



## Partisipasi Masyarakat untuk Kesehatan Anak Berbasis *Local Wisdom* Melalui Rumah Gizi di Desa Kucur

Ika Anggraheni<sup>1</sup>, Yorita Febry Lismanda<sup>2</sup>

Universitas Islam Malang<sup>1,2</sup>

ika.anggraheni@unisma.ac.id<sup>1</sup>, yorita.febrly@unisma.ac.id<sup>2</sup>

### *Abstract*

*Nutrition is an important factor for child development. Parents' knowledge about nutrition plays a role in determining children's nutrition. Parents must determine balanced nutrition for their children. The balance of carbohydrates, protein, vitamins, and other nutrients can increase the child's immunity to disease. The community service team tries to carry out a service program regarding the imbalance between the potential available in an area with the ideal conditions of the community. Local wisdom in the form of corn, cassava, and peanut farming in Kucur Village has not been followed by public awareness about the maximum utilization of local wisdom. The service is carried out with the aim of making guardians of kindergarten students in Kucur Village able to process food that is of interest to children. The target of this program is parents of kindergarten / RA children in Kucur village. The method of implementing the program begins with inculturation, discovery, design, define, monev and reporting of results. As a result of this dedication, the parents have knowledge of their local wisdom so that they can be used to support children's health through nutritious food. Parents have the initiative and are passionate about getting nutritious food for their children*

**Keywords:** *local wisdom; kucur village; child nutrition.*

### **Abstrak**

Gizi menjadi faktor penting bagi tumbuh kembang anak. Pengetahuan orang tua tentang gizi berperan dalam menentukan gizi anak. Orang tua harus menentukan gizi yang seimbang untuk anak. Keseimbangan karbohidrat, protein, vitamin, dan nutrisi lainnya dapat menambah kekebalan tubuh anak terhadap penyakit. Tim pengabdian berusaha melakukan program pengabdian mengenai ketimpangan antara potensi yang tersedia di suatu daerah dengan kondisi ideal masyarakat. *Local wisdom* berupa hasil pertanian jagung, ubi kayu, dan kacang tanah di Desa Kucur yang melimpah belum diikuti dengan kesadaran masyarakat tentang pemanfaatan *local wisdom* secara maksimal. Pengabdian dilaksanakan bertujuan agar wali murid TK di Desa kucur mampu mengolah makanan yang diminati anak. Sasaran program ini adalah orang tua pada anak TK/RA di desa Kucur. Metode pelaksanaan program diawali dengan inkulturasi, *discovery*, *design*, *define*, monev dan pelaporan hasil. Hasil dari tim pengabdian ini orang tua memiliki pengetahuan tentang *local wisdom* yang dimiliki sehingga dapat dimanfaatkan untuk mendukung kesehatan anak melalui makanan bergizi. Orang tua memiliki inisiatif dan bersemangat dalam mengupayakan makanan bergizi untuk anak.

**Kata Kunci:** local wisdom; desa kucur; gizi anak.





## A. PENDAHULUAN

Anak-anak membutuhkan nutrisi yang cukup agar dapat tumbuh dan berkembang dengan sehat. Oleh karena itu, anak-anak harus secara teratur makan makanan yang kaya vitamin, mineral, protein, dan nutrisi lainnya. Pertumbuhan anak yang kekurangan makanan bergizi mengakibatkan rentan terhadap masalah kesehatan seperti penglihatan yang buruk, kelelahan, dan penurunan konsentrasi. Pada saat ini, maraknya makanan *junk food* dan instan yang lebih digemari oleh anak. Hal ini semakin menjadikan anak sulit untuk diperkenalkan pada makanan sehat yang penuh gizi dan vitamin. Anak usia dini merupakan fase yang membutuhkan status gizi baik untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan baik fisik, kecerdasan, dan emosional. Namun, kejadian kurang gizi, pendek dan kurus masih menjadi masalah pada anak yang nantinya dapat mempengaruhi tumbuh kembang. Sehingga penting bagi orang tua untuk memperhatikan kebutuhan gizi anak karena makanan yang dimakan anak akan mempengaruhi pertumbuhan fisik dan perkembangan mentalnya di usia selanjutnya.

