengan PMT yang terbuat dari bahan pangan lokal. Dalam kegiatan ini ibu diajak untuk memanfaatkan bahan makanan lokal yaitu udang. Bahan pangan lokal ini sesuai dengan karakteristik, potensi dan sosial budaya setempat, harapannya ibu dapat melanjutkan pemberian PMT lokal secara mandiri. Selain itu dapat meningkatkan partisipasi dan pemberdayaan masyarakat serta memperkuat ketahanan keluarga (Rohmah et al., 2020). Penyampaian materi yang menarik ditunjukkan dengan antusiasme ibu dalam menyimak dan mempraktikkan pembuatan dimsum udang. Kegiatan pengandian yang dilakukan juga didukung sepenuhnya oleh pemerintah Desa Simpang Warga Dalam dan ibu-ibu kader, seperti yang ditunjukkan dengan adanya fasilitas seperti lokasi dan peralatan yang digunakan.

Kegiatan PMT harus dikombinasikan dengan edukasi gizi dan kesehatan untuk mengubah perilaku. Misalnya, mereka harus mendukung pemberian ASI, memberikan pelatihan dan konseling tentang pemberian makan, dan menjaga kebersihan keluarga. Secara berkelanjutan, kemandirian pangan dan gizi keluarga dapat ditingkatkan melalui kegiatan PMT berbahan pangan lokal. Keragaman hayati Indonesia terbesar ketiga di dunia. Hal ini menunjukkan bahwa ada banyak potensi untuk pemanfaatan pangan lokal, termasuk untuk menyediakan pangan keluarga, termasuk untuk meningkatkan gizi ibu hamil dan balita. Namun, berbagai macam bahan pangan yang tersedia belum dimanfaatkan sepenuhnya sebagai dasar Makanan Tambahan (MT).

Banyaknya manfaat udang menjadi pilihan sebagai bahan makanan untuk meningkatkan status gizi manusia Indonesia. Udang juga sebagai pilihan bahan dalam memodifikasi makanan olahan untuk mencegah stunting. Minimnya konsumsi bahan laut menjadi salah satu penyebab gizi buruk pada anak, padahal Indonesia sangat kaya hasil perikanan. Mengembangkan produk-produk yang menggunakan bahan laut sebagai bahan utama makanan adalah salah satu cara untuk meningkatkan konsumsi seafood di Indonesia.

### Evaluasi dan Tindak Lanjut

Masyarakat sangat berperan dalam mengurangi stunting. Mengetahui tentang nutrisi dan kesehatan, mendapatkan dukungan sosial, dan berpartisipasi aktif dalam program pencegahan stunting dapat membantu menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan anak. Kemungkinan anak mengalami stunting dapat dipengaruhi oleh peran keluarga. Stunting pada anak dapat dihindari dengan memberikan

pendampingan keluarga yang baik. Sektor pemerintah, swasta, dan masyarakat pada umumnya harus berkomitmen untuk mencegah dan menangani stunting.

## KESIMPULAN

Secara umum kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berlangsung dengan baik dan lancar. Kegiatan ini diharapkan memberikan dampak bagi penuntasan angka stunting khususnya di Desa Simpang Warga Dalam. Berbekal pengetahuan yang telah diperoleh dari demonstrasi, semoga masyarakat mampu menerapkannya. Dimsum udang sebagai alternatif menu makan tambahan bagi keluarga, khususnya untuk anak-anak. Mengingat udang adalah komoditas hasil laut yang mudah diperoleh di wilayah desa tersebut. Udang yang kaya akan gizi diharapkan dapat menjadi sumber nutrisi untuk mencegah stunting.

## PENGHARGAAN

Terima kasih kepada Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Provinsi Kalimantan Selatan yang bekerjasama dengan UM Banjarmasin dalam memberikan sponsor dana. Terima kasih kepada Perangkat Desa Simpang Warga Dalam yang telah memfalisitasi kegiatan pengabdian oleh tim pengabdian kepada masyarakat UM Banjarmasin dan kepada petugas Puskesmas Desa Aluh-Aluh yang telah berkontribusi mendukung kegiatan. Penghargaan tertinggi kami tujukan kepada seluruh warga Desa Simpang Warga Dalam, Kecamatan Aluh-Aluh Kabupaten Banjar, khususnya para ibu-ibu dan kader pendamping keluarga karena telah mendukung dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat sehingga memberikan dampak positif bagi pembangunan desa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ilmi, B. (2023). Analisis Strategi Penurunan Angka Stunting Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2021. *Jurnal Penelitian Progerssif*, 2(1). <https://doi.org/10.5281/zenodo.7650357>
- Nainggolan, F., Diachanty, S., Kusumaningrum, I., Irawan, I., & Zuraida, I. (2022). Karakteristik Fisikokimia dan Penerimaan Konsumen terhadap Nugget Udang dengan Penambahan Rumput Laut *Kappaphycus alvarezii*. *Jurnal Pascapanen Dan Bioteknologi Kelautan Dan Perikanan*, 17(1), 43. <https://doi.org/10.15578/jpbkp.v17i1.793>
- Ngginak, J., Semangun, H., Mangimbulude, J. C., & Rondonuwu, F. S. (2013). Komponen Senyawa Aktif pada Udang Serta Aplikasinya dalam Pangan. In *Juli-Desember* (Vol. 5, Issue 2).
- Ramadhan, D. A. P., & Ahmad, M. J. (2024). Pertanggungjawaban Negara Terhadap Permasalahan Anak Stunting Di Indonesia. *Civilia: Jurnal Kajian Hukum Dan Pendidikan Kewarganegaraan*, 3(1), 14–26. <http://jurnal.anfa.co.id/index.php/civilia/article/view/1650/1532>
- Rinjani, T., Hasibuan, B. E., & Susanti, A. I. (2018). Pemberdayaan ibu rumah tangga melalui penyuluhan tentang ikan dan Udang yang layak konsumsi untuk memenuhi gizi keluarga (Studi Kasus Di Rw 03 Desa Cipacing Kecamatan Jatiningor Kabupaten Sumedang). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2). <http://journal.unpad.ac.id/pkm/article/view/16555>
- Rohmah, F. N., Putriana, D., & Safitri, T. A. (2020). Berdayakan Masyarakat Cegah Stunting dengan Mengolah Bahan Pangan Potensi Lokal. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 3(2), 114–117. <https://doi.org/10.33292/mayadani.v3i2.97>
- Zulfikar, R. (2016). Cara Penanganan yang Baik Pengolahan Produk Hasil Perikanan Berupa Udang. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 5(2). <http://jatp.ift.or.id/index.php/jatp/article/view/168>