



**PENINGKATAN GIZI UNTUK PENCEGAHAN STUNTING DENGAN
PENDAMPINGAN PEMBUATAN *NUGGET* DAN ICE CREAM
PADA ORANG TUA MURID ANAK-ANAK TK GMIM HANA
TITIWUNGEN KECAMATAN WENANG KOTA MANADO
PROVINSI SULAWESI UTARA**

Lapian Mien Th.R¹, Pontoh Ch gelar²

^{1,2} Program Studi Peternakan Fakultas Peternakan Universitas Sam Ratulangi, Manado
mienlapian@unsrat.ac.id¹, cherlypontoh61@unsrat.ac.id²

ABSTRAK

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di TK GMIM Hana Titiwungen, Kecamatan Wenang, Kota Manado, Provinsi Sulawesi Utara. Kegiatan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan gizi orang tua murid serta mencegah stunting pada anak usia dini melalui pendampingan pembuatan nugget dan ice cream bergizi. Berdasarkan hasil observasi awal, masih terdapat anak-anak dengan pertumbuhan yang tidak sesuai usia akibat kurangnya pemahaman orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang dan rendahnya adopsi teknologi pengolahan pangan bergizi di rumah tangga. Metode kegiatan meliputi penyuluhan dan pelatihan. Penyuluhan difokuskan pada peningkatan pemahaman tentang stunting, kebutuhan gizi anak usia dini, serta pentingnya konsumsi pangan lokal bergizi. Sementara pelatihan dilakukan melalui demonstrasi pembuatan nugget ayam sayur dan ice cream buah susu sebagai alternatif makanan sehat yang mudah diterapkan di rumah. Selama kegiatan, peserta diberikan penjelasan mengenai kandungan gizi, teknik pengolahan, dan penyimpanan yang higienis. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 80% setelah penyuluhan, dan 90% peserta mampu mempraktikkan pembuatan produk dengan baik. Produk yang dihasilkan dinilai memiliki rasa dan tekstur yang disukai anak-anak serta berpotensi menjadi peluang usaha rumahan. Kegiatan ini berdampak positif terhadap perubahan perilaku orang tua dalam menyediakan makanan sehat di rumah serta mendukung upaya pencegahan stunting di lingkungan sekolah. Ke depan, program ini akan dikembangkan melalui pendampingan lanjutan dan publikasi hasil kegiatan sebagai model edukasi gizi berbasis masyarakat.

Kata kunci: stunting, gizi, nugget, ice cream

PENDAHULUAN

TK GMIM HANA TWM, Kelurahan Wenang Utara, Kota Manado, Provinsi Sulawesi Utara, , menunjukkan bahwa masih terdapat anak-anak usia dini yang pertumbuhannya tidak sesuai dengan usia, baik dari aspek tinggi maupun berat badan. Hal ini menunjukkan bahwa masalah gizi—khususnya yang berkaitan dengan kondisi stunting—masih relevan di wilayah perkotaan sekalipun.

Masalah stunting (tubuh pendek akibat kekurangan gizi kronis) masih menjadi perhatian nasional di Indonesia. Berdasarkan survei nasional terbaru, prevalensi stunting nasional turun menjadi 19,8 % pada tahun 2024. (Kemenkes, R. I. 2024).

Penurunan ini menunjukkan kemajuan, namun masih jauh dari target nasional sebesar ~14,2 % pada 2029. Badan Kebijakan Kesehatan+1 Stunting tidak hanya berdampak pada aspek fisik anak, tetapi juga berimplikasi pada kemampuan kognitif, performa belajar, dan produktivitas di kemudian hari. (Ramadhan, G. A., 2021). Perbaikan status gizi memerlukan intervensi multisektoral, termasuk melalui pendidikan gizi kepada orang tua, pemanfaatan pangan lokal, dan inovasi produk olahan bergizi yang menarik bagi anak-anak. Dari literatur ditemukan bahwa intervensi pengolahan pangan lokal menjadi produk seperti nugget berbasis ikan atau sayuran, serta es krim buah dengan kandungan gizi tinggi, dapat menjadi strategi alternatif untuk meningkatkan asupan gizi anak. Sebagai contoh, inovasi es krim buah tarap untuk anak prasekolah menunjukkan bahwa olahan pangan lokal dapat meningkatkan pemahaman gizi dan potensi penerapan di masyarakat. (Yulianti, I., & Noviani, D., 2023). Demikian pula pelatihan pembuatan nugget ikan dan sayuran dilaporkan meningkatkan kemampuan masyarakat dalam membuat pangan olahan bergizi sebagai upaya pencegahan stunting. (Minsas, S. (2023)). Dalam konteks TK GMIM HANA TWM,