Secara etimologi, gizi berasal dari bahasa Arab “gizzah” yang artinya zat makanan sehat. Status gizi memiliki pengaruh yang sangat besar dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas di masa yang akan datang. Status gizi berhubungan dengan kecerdasan anak. Pembentukan kecerdasan pada masa usia dini tergantung pada asupan zat gizi yang diterima. Semakin rendah asupan zat gizi yang diterima, semakin rendah pula status gizi dan kesehatan anak. Gizi kurang atau buruk pada masa bayi dan anak-anak terutama pada umur kurang dari 5 tahun dapat mengakibatkan terganggunya pertumbuhan jasmani dan kecerdasan anak

(Hardianti, 2018). Adapun syarat makanan yang sehat antara lain: cukup kalori, seimbang antara zat makanan pokok, kaya protein, bervitamin, bergaram mineral, mudah dicerna, dan higienis (Inten, 2019). Berikut perbandingan antara makanan sehat dan tidak sehat:

**Tabel 1.** Perbandingan Makanan Sehat dan Tidak Sehat

Makanan Sehat	Makanan Tidak Sehat
Makanan tanpa pengawet, pewarna, pemanis buatan, dan penyedap rasa.	Makanan yang penting rasanya enak.
Berserat tinggi,	Rendah serat dan vitamin.
Cukup air putih,	Minuman selain air putih dan susu (tinggi gula, <i>soft drink</i> ).

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa orang tua tidak boleh menyediakan makanan sembarangan bagi anak. Orang tua harus menyediakan makanan dengan jumlah cukup serta gizi seimbang. Karena jika anak terlalu banyak karbohidrat dan kurang serat akan membuat tubuhnya gemuk. Sebaliknya jika anak kurang karbohidrat, protein, dan vitamin akan membuat tubuh anak kurus, kecil, serta rentan terkena penyakit.

Salah satu kecamatan di Kabupaten Malang yang berbatasan dengan kota Batu adalah Dau dengan jumlah Desa sebanyak 10, salah satunya yakni Desa Kucur. Berdasarkan observasi lapangan yang dilakukan oleh tim pada hari Jumat, 12 Juli 2019 mendapatkan hasil yaitu wilayah Desa Kucur secara umum mempunyai ciri geologis berupa daratan tinggi dan lahan tanah kering. Tanah kering yang dikarenakan sulitnya irigasi ini membuat





sektor pertanian hanya dapat mengandalkan pertanian pada curah hujan.

Perlu diketahui bahwa Desa Kucur memiliki aset berupa *prototype* masyarakat yang luar biasa dan sumber daya alam yang melimpah. Berdasarkan data administrasi Desa, potensi masyarakat dari segi jumlah penduduk dengan laki-laki sebanyak 2.827 jiwa, dan perempuan sebanyak 2.835 jiwa. Selain itu, aset berupa sumber daya alam berasal dari hasil pertanian sabagai berikut:

**Tabel 2.** Hasil Pertanian Tertinggi Menurut Jenis Tanaman di Desa Kucur

Jenis Tanaman	2014	2015	2016
Jagung	1.609 ton	1.700 ton	2.400 ton
Ubi Kayu	9.535 ton	7.588 ton	4.425 ton
Kacang Tanah	30 ton	53 ton	32 ton

*Local wisdom* berupa hasil pertanian jagung, ubi kayu, dan kacang tanah di Desa Kucur yang melimpah di atas belum diikuti dengan kesadaran masyarakat tentang pemanfaatan *local wisdom* secara maksimal. Padahal fakta di lapangan menunjukkan bahwa masyarakat Desa Kucur memiliki kebersamaan yang tinggi terlihat dari kebersamaan orang tua anak TK/RA ketika mengantarkan anak bersekolah kemudian tidak langsung pulang tetapi masih berbincang terlebih dulu. Sehingga diperlukan upaya sinkronisasi hal tersebut dengan mengembangkan partisipasi masyarakat yang lebih erat berbasis *local wisdom* supaya kebersamaan menjadi lebih terarah dan produktif.

Tidak semua tanaman dapat ditanam di tanah kering, termasuk sayuran dan buah-buahan sehingga palawija merupakan tanaman andalan sebagian besar masyarakat

Desa Kucur, seperti jagung, ubi kayu, dan kacang tanah. Oleh karena itu, para orang tua di Desa Kucur ini harus berpikir keras apabila ingin menyediakan makanan yang bergizi untuk anak-anak. Dengan hasil tanaman sayuran dan buah-buahan yang terbatas, serta melimpahnya palawija orang tua perlu mendapat pengetahuan tentang upaya menyediakan variasi makanan sehari-hari untuk meningkatkan nafsu makan dan memenuhi gizi anak.

