

INTERVENSI PREVENTIF STUNTING BERBASIS ISI PIRINGKU MELALUI PENDAMPINGAN PMT KAYA PROTEIN HEWANI LOKAL BAGI IBU HAMIL DAN BADUTA DI DESA PADDELEGAN PESISIR PADEMAWU

Sari Pratiwi Apidianti^{1*}, Emi Yunita¹, Mohammad Taufiq Hidayat²

¹Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Madura

²Program Studi Agrobisnis Perikanan, Fakultas Pertanian, Universitas Islam Madura

*Corresponding Author: saripratiwie86@gmail.com

Article Info

Article History:

Received August 22, 2025

Revised September 25, 2025

Accepted September 30, 2025

Keywords:

Stunting, PMT, Protein Hewani, Tengiri,

ABSTRAK

Seseorang anak dapat mengalami stunting, suatu proses tumbuh kembang yang dapat terjadi sejak awal kehamilan hingga usia tiga atau empat tahun. Makanan yang mengandung protein hewani sangat penting untuk memenuhi kebutuhan gizi anak selama masa tumbuh kembangnya, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Tengiri adalah ikan laut yang ekonomis. Ikan tengiri dipilih karena kandungan nutrisinya yang tidak kalah dengan ikan lain. Kandungan nutrisi dari ikan tengiri sendiri yaitu protein yang mencapai 20,79%, lemak 0,17%, kadar abu 1,87% dan kadar airnya sebesar 74,63%. Konsumsi protein hewani antara lain memiliki efek jangka panjang yang meningkatkan status gizi ibu hamil dan anak baduta. Tujuan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu yang memiliki anak baduta di Desa Padelegan Kecamatan Pademawu tentang pencegahan stunting melalui revolusi tinggi protein hewani berbasis mengonsumsi protein hewani setiap hari melalui pemberian makanan tambahan berupa susu dan konsumsi Ikan Tengiri dengan berbagai macam olahan seperti Rolade dan Cengir (cendol Tengiri), beragam, bergizi, seimbang dan aman yang merupakan Isi Piringku. Salah satu hasil dari proyek pengabdian ini adalah peningkatan pengetahuan ibu Hamil dan ibu yang memiliki baduta yang rentan terhadap stunting, serta pemberian makanan Tambahan berupa Rolade Tengiri dan Cendol Tengiri dan susu kepada tiga puluh ibu hamil dan enam puluh Sembilan anak baduta di Desa Padelegan Kecamatan Pademawu Kabupaten Pamekasan.

ABSTRACT

A child can experience stunting, a growth process that can occur from early pregnancy until the age of three or four years. Foods that contain animal protein are very important to meet the nutritional needs of children during their growth and development, especially during the first 1000 days of life (HPK). Mackerel is an economical sea fish. Mackerel is chosen because its nutritional content is comparable to that of other fish. The nutritional content of mackerel itself is 20.79% protein, 0.17% fat, 1.87% ash content, and 74.63% moisture content. The consumption of animal protein has long-term effects that improve the nutritional status of pregnant mothers and toddlers. The purpose of this community service project is to increase the knowledge of pregnant mothers and mothers with toddlers in Padelegan Village, Pademawu District, about the prevention of stunting through a revolution of high animal protein based on consuming animal protein every day by providing additional food in the form of milk and consuming mackerel fish in various preparations such as Rolade and Cengir (mackerel cendol), varied, nutritious, balanced, and safe, which are the contents of my plate. One of the results of this service project is the increased knowledge of pregnant women and mothers with vulnerable toddlers regarding stunting, as well as the provision of additional food in the form of mackerel meat rolls and mackerel cendol and milk to thirty pregnant women and sixty-nine toddlers in Padelegan Village, Pademawu District, Pamekasan Regency.

Copyright © 2025, The Author(s).
This is an open access article
under the CC-BY-SA license



How to cite: Apidianti, S. P., Yunita, E., & Hidayat, M. T. (2025). INTERVENSI PREVENTIF STUNTING BERBASIS ISI PIRINGKU MELALUI PENDAMPINGAN PMT KAYA PROTEIN HEWANI LOKAL BAGI IBU HAMIL DAN BADUTA DI DESA PADDELEGAN PESISIR PADEMAWU. *Devote: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 4(3), 374–382. <https://doi.org/10.55681/devote.v4i3.4504>

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi kurang gizi kronik yang dialami oleh anak usia 6-59 bulan yang berdampak pada tingkat kecerdasan pada anak yang rendah, imunitas rendah dan produktifitas yang rendah (Siswati, 2018). Data *World Health Organization* (WHO) Tahun 2017 angka stunting di Indonesia masuk ranking ke 4. Data SSGI Tahun 2022 angka stunting di Indonesia mengalami penurunan, pada Tahun 2021 angka stunting di Indonesia 24,4 % dan Tahun 2022 menurun menjadi 21,6 %. (SSGI, 2023). Kasus stunting terus mencuri perhatian pemerintah dan Presiden Republik Indonesia, Pada Tahun 2021 Presiden Republik Indonesia mengeluarkan Peraturan dengan Nomor 72 tentang Percepatan Penurunan Stunting dengan target pada tahun 2024 prevalensi stunting di Indonesia mencapai 14 % dan dilanjutkan dengan target tujuan pembangunan berkelanjutan pada tahun 2030 di capai melalui 5 pilar dalam Strategi Percepatan Penurunan Stunting salah satu pilarnya adalah gizi dan ketahanan pangan (Pemerintah Republik Indonesia, 2021).

Stunting pada balita merupakan permasalahan serius yang disebabkan oleh berbagai faktor, baik langsung maupun tidak langsung. Salah satu faktor utama yang berperan adalah kondisi keluarga, mengingat balita sangat bergantung pada pengasuhan ibu dan lingkungan sekitarnya. Keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, rendahnya pengetahuan gizi ibu, serta paparan terhadap penyakit infeksi menjadi penyebab utama menurunnya status gizi anak. Peran ibu dalam pemenuhan gizi anak sangat krusial. Ibu berperan sebagai pengelola utama konsumsi keluarga, di mana setiap makanan yang dikonsumsi anak umumnya melalui pengawasan dan keputusan ibu. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu tentang pentingnya gizi seimbang sangat diperlukan dalam upaya pencegahan stunting. Seorang ibu yang memiliki pemahaman yang baik mengenai gizi akan lebih mampu menyediakan makanan bergizi dan mendukung tumbuh kembang optimal anak.

Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, intervensi berbasis edukasi gizi kepada ibu dan keluarga diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam menurunkan prevalensi stunting, khususnya di wilayah-wilayah dengan risiko tinggi (Amriyeni et al., 2022). Faktor ekonomi, bagaimana bisa memberi anak asupan gizi yang cukup, jika uangnya saja tidak ada. Kurangnya akses untuk memperoleh makanan bergizi. (Gonxa et al., 2022). Riset lain juga menyebutkan bahwa jumlah anak dan jarak kelahiran juga salah satu faktor penyebab stunting (Kasad 1, 2020) (Karundeng et al., 2015).

Kasus stunting terus mencuri perhatian pemerintah dan Presiden Republik Indonesia, pada tahun 2021 presiden republik indonesia mengeluarkan peraturan dengan Nomor 72 tentang percepatan penurunan stunting dengan target pada tahun 2024 prevalensi stunting di Indonesia mencapai 14 % dan dilanjutkan dengan target tujuan pembangunan berkelanjutan pada tahun 2030 di capai melalui 5 pilar dalam strategi percepatan penurunan stunting salah satu pilarnya adalah gizi dan ketahanan pangan (Pemerintah Republik Indonesia, 2021). Sesuai dengan Perpres Nomor 42 Tahun 2013 tentang percepatan perbaikan gizi nasional, Kementerian Kesehatan telah memulai kampanye nasional peningkatan gizi pada seribu Hari Pertama Kehidupan (HPK). Program ini berfokus pada ibu hamil dan keluarga yang memiliki anak dari nol bulan hingga dua tahun.

Intervensi gizi spesifik dan sensitif adalah yang paling penting. (Sekretariat Percepatan Pencegahan Stunting, 2019). Dalam upaya mencegah stunting di Indonesia, Kementrian Kesehatan Republik Indonesia melakukan tiga langkah: 1) Memberikan Tablet Tambah Darah (TTD) kepada remaja perempuan; 2) Melakukan pemeriksaan kehamilan dan memberikan makanan tambahan ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan zat besi dan gizinya; dan 3) Memberikan makanan tambahan protein hewani kepada anak usia 6 hingga 24 bulan, seperti daging, telur, ayam, dan susu (Sianturi, 2023). Pemberian makanan produk hewani (MPH) satu kali sehari dapat menurunkan prevalensi stunting 3,3%, sedangkan pemberian MPH dua kali sehari dapat menurunkan prevalensi stunting 7,1% (Bolton, 2019). Semua orang tahu bahwa mengonsumsi protein hewani untuk mencegah stunting adalah pilihan yang tepat. Ini karena protein hewani mengandung semua asam amino, termasuk asam amino esensial, serta mineral seperti seng (Zn) dan zat besi (Fe), yang diperlukan untuk pertumbuhan, serta mineral lain yang memiliki daya serap dan bioavailabilitas yang tinggi (Bolton, 2019).

Protein hewani adalah zat gizi berbentuk protein yang berasal dari makanan lauk hewani yang dekat dengan kita. Adanya kegiatan gerakan protein hewani tangkal stunting serta isi piringku diharapkan ibu hamil, ibu menyusui serta ibu balita/ bayi bisa terus berkomitmen serta terus mempraktikkan sikap mengonsumsi berbagai macam jenis masakan yang kaya protein hewani lewat tata cara "Isi Piringku" di dalam kehidupan sehari-hari. Presiden juga mengajak kepada seluruh ibu-ibu untuk kanak-kanak dapat memperoleh masakan tambahan, semacam kacang hijau, telur, ikan, susu, dan sayur dan buah sehingga stunting dapat dicegah (Henry et al., 2020).

Jumlah penduduk di Desa Padelegan sebanyak 3.272 jiwa. kelompok ibu hamil (TM I, II, dan III) yang tergabung dalam Kelas Ibu Hamil sebanyak 30 Orang. Dari 30 orang ibu hamil terdapat 5 ibu hamil masuk dalam kategori Resiko Tinggi, dan Ibu yang Memiliki Anak dibawah Umur 2 Tahun (BADUTA) yang berada di Kelompok Posyandu Balita sebanyak 69 anak yang berada di bawah naungan Pustu Padelegan Kecamatan Pademawu Pamekasan. Dari 16 anak BADUTA $\pm$ terdapat 14 anak dengan Gizi Kurang.

Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki anak baduta di Kelurahan Belawan Sicanang tentang pencegahan stunting melalui revolusi konsumsi protein hewani. Pendekatan ini dilakukan dengan memberikan makanan tambahan berupa susu, rolade tengiri, dan CENGIR (Cendol Tengiri), serta makanan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman, sesuai dengan konsep Isi Piringku. Diharapkan pengabdian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan warga, sekaligus berkontribusi dalam upaya preventif stunting di Desa Padelegan. Pengabdian ini juga mendukung RPJMN desa, khususnya dalam bidang pemberdayaan masyarakat. Kaitan dengan MBKM terletak pada kegiatan proyek kemanusiaan yang dilaksanakan dalam rangka pemberdayaan masyarakat. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk menciptakan kesadaran yang lebih luas tentang pentingnya asupan gizi yang cukup, serta meningkatkan kualitas hidup ibu dan anak di wilayah tersebut melalui pendidikan gizi yang praktis dan aplikatif. Secara lebih lanjut, diharapkan pengabdian ini dapat memperkuat peran ibu sebagai agen perubahan dalam keluarga dan masyarakat, memperkenalkan pola makan sehat, dan mendorong partisipasi aktif warga dalam upaya pencegahan stunting. Melalui pemberdayaan ini, diharapkan dapat terbentuknya kebiasaan makan sehat yang berkelanjutan di kalangan keluarga, yang pada gilirannya dapat mengurangi prevalensi stunting dan meningkatkan kualitas generasi masa depan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 19 Juli hingga 24 Juli 2025, bertempat di Balai Desa Padelegan, Kecamatan Pademawu, Kabupaten Pamekasan. Kegiatan ini merupakan bagian dari upaya peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan stunting, yang menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang mendesak di Indonesia.

Program ini mengusung tema "Revolusi Kaya Protein Hewani Berbasis Produk Lokal dalam Upaya Preventif Stunting Berdasarkan Konsep Isi Piringku". Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu dengan anak usia di bawah dua tahun (baduta), dapat lebih memahami pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi seimbang. Fokus utama kegiatan ini adalah mengedukasi masyarakat tentang pemanfaatan ikan tengiri sebagai sumber protein hewani yang terjangkau dan mudah diakses oleh masyarakat setempat, serta pemberian makanan tambahan bergizi seperti susu dan produk berbahan dasar ikan tengiri yang dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak.

Selain itu, kegiatan ini juga mengedepankan prinsip pemberdayaan masyarakat, dengan pendekatan berbasis edukasi dan pendampingan kepada ibu hamil dan ibu dengan baduta. Di samping itu, kegiatan ini juga mendukung pencapaian tujuan pembangunan yang ada dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN), khususnya yang berkaitan dengan pemberdayaan masyarakat dan kesehatan ibu serta anak. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini bukan hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk meningkatkan kualitas gizi dan mencegah terjadinya stunting di wilayah tersebut.

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mencakup pendekatan yang berbasis pada intervensi yang tepat sasaran, serta sosialisasi dan edukasi kesehatan yang komprehensif. Intervensi ini bertujuan untuk mengatasi permasalahan gizi buruk dan stunting dengan memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada masyarakat tentang pentingnya pemenuhan gizi yang seimbang, terutama bagi ibu hamil dan anak usia di bawah dua tahun (baduta). Edukasi difokuskan pada beberapa aspek penting dalam upaya pencegahan stunting, yaitu: pemanfaatan ikan tengiri sebagai sumber protein hewani yang terjangkau dan mudah diakses; pemahaman mengenai kebutuhan gizi seimbang selama masa kehamilan, serta pada anak usia baduta, sebagai salah satu upaya untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal; kesadaran mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif dan kolostrum pada masa awal kehidupan anak; serta pengenalan pemberian makanan tambahan yang kaya akan protein hewani, seperti susu dan konsumsi ikan tengiri.

Untuk memperkuat hasil pengabdian ini, pendekatan yang digunakan juga melibatkan metode partisipatif yang melibatkan masyarakat secara langsung, dengan mengadakan berbagai kegiatan seperti pelatihan, penyuluhan, dan demonstrasi praktis yang memungkinkan masyarakat untuk mengaplikasikan

ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini dilakukan secara berkelanjutan dan berorientasi pada perubahan perilaku, agar masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga dapat mengimplementasikannya dalam pola makan sehari-hari yang lebih sehat dan bergizi. Selain itu, metode ini juga melibatkan pemantauan dan evaluasi secara berkala untuk mengukur tingkat keberhasilan intervensi yang dilakukan, serta menilai dampak yang dihasilkan terhadap penurunan angka stunting. Dengan pendekatan ini, diharapkan dapat tercipta kesadaran yang lebih luas di kalangan masyarakat mengenai pentingnya pencegahan stunting dan peran mereka dalam mencapainya, yang pada gilirannya dapat memperbaiki kualitas hidup dan kesejahteraan anak-anak di masa depan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pemberian makanan tambahan tinggi protein hewani berupa Rolade Tengiri, Cendol Tengiri dan susu kepada Ibu Hamil dan Ibu anak Baduta di wilayah Desa Padelegan Kecamatan Pademawu secara umum berjalan dengan lancar. Pihak Kelurahan beserta pemegang program stunting Balai Desa Padelegan membantu memberikan data Ibu Hamil yang fisiologis maupun yang resti serta data anak baduta yang gizi baik dan gizi kurang.

Adapun kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaporkan adalah tahap persiapan dan pelaksanaan. Tahap pelaksanaan terdiri dari pengkajian, perencanaan, implementasi, evaluasi, dan rencana tindak lanjut, sedangkan persiapan mencakup persiapan kemasyarakatan dan persiapan teknis.

Observasi lapang dalam kegiatan *Intervensi Preventif Stunting Berbasis Isi Piringku Melalui Pendampingan PMT Kaya Protein Hewani Lokal Bagi Ibu Hamil dan Baduta di Desa Padelegan Pesisir Pademawu* dilakukan untuk memantau dan mengevaluasi efektivitas dari pendekatan yang diterapkan dalam upaya pencegahan stunting di wilayah tersebut. Dimana tujuan pada observasi Mengevaluasi Implementasi Program: Observasi dilakukan untuk menilai sejauh mana program pendampingan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) kaya protein hewani lokal diterima dan diterapkan oleh ibu hamil dan ibu dengan balita usia di bawah dua tahun (baduta), dan Mengamati Keterlibatan Masyarakat: Observasi ini juga bertujuan untuk melihat sejauh mana masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu dengan baduta, berpartisipasi dalam program edukasi mengenai pentingnya konsumsi protein hewani lokal, seperti ikan tengiri, susu, dan makanan bergizi lainnya. Juga Memantau Perubahan Pengetahuan dan Kebiasaan Masyarakat: Selama observasi, peneliti mengamati perubahan dalam pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang, khususnya mengenai konsumsi protein hewani lokal, serta penerapan konsep *Isi Piringku* dalam kehidupan sehari-hari mereka.



Gambar 1. Kegiatan Observasi lapang awal pada Bidan Desa Paddelegan

Peningkatan pemahaman ibu hamil dan ibu dengan baduta mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi, terutama yang kaya akan protein hewani lokal. Peningkatan konsumsi ikan tengiri dan makanan bergizi lainnya dalam pola makan ibu hamil dan ibu dengan baduta, dan Penurunan angka stunting di Desa Padelegan sebagai hasil dari intervensi ini. Dengan observasi lapang ini, diharapkan ada dokumentasi yang lebih jelas mengenai pelaksanaan intervensi, serta dampak langsungnya terhadap masyarakat, yang kemudian dapat menjadi dasar untuk pengembangan program serupa di wilayah lain.

Pemateri memperkenalkan diri mereka terlebih dahulu sebelum memulai kegiatan. Selanjutnya, mereka mencoba mengeksplorasi pengetahuan umum ibu tentang perkembangan Gizi seimbang, makanan yang mereka konsumsi setiap hari, alergi dan riwayat kesehatan mereka, kebersihan, dan kepatuhan mereka terhadap posyandu untuk penimbangan dan imunisasi anak. Setelah sesi tanya jawab mereka memberikan

susu kepada Ibu Hamil dan anak baduta. Anak dan ibu -ibu tampak antusias dan menerima dengan baik selama kunjungan.

Pemateri memulai kegiatan dengan memperkenalkan diri mereka secara jelas, menjelaskan latar belakang dan tujuan dari kegiatan ini, serta menggarisbawahi pentingnya pemahaman tentang gizi seimbang bagi ibu hamil dan anak-anak usia di bawah dua tahun (baduta). Setelah pengenalan diri, pemateri membuka sesi dengan menggali pengetahuan umum peserta tentang konsep dasar gizi seimbang, yang mencakup pemahaman mereka mengenai pentingnya asupan gizi yang tepat untuk menunjang kesehatan ibu hamil dan mendukung perkembangan anak. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan bertujuan untuk menilai sejauh mana para ibu memahami pentingnya pola makan yang bergizi, seperti konsumsi makanan yang mengandung protein, vitamin, dan mineral yang dibutuhkan selama kehamilan dan masa pertumbuhan anak.

Pemateri kemudian memperluas pembahasan dengan menggali informasi lebih lanjut mengenai jenis makanan yang dikonsumsi oleh para ibu setiap hari. Hal ini meliputi makanan yang mereka pilih, kebiasaan makan, serta preferensi mereka terhadap jenis makanan tertentu, termasuk apakah mereka cenderung memilih makanan yang lebih bergizi atau lebih memilih makanan instan dan cepat saji. Pertanyaan ini bertujuan untuk menyadarkan peserta akan pentingnya memilih makanan yang tidak hanya enak, tetapi juga sehat, terutama dalam upaya mencegah masalah gizi yang dapat mempengaruhi kehamilan dan perkembangan anak. Selanjutnya, pemateri menanyakan tentang riwayat alergi makanan dan masalah kesehatan lainnya yang mungkin dimiliki oleh para ibu. Pertanyaan ini sangat penting karena alergi atau kondisi kesehatan tertentu dapat mempengaruhi pilihan makanan yang tepat, sehingga perlu penyesuaian khusus dalam mengatur pola makan. Selain itu, pemateri juga mengajak peserta untuk berdiskusi mengenai kebersihan pribadi dan keluarga, yang berhubungan erat dengan pencegahan penyakit, serta menjaga kebersihan makanan untuk menghindari kontaminasi yang dapat membahayakan kesehatan.



Gambar 2. Sosialisasi Pada Ibu Hamil dan Batuta



Gambar 3. Pemberian materi oleh Bidan Desa dan Gizi

Salah satu topik penting yang dibahas adalah kepatuhan ibu terhadap posyandu, khususnya dalam hal penimbangan berat badan dan imunisasi anak. Pemateri mengingatkan kembali bahwa pemeriksaan berkala di posyandu sangat penting untuk memantau tumbuh kembang anak, terutama dalam pencegahan stunting. Ibu-ibu diingatkan untuk rutin membawa anak ke posyandu guna mendapatkan layanan kesehatan yang tepat waktu dan terarah. Kepatuhan terhadap imunisasi juga menjadi fokus, mengingat bahwa vaksinasi merupakan langkah preventif yang dapat melindungi anak dari berbagai penyakit yang dapat mempengaruhi kesehatannya dalam jangka panjang.

Setelah sesi diskusi dan tanya jawab yang berlangsung secara interaktif dan mengundang banyak antusiasme, pemateri melanjutkan dengan memberikan susu kepada ibu hamil dan anak baduta. Pemberian susu ini memiliki tujuan ganda: pertama, untuk memberikan asupan gizi yang penting bagi ibu hamil dan

anak-anak, serta kedua, sebagai contoh praktis mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi dalam kehidupan sehari-hari. Pemberian susu ini juga diharapkan dapat memperkenalkan jenis makanan tambahan yang dapat membantu mencukupi kebutuhan gizi ibu dan anak, khususnya dalam tahap-tahap perkembangan yang sangat krusial.

Para ibu dan anak tampak sangat antusias dan menerima dengan baik pemberian susu ini. Mereka menyambut dengan positif materi yang disampaikan, dan terlihat jelas bahwa mereka mulai menyadari pentingnya menjaga pola makan yang sehat serta rutin mengikuti pemeriksaan di posyandu. Selama kunjungan tersebut, terdapat interaksi yang hangat antara pemateri dan peserta, yang menandakan bahwa pesan-pesan edukasi yang disampaikan berhasil tersampaikan dengan baik. Ibu-ibu merasa lebih termotivasi untuk memperhatikan kesehatannya serta tumbuh kembang anak mereka secara lebih serius, sementara anak-anak juga tampak menikmati susu yang diberikan, yang menjadi simbol dari keberhasilan kegiatan ini dalam mengedukasi masyarakat tentang pentingnya gizi yang baik.

Pada pelatihan kegiatan Intervensi Preventif Stunting Berbasis Isi Piringku Melalui Pendampingan PMT Kaya Protein Hewani Lokal bagi Ibu Hamil dan Baduta di Desa Padelegan Pesisir Pademawu, beberapa hal dijelaskan secara rinci untuk memastikan peserta memahami pentingnya pola makan bergizi, terutama konsumsi protein hewani lokal. Berikut adalah penjelasan yang diberikan selama pelatihan: Definisi Stunting: Peserta diberikan pemahaman mengenai stunting, yaitu kondisi gagal tumbuh pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan (dari kehamilan hingga usia dua tahun). Dampak Stunting: Dijelaskan bagaimana stunting dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan kognitif anak, serta bagaimana hal tersebut berdampak pada kualitas hidup anak di masa depan. Faktor Penyebab Stunting: Penekanan diberikan pada pentingnya kecukupan gizi ibu hamil dan baduta untuk mencegah stunting. Nutrisi yang tidak tercukupi pada ibu hamil akan berdampak langsung pada anak. Isi Piringku dan Pola Makan Seimbang Pengenalan Isi Piringku: Peserta diberikan edukasi tentang prinsip Isi Piringku, yaitu pedoman untuk menyusun makanan sehari-hari yang seimbang dan bergizi. Isi Piringku terdiri dari porsi makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak sehat, buah dan sayur, serta sumber vitamin dan mineral lainnya. Peran Gizi Seimbang: Penjelasan lebih lanjut diberikan tentang pentingnya setiap kelompok makanan dalam mendukung tumbuh kembang anak dan menjaga kesehatan ibu hamil. Prinsip Pembagian Porsi Makanan: Edukasi diberikan tentang cara menyusun porsi makan yang ideal untuk ibu hamil dan baduta sesuai dengan prinsip Isi Piringku.

Pentingnya Protein Hewani dalam Diet Salah satu fokus utama pelatihan adalah pentingnya konsumsi protein hewani untuk ibu hamil dan baduta. Protein hewani membantu memperbaiki jaringan tubuh, membangun otot, dan mendukung pertumbuhan yang optimal pada anak-anak. Sumber Protein Hewani Lokal: Peserta diajarkan tentang sumber protein hewani lokal yang mudah didapatkan di desa, seperti ikan tenggiri, telur, dan daging ayam lokal. Cara Mengolah Protein Hewani: Demonstrasi langsung tentang cara mengolah bahan-bahan ini menjadi hidangan bergizi yang dapat dikonsumsi sehari-hari oleh ibu hamil dan baduta. Sehingga Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Kaya Protein Hewani Pendampingan PMT: Peserta diberikan pelatihan tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT), yaitu pemberian makanan yang kaya akan protein hewani dan karbohidrat kompleks untuk mendukung kebutuhan gizi ibu hamil dan anak-anak. Contoh Menu PMT: Contoh menu yang menggunakan bahan-bahan lokal seperti ikan tenggiri disajikan. Demonstrasi menyajikan rolade tenggiri, cengir (cendol tenggiri), dan susu sebagai menu tambahan untuk ibu hamil dan anak-anak.

Manfaat ASI Eksklusif dan Pemberian Makanan Sehat yaitu Pentingnya ASI Eksklusif: Edukasi diberikan tentang pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan anak untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Makanan Tambahan untuk Baduta: Selanjutnya, peserta diberi informasi mengenai pemberian makanan tambahan yang tepat setelah 6 bulan untuk mendukung kebutuhan gizi anak, dengan menekankan konsumsi makanan yang kaya akan protein hewani dan bahan-bahan bergizi lainnya.

Pendampingan Personal dan Konsultasi Gizi dalam arti Pendampingan Individual: Setiap ibu hamil dan keluarga diberi kesempatan untuk berkonsultasi langsung dengan ahli gizi tentang kondisi dan kebutuhan gizi mereka. Pendampingan ini bertujuan untuk memastikan mereka dapat mengaplikasikan pengetahuan yang telah didapatkan dalam kehidupan sehari-hari. Pemantauan Kebutuhan Gizi: Setelah sesi pelatihan, peserta didampingi dalam pemantauan konsumsi gizi mereka, dengan bimbingan lebih lanjut dalam memilih dan mengolah makanan yang sesuai.

Pelatihan ini akan dilakukan dengan pendekatan berbasis komunitas, menggunakan Isi Piringku sebagai referensi dasar untuk mengedukasi masyarakat. Isi Piringku mengedepankan konsumsi 4 kelompok

makanan yang terdiri dari sumber karbohidrat, protein, sayuran dan buah, serta lemak sehat. Identifikasi peserta: Ibu hamil dan ibu dengan Baduta yang terdaftar melalui Posyandu setempat. Pemetaan kebutuhan gizi lokal: Identifikasi sumber protein hewani lokal seperti ikan, ayam, telur, dan sumber makanan lain yang mudah diakses dan terjangkau. Pengumpulan bahan pelatihan: Menyusun materi pelatihan yang sederhana, menarik, dan mudah dipahami, menggunakan gambar dan ilustrasi terkait Isi Piringku serta manfaat PMT.

Tahap Pelaksanaan Penyuluhan Gizi: Memberikan pengetahuan tentang pentingnya memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil dan Baduta dengan menggunakan model Isi Piringku yang sederhana dan praktis. Praktik Pembuatan Makanan Sehat: Ibu hamil dan ibu Baduta akan diajarkan cara menyusun menu sehat berbasis bahan makanan lokal yang kaya akan protein hewani, seperti memasak ikan, ayam, atau telur dengan cara yang sehat dan bergizi. Pendampingan PMT: Setiap peserta akan diberikan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) yang kaya protein hewani lokal untuk membantu meningkatkan kualitas gizi mereka. PMT ini disesuaikan dengan kebutuhan gizi ibu hamil dan Baduta. Monitoring dan Evaluasi: Setiap minggu dilakukan monitoring untuk mengevaluasi perkembangan kesehatan ibu hamil dan bayi, serta memastikan apakah intervensi PMT yang diberikan berdampak positif terhadap kondisi mereka.



Gambar 4. Pelatihan Pembuatan Produk Cendol



Gambar 5. Bahan-Bahan Untuk Produk dan Rollade Ikan Tengiri

Pengenalan Isi Piringku: Penjelasan tentang 4 kelompok makanan dan proporsinya dalam sehari. Keuntungan mengonsumsi gizi seimbang bagi ibu hamil dan Baduta. Menyusun piring yang sehat dengan bahan makanan lokal. Pentingnya Protein Hewani Lokal: Manfaat protein hewani dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin serta bayi. Contoh makanan lokal yang kaya protein hewani dan mudah diperoleh (ikan, ayam, telur, daging sapi). Keterampilan Memasak Sehat: Teknik memasak dengan cara yang sehat untuk mempertahankan kandungan gizi bahan makanan. Resep sederhana untuk ibu hamil dan Baduta dengan bahan makanan lokal. Penjelasan tentang PMT (Pemberian Makanan Tambahan) dan perannya dalam mencegah stunting. Jadwal dan tata cara pemberian PMT yang benar.

Evaluasi dan Dampak

Evaluasi dilakukan dalam dua fase: Fase Mid-term: Mengukur pengetahuan peserta tentang gizi dan perubahan dalam kebiasaan makan mereka. Fase Akhir: Mengukur perubahan status gizi ibu hamil dan Baduta melalui pengukuran berat badan, panjang badan, serta status gizi lainnya. Selain itu, survei kepuasan akan dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan pelatihan ini. Sehingga dampak dari hasil PKM ini memberikan Penurunan angka stunting di Desa Paddelegan, Peningkatan pengetahuan gizi di kalangan ibu hamil dan Baduta, Pemanfaatan potensi lokal untuk memenuhi kebutuhan gizi yang lebih terjangkau dan bergizi, dan Sustainable behavior change, di mana masyarakat tetap menjaga pola makan sehat berbasis Isi Piringku setelah pelatihan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini telah meningkatkan pengetahuan tentang stunting serta makanan tambahan protein hewani yang tinggi, seperti tengiri dan susu tentang manfaat telur sebagai upaya pencegahan *stunting*, tentang manfaat ASI Eksklusif dan Kolostrum sebagai upaya pencegahan *stunting*. Peserta menunjukkan partisipasi aktif dengan tanya jawab dalam kegiatan. Peserta menunjukkan partisipasi aktif dalam kegiatan melalui tanya jawab. Dengan memberikan rolade tengiri dan cendol tengiri dan susu tambahan kepada anak baduta setiap hari dan memberi tahu orang tua yang memiliki anak dengan resiko stunting, kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat mengurangi kemungkinan stunting pada anak baduta. Pelatihan intervensi preventif stunting berbasis Isi Piringku melalui pendampingan PMT kaya protein hewani lokal bagi ibu hamil dan Baduta di Desa Paddelegan Pesisir Pademawu bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan gizi ibu hamil dan Baduta. Dengan melibatkan masyarakat secara aktif dalam kegiatan ini, diharapkan dapat tercapai perubahan positif dalam pola makan yang berdampak pada pencegahan stunting secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemdiktisaintek) atas dukungan pendanaan yang telah memungkinkan terlaksananya kegiatan ini. Bantuan yang diberikan sangat berarti dalam mendukung pengembangan pendidikan, riset, dan teknologi di Indonesia. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada Kampus Universitas Islam Madura (UIM) atas segala fasilitas, dukungan, dan bimbingan yang diberikan sepanjang pelaksanaan program ini. Kerjasama ini sangat berharga bagi kami, dan kami berharap dapat terus bekerja sama untuk kemajuan pendidikan di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Apidianti, S. P., Hidayat, M. T., & Sukma, K. P. W. (2025). Edukasi dan Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Lemon dan Bawang Putih Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia di Desa Blumbungan. *JGEN: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 653-659.
- Amriyeni, P. A., Roslita, R., Rozadila, D., (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Terhadap Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Prasekolah the Relationship of Mother'S Knowledge Level About Stunting Toward Stunting Prevention Efforts in Preschool- Age Children. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 02, 51-66.
- Gonxa, A., Hera, M., Anindita, A. I., & Malangkay, K. S. (2022). Hubungan Rendahnya Tingkat Ekonomi Terhadap Risiko Terjadinya Stunting: A Systematic Review. 3, 127-135.
- Hidayat, M. T., & Ardila, R. (2023). Pemberdayaan Kelompok Masyarakat Desa Baddurih dalam Pelatihan Pengolahan Tepung Mangrove Substitusi Tepung Terigu. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains dan Teknologi*, 2(3), 370-377.
- Hidayat, M. T. "Strategi Ekowisata Mangrove Pesisir dalam Pengembangan Budidaya Lebah Madu di Desa Lembung." *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin* 3.3 (2025): 927-939.
- Hidayat, M. T. (2025). Strategi Pengembangan Usaha Petis Ikan di Desa Pesongsongan Kabupaten Sumenep. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 3(1), 192-204.
- Karundeng, L., Ismanto, A., & Kundre, R. (2015). Relationship between birth distance and number of children with nutritional status of toddlers in Kao Health Center, Kao District, North Halmahera Regency. *J Keperawatan UNSRAT*, 3(1), 114321.
- Kasad 1, K. 2. (2020). Hubungan jarak kelahiran dan jumlah balita dengan dengan status gizi balita di Puskesmas Sapta Jaya, Aceh Tamiang The. *Ejournal Poltekkes Aceh*, 2 (1)((1)), 34-39. <https://doi.org/10.30867/gikes.v2i1.443>
- Pemerintah Republik Indonesia. (2021). *Presidential Regulation (PERPRES) Number 72 of 2021 concerning Acceleration of Stunting Reduction*. 172.
- Sekretariat Percepatan Pencegahan Stunting. (2019). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting)* (Kedua).

- Sicanang. (2024). *Sosialisasi Pemutakhiran Pendataan 2024*. BKKBN. <https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/18609/intervensi/1027841/sosialisasi-pemutakhiran-pendataan-2024>
- Siswati, T. (2018). Stunting Husada Mandiri. In *Husada Mandiri Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- SSGI. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 77–77.
- Wahyurini, E. T., Nurmalasari, Y., & Nazizah, F. (2024). Peran Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah Melalui World Clean-Up Day Indonesian (WCIDI) Di Pantai Talang Siring, Kabupaten Pamekasan. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 4(6), 995-1004.