Orang tua murid belum memadai menggunakan teknologi olahan pangan bergizi seperti nugget dan ice-cream sehat sementara kondisi ekonomi dan pengetahuan gizi juga belum optimal. Untuk itu, kegiatan pengabdian ini dirancang dengan tujuan meningkatkan pengetahuan gizi orang tua murid dan mendampingi pembuatan nugget dan ice cream bergizi sebagai alternatif cemilan anak-anak yang bermutu gizi dan dapat diulang di rumah. Dengan demikian, penelitian pengabdian ini fokus pada upaya: (1) peningkatan pengetahuan gizi orang tua murid usia dini, (2) pendampingan teknis pembuatan nugget dan ice cream bergizi, dan (3) evaluasi kemampuan orang tua dalam mengaplikasikan produk olahan tersebut serta perubahan perilaku pemberian makanan kepada anak-anak TK. Dengan demikian diharapkan dapat mendukung upaya pencegahan stunting di lingkungan TK dan sekitarnya. Kelurahan Wenang Utara merupakan salah satu wilayah administratif di Kota Manado, Provinsi Sulawesi Utara, yang secara geografis terletak di pusat kota dan memiliki karakteristik masyarakat perkotaan dengan keragaman latar belakang sosial, ekonomi, dan agama. Di wilayah ini terdapat beberapa kelompok denominasi keagamaan yang bernaung di bawah persekutuan sosial Gerejawi, salah satunya adalah Gereja Masehi Injili di Minahasa (GMIM) HANA TWM. Jemaat GMIM TWM memiliki 46 kolom jemaat dengan jumlah sekitar 970 kepala keluarga (KK). Di bawah naungan gereja ini juga terdapat TK GMIM Paulus, sebuah lembaga pendidikan anak usia dini dengan jumlah 34 murid dan 3 orang guru. Sekolah ini berperan penting dalam mendukung pembentukan karakter, pengetahuan dasar, serta kesehatan anak usia dini. Namun, hasil observasi awal menunjukkan bahwa meskipun lokasi TK berada di kawasan perkotaan, masih ditemukan beberapa anak yang memiliki tinggi dan berat badan tidak sesuai dengan usia, yang merupakan indikasi adanya gangguan pertumbuhan (stunting). Pencegahan stunting dapat dilakukan melalui fokus kegiatan yang ditujukan kepada ibu hamil dan melahirkan, anak-anak, anak usia sekolah, remaja dan dewasa muda. Anak-anak perlu mengonsumsi berbagai macam sayuran dan buah-buahan, dan secara rutin memantau pertumbuhan mereka di posyandu (Pos Pelayanan Terpadu). Pada usia sekolah dilakukan pemeriksaan cacing dan semua kelompok umur harus berperilaku hidup bersih dan sehat. Pemberdayaan keluarga dengan mengolah pekarangan sebagai sumber gizi keluarga, Scaling Up Nutrition (SUN) atau gerakan sadar gizi nasional dalam rangka percepatan perbaikan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan, kerjasama swasta dan pemerintah dalam menyediakan dan mengakses makanan bergizi dapat

Jurnal Pengabdian Masyarakat

menjadi solusi pencegahan stunting (Setyabudi, 2019). WHO juga menyebutkan stunting pada masa kanak-kanak adalah hasil dari kekurangan gizi ibu dan pemberian makanan bayi dan anak yang tidak memadai (PMBA), berkorelasi dengan perkembangan neurokognitif yang terganggu, dan penanda risiko untuk penyakit tidak menular dan penurunan produktivitas di kemudian hari (WHO, 2014). Penelitian-penelitian lain menunjukkan masalah stunting di Indonesia berkaitan dengan konsumsi pangan yaitu rendahnya konsumsi makanan sumber protein hewani yang dikonsumsi sehari-hari (Purnamasari and Febry, 2023). Data dari Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), menunjukkan bahwa konsumsi protein hewani per hari di Indonesia sebesar 2030 gram, lebih rendah dibandingkan dengan negara ASEAN lainnya seperti Malaysia, Brunei, Filipina dan Thailand (Arthatiani and Zulham, 2019).