Untuk itulah, supaya kesadaran terhadap kesehatan anak muncul dari masyarakat itu sendiri maka dibutuhkan adanya pemberdayaan yang serius melalui rumah gizi anak dengan kegiatan partisipasi para orang tua yang bersama-sama belajar tentang gizi dan membuat makanan bergizi bervariasi yang memanfaatkan hasil pertanian setempat.

Meskipun sebagian besar wilayah Desa Kucur merupakan lahan kering, namun lahan kering tersebut masih dapat dikelola menjadi lahan pertanian sebagai sumber pendapatan masyarakat setempat dan panennya untuk kebutuhan pangan sehari-hari.

Dalam struktur Desa Kucur, sektor pertanian masih mempunyai peranan penting dalam pembangunan ekonomi. Dilihat dari kondisinya, pada tahun 2016 sektor pertanian menyumbang sekitar 30% atau menempati urutan pertama (Badan Pusat Statistik Kabupaten Malang, 2015). Daya serap sektor pertanian terhadap kesempatan kerja di Desa Kucur juga dominan dibandingkan dengan sektor lainnya.

Berdasarkan paparan di atas, permasalahan mitra didasari oleh ketimpangan antara potensi yang tersedia dengan kondisi ideal masyarakat Desa Kucur, sebagai berikut:

- a) Melimpahnya tanaman palawija berupa jagung, ubi kayu, dan kacang tanah sebagai *local wisdom* di Desa Kucur.



- b) Belum ada pemanfaatan *local wisdom* oleh masyarakat setempat untuk bahan makanan bergizi yang diminati oleh anak.

Modal terbesar sebuah program pengabdian masyarakat adalah optimalisasi aset yang melekat pada masyarakat tersebut. Sekecil apapun aset yang dimiliki oleh Desa Kucur akan sangat berguna apabila disadari dan dimanfaatkan. Perpaduan antara pemanfaatan aset sumber daya alam dengan mobilisasi mandiri dari partisipasi orang tua menjadikan rumah gizi anak terlaksana dengan baik.

## B. PELAKSAAAN DAN METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu diawali dengan inkulturasi, yaitu pengenalan dengan berkomunikasi dengan orang tua anak TK/RA. Kedua, *discovery*, yaitu mengumpulkan informasi melalui observasi dan wawancara. Ketiga, *design*, yaitu perumusan bentuk program pendampingan. Keempat, *define*, yaitu mengolah makanan dari hasil pertanian, memberi materi gizi, dan partisipasi orang tua dalam mengembangkan makanan bergizi. Kelima, refleksi, penilaian terhadap dampak program rumah gizi berbasis *local wisdom* membawa dampak perubahan kesadaran masyarakat. Keenam, pelaksanaan *monev* dan pelaporan hasil (LP2M, 2015). Program kegiatan dilaksanakan pada hari Senin 28 Oktober 2019. Kegiatan ini dibuka oleh Bapak Muhammad Saji selaku Ketua Yayasan Shohwatul Ummah. Selanjutnya kegiatan ini disambut oleh Ketua pengabdian Ika Anggraheni kemudian dilanjutkan dengan kegiatan inti dipandu oleh mitra pengabdian yaitu praktik membuat *ice cream* dari singkong, membuat olahan brownis jagung, dan membuat selai kacang.

Pelaksanaan kegiatan kelompok dampingan rumah gizi dengan judul “Partisipasi Masyarakat untuk Kesehatan Anak Berbasis *Local Wisdom* Melalui Rumah Gizi di Desa Kucur” dilakukan pada tanggal 28 Oktober 2019 dimulai pukul 08.30 WIB. Kegiatan ini bertujuan untuk mengembangkan makanan bergizi bagi anak usia dini dan diharapkan orang tua memiliki pengetahuan tentang *local wisdom* yang dimiliki sehingga dapat dimanfaatkan untuk mendukung kesehatan anak melalui makanan bergizi. Orang tua memiliki inisiatif dan bersemangat dalam mengupayakan makanan bergizi sasaran yang dipilih yaitu wali murid TK/RA Desa Kucur. Kegiatan pendampingan ini diikuti oleh wali murid di Desa Kucur Kecamatan Dau Kabupaten Malang sebanyak kurang lebih 40 orang.

Metode pelaksanaan kegiatan pendampingan ini menggunakan pendekatan *participant active learning* (peserta berpartisipasi secara aktif dalam kegiatan pendampingan). Kegiatan ini berbentuk pelatihan interaktif dan pendampingan sehingga terjadi interaksi dua arah antara tim dan peserta kegiatan (Unisma, 2019).

Kegiatan awal dimulai dengan pemberian materi tentang gizi untuk anak usia dini dilanjutkan dengan pendampingan pembuatan makanan bergizi.



Gambar 1. Pembentukan kelompok dampingan



**Gambar 2.** Pendampingan Pembuatan Ice Cream Singkong



**Gambar 3.** Pendampingan Pembuatan Brownies Jagung



**Gambar 4.** Pendampingan Pembuatan Selai Kacang

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Brownies merupakan golongan cake yang memiliki warna coklat kehitaman dan rasa yang khas dominan cokelat. Produk ini termasuk intermediate-moisture foods dengan kadar air lebih rendah 10-20% dari roti (Cauvain, 2006). Struktur brownies yaitu memiliki keseragaman pori remah

ketika dipotong dan dikonsumsi, tekstur lembut dan menghasilkan flavor yang baik. Brownies panggang mempunyai tekstur lebih keras dari cake karena tidak membutuhkan pengembangan yang tinggi (Sulistyo, 2006).

Brownies kaya akan protein dan lemak, tetapi mempunyai karbohidrat yang rendah dan vitamin serta mineral rendah Oleh sebab itu dilakukan fortifikasi dengan penggunaan Jagung sebagai sumber Karoten vitamin dan mineral. Untuk produk jajanan, jagung dapat ditambahkan sebagai bahan fortifikasi/substitusi tepung terigu sampai 50% dalam pembuatan brownies Jagung adalah sumber vitamin (A) dan mineral (kalsium), dan juga mengandung karbohidrat yang sampai sekarang ini harga dari jagung masih terjangkau dan keberadaannya mudah untuk di dapat: (1) menekan biaya produksi sekecil mungkin dalam pembuatan cake/brownies; (2) mengurangi ketergantungan terhadap terigu; (3) memperkaya zat gizi (vitamin dan mineral); (4) memperkaya zat gizi (vitamin dan mineral).

Langkah langkah pembuatan brownies yaitu rebus jagung kemudian sisir, blender jagung dengan susu kental manis. Kocok telur, sp dan gula sampai kental. Campur semua bahan dengan diaduk balik, lalu masukkan ke dalam cetakan dan dikukus kurang lebih 25 menit.

Pada saat kegiatan pelatihan selain membuat brownies, juga dilakukan pendampingan pembuatan selai kacang. Selai kacang atau mentega kacang adalah makanan dibuat dari kacang tanah yang disangrai dan dihaluskan setelah diberi gula dan garam. Selai kacang dijual dalam kemasan toples plastik atau gelas dengan berbagai macam variasi rasa. Kandungan dalam 2 sendok makan selai kacang mengandung nutrisi sebanyak 191 kalori, 7 gram protein, 5 gram lemak, 7

gram karbohidrat (Department of Agriculture, 2018).

Langkah langkah pembuatan selai kacang yaitu siapkan kacang tanah, sangrai kacang hingga berwarna kecoklatan gelap, harum, dan kulit arinya gampang dikelupas. Sangrai  $\pm 10$  menit dengan api kecil sambil diaduk terus supaya tidak gosong, pisahkan kacang dari kulit arinya, lalu haluskan kacang dengan blender/ditumbuk hingga super halus, siapkan mangkuk, masukkan kacang yang telah ditumbuk, gula halus, margarin, dan minyak goreng. Aduk-aduk hingga rata.

Kegiatan pendampingan selanjutnya wali murid praktik membuat Es krim dengan bahan dasar singkong. Es krim adalah sebuah makanan beku dibuat dari produk susu seperti krim, digabungkan dengan perasa dan pemanis buatan ataupun alami. Campuran ini didinginkan dengan mengaduk sambil mengurangi suhunya untuk mencegah pembentukan kristal es besar. Kandungan gizi singkong per 100 gram meliputi: Kalori 121 kal, Air 62,50 gram, Fosfor 40,00 gram, Karbohidrat 34,00 gram, Kalsium 33,00 miligram, dan Vitamin C 30,00 miligram.

Langkah langkah pembuatan Es krim yaitu Cuci bersih singkong, kupas lalu potong potong, kukus/rebus hingga empuk, dinginkan lalu giling hingga halus, campurkan singkong, gula, skm dan 500 ml air, blender hingga halus dan rata, campurkan sisa 250 ml air dengan maizena, aduk rata. Rebus bahan yg sudah dihaluskan sambil terus diaduk rata, tambahkan garam, aduk rata hingga mendidih, tambahkan larutan maizena, aduk rata hingga mengental, matikan api, dinginkan. Simpan di freezer hingga 1/2 beku, keluarkan dr freezer, tambahkan SP, mixer dengan speed tinggi hingga mengembang 2-3x lipat selama kurang lebih 20-30 menit. Tuang ke wadah atau cup, lalu bekukan. Es krim pun

siap dinikmati. Setelah kegiatan praktik pendampingan, anak anak bisa menikmati bersama hasil olahan dari wali murid TK/RA dan anak anak merasa tertarik dan antusias untuk mencoba makanan tersebut. Makanan yang dibuat diperoleh dengan cara higienis dan mengandung gizi yang cukup untuk anak usia dini (Ernawati, 2006).



**Gambar 5.** Anak anak makan bersama hasil produk olahan makanan bergizi

Dampak perubahan dari hasil pengabdian tersebut, antara lain orang tua anak TK/RA di Desa Kucur memiliki kesadaran untuk mempelajari tentang gizi makanan anak, menambah pengetahuan tentang gizi makanan anak. Wali murid dapat mengolah jagung, ubi kayu, dan kacang tanah untuk diolah menjadi makanan bergizi yang diminati anak. Selain itu, kegiatan mengolah makanan bergizi sehat dapat menjadi kegiatan untuk mengisi aktifitas sehari-hari dan dapat menjadi tambahan penghasilan keluarga.

## D. PENUTUP

### Kesimpulan

Dari hasil pengabdian dapat disimpulkan bahwa peserta yang mengikuti pelatihan mendapatkan wawasan tentang kesadaran untuk menjaga kesehatan anak, mempelajari tentang gizi makanan anak dan dapat memanfaatkan aset sumber daya alam



sebagai *local wisdom* berupa tanaman palawija jagung, ubi kayu, dan kacang tanah untuk diolah menjadi makanan bergizi yang diminati anak yang dapat memperbaiki dan meningkatkan kesehatan anak untuk mendukung tumbuh kembang usia selanjutnya.

### Saran

Diperlukan kegiatan rutin setiap bulan agar orang tua memiliki pengetahuan gizi anak usia dini dan dapat membuat berbagai macam olahan hasil pertanian yang bervariasi dan menarik sesuai dengan minat anak.

### Ucapan Terima Kasih

Terimakasih kepada LPPM UNISMA (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Islam Malang).

## E. DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik Kabupaten Malang. (2015). *Statistik Daerah Kecamatan Dau Tahun 2015*. <https://malangkab.bps.go.id/publication/download.htm>.

Cauvain, S. P. and L. S. Y. (2006). *Baked Products: Science, Technology and Practice*. Blackwell Publishing.

Department of Agriculture. (2018). *Vegetable Pathology*. [https://id.wikipedia.org/wiki/Kementerian\\_Pertanian\\_Amerika\\_Serikat](https://id.wikipedia.org/wiki/Kementerian_Pertanian_Amerika_Serikat).

Ernawati, A. (2006). *Hubungan faktor sosial ekonomi, hygiene Sanitas lingkungan, tingkat konsumsi dan Infeksi dengan status gizi anak usia 2-5 tahun Di kabupaten semarang tahun 2003*. Universitas Diponegoro Semarang.

Hardianti, R. (2018). Picky eating dan status gizi pada anak prasekolah. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 6(2).

Inten, D. N. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2). <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/188/pdf>.

LP2M, U. S. A. S. (2015). *Panduan KKN ABCD UIN Sunan Ampel Surabaya. Asset Based Community-driven Development (ABCD)*.

Sulistyo, C. N. (2006). *Pengembangan Brownies Kukus Tepung Ubi Jalar di PT. Fits Mandiri Bogor*. Institute Pertanian Bogor.

Unisma, L. (2019). *Pedoman KKN-PPM Tematik*. <http://gudangsurat.unisma.ac.id/index.php/s/t5nYvjKCuzfuflw#pdfviewer>.