Permasalahan ini berakar pada kurangnya pengetahuan orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang bagi anak, baik sejak masa kehamilan hingga masa pertumbuhan. Selain itu, kondisi ekonomi sebagian keluarga yang berada pada tingkat menengah ke bawah juga memengaruhi kemampuan mereka dalam menyediakan makanan dengan kandungan gizi yang memadai setiap hari. Berdasarkan diskusi dengan orang tua dan guru, diketahui pula bahwa kebiasaan konsumsi camilan anak-anak masih didominasi oleh makanan instan kemasan yang rendah nilai gizinya.

Hasil pertemuan kelompok menunjukkan bahwa teknologi pengolahan makanan bergizi seperti nugget dan ice cream sehat belum pernah diadopsi oleh masyarakat setempat. Padahal, kedua jenis produk ini berpotensi besar menjadi alternatif camilan sehat yang disukai anak-anak, sekaligus menjadi peluang usaha rumah tangga bagi para orang tua. Kegiatan pengabdian yang mengajarkan pembuatan nugget ayam dan ice cream berbasis susu dan buah dapat menjadi strategi tepat untuk peningkatan gizi keluarga dan pencegahan stunting, sekaligus memberikan nilai ekonomi tambahan (Rahayu et al., 2023; Sustiyah et al., 2024).

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif (Participatory Action Approach), yaitu melibatkan secara aktif para guru, orang tua murid, dan pihak sekolah TK GMIM HANA dalam seluruh tahapan kegiatan. Pendekatan ini dipilih agar kegiatan tidak hanya bersifat penyuluhan satu arah, tetapi juga memberikan pendampingan, pelatihan, lewat video yang memungkinkan peserta memperoleh keterampilan nyata dalam pengolahan makanan bergizi. Metode ini juga mengacu pada prinsip transfer ilmu dan teknologi tepat guna, di mana masyarakat menjadi subjek kegiatan, bukan sekadar objek penerima manfaat. Dengan demikian, kegiatan diharapkan menghasilkan perubahan perilaku konsumsi pangan dan peningkatan kapasitas ekonomi keluarga.

1. Cara membuat Nugget



2. Cara Membuat Es Cream

Bahan

1. Air 5 gelas air
2. 3 sendok makan gula pasir
3. 11 sendok makan gula pasir
4. 3 sendok makan maizena
5. 1 sachet drink coklat bango-bango
6. 1 sendok makan Gyolet

CARA PEMBUATAN ES CREAM

1. Masukkan air, gula dan Gyolet ke dalam panci
2. Panaskan hingga mendidih
3. Tambahkan maizena hingga mendidih dan mendidih, lalu masukkan air
4. Masukkan drink bango ke dalam panci, dan masak hingga 5 jam
5. Setelah 5 jam, masukkan gula pasir dengan sendok makan hingga selesai masak
6. Tambahkan Gyolet, dan masukkan hingga selesai masak (Gyolet dan Gyolet)

7. Masukkan ke dalam toples yang steril, bisa dipanaskan dengan air
8. Masukkan drink bango ke dalam toples, dan masukkan air
9. Tambahkan bahan coklat ke dalam toples, dan masukkan air

10. Tutup rapat lalu masukkan ke dalam freezer, bekukan



Gambar 1. Pembuatan Nugget dan Es Cream

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil TK Hana

Kegiatan *Program Kemitraan Masyarakat (PKM)* ini dilaksanakan di TK GMIM HANA Titiwungen, Kelurahan Wenang Utara, Kota Manado, selama satu hari. Peserta terdiri dari guru-guru dan 34 orang tua murid. Kegiatan dilakukan dalam dua bentuk utama yaitu: Penyuluhan Gizi untuk Pencegahan Stunting, dan Pelatihan lewat video Pembuatan Nugget dan Ice Cream Bergizi. Pelaksanaan kegiatan berjalan lancar dengan dukungan penuh dari pihak sekolah dan antusiasme peserta yang tinggi. Proses penyuluhan dilakukan secara interaktif melalui ceramah, tanya jawab,. Pelatihan dilaksanakan secara demonstratif, di mana peserta berpartisipasi langsung dalam proses pembuatan produk..

Hasil Kegiatan Penyuluhan tentang stunting, gizi seimbang, makanan bergizi

Penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting. Sebelum kegiatan dimulai, peserta diberikan pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal. Setelah kegiatan, dilakukan post-test dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Kegiatan Penyuluhan

Aspek Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan (%)	Sesudah Penyuluhan (%)	Peningkatan (%)
Pengetahuan tentang stunting	45	90	+45
Pengetahuan tentang gizi seimbang	50	88	+38
Pemahaman tentang makanan bergizi untuk anak	40	85	+45

Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 42,6%, menandakan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi pada orang tua murid. Sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali pengertian stunting, penyebabnya, dan cara pencegahannya melalui pemberian makanan sehat di rumah. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Wulandari dan Fitriani (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi secara langsung dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku konsumsi keluarga dalam mencegah stunting.

Dampak Kegiatan Inisiatif Sekolah Pihak TK GMIM HANA berencana menjadikan kegiatan pelatihan ini sebagai program tahunan sekolah guna mendukung upaya pencegahan stunting. Beberapa orang tua mengusulkan agar hasil pelatihan ini dikembangkan menjadi usaha kecil olahan pangan sehat yang dapat dijual di lingkungan sekitar sekolah atau gereja.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan edukatif-partisipatif efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat, khususnya orang tua, mengenai gizi anak dan pencegahan stunting. Pendekatan ini berhasil menciptakan suasana pembelajaran yang aktif, di mana peserta tidak hanya menerima pengetahuan, tetapi juga antusias untuk praktik langsung.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan orang tua sebesar lebih dari 40% membuktikan bahwa intervensi nonformal berbasis sekolah dan komunitas dapat menjadi strategi efektif mendukung program nasional penurunan stunting (Kemenkes RI, 2024). Selain itu, pelatihan pembuatan produk pangan sehat seperti nugget dan ice cream berperan ganda sebagai sarana edukasi gizi dan pemberdayaan ekonomi keluarga (Sustiyah et al., 2024).

Dari perspektif kesehatan masyarakat, kegiatan ini berkontribusi terhadap pencegahan gizi kurang dan stunting melalui; Peningkatan konsumsi protein hewani (ayam, susu). Peningkatan asupan vitamin dan mineral dari sayur dan buah.. Pengurangan konsumsi jajanan ultra-proses yang rendah nilai gizi. Selain manfaat kesehatan, kegiatan ini juga menumbuhkan jiwa kewirausahaan keluarga, sesuai dengan konsep *community empowerment* dalam pengabdian masyarakat (Arifin et al., 2022). Dengan pendampingan lanjutan dan pemantauan gizi anak secara berkala, kegiatan ini berpotensi menghasilkan dampak jangka panjang terhadap peningkatan kualitas gizi dan kesejahteraan keluarga di wilayah Wenang Utara.

Hasil Kegiatan Pelatihan Pembuatan Nugget dan Ice Cream

Pelatihan pembuatan nugget dan ice cream bergizi yang dilaksanakan melalui metode pemutaran video berjalan dengan baik dan mendapat dukungan penuh dari pihak sekolah. Penggunaan media video terbukti efektif karena mampu memberikan gambaran langkah demi langkah yang jelas, sehingga

memudahkan peserta mengikuti proses pembuatan produk.. Antusiasme peserta sangat tinggi; orang tua tidak hanya menonton, tetapi juga aktif terlibat dalam praktik langsung. Partisipasi ini membuat proses pembelajaran lebih bermakna karena peserta dapat langsung mempraktikkan teknik yang ditunjukkan dalam video, seperti pengolahan bahan, teknik pencampuran, serta cara penyajian yang higienis.

Kegiatan ini memberikan beberapa dampak positif, antara lain; Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Peserta memahami cara membuat makanan bergizi dengan bahan sederhana, sehingga dapat diaplikasikan di rumah untuk menunjang pemenuhan gizi anak.

Kesadaran gizi melalui demonstrasi visual meningkat, peserta lebih mudah memahami pentingnya pemilihan bahan pangan yang sehat dan bergizi., Pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan, kombinasi video dan praktik langsung menciptakan suasana belajar yang aktif, tidak monoton, dan memotivasi peserta untuk mencoba kembali di rumah karena berpotensi pemberdayaan ekonomi keluarga, demikian juga berpeluang ang bagi orang tua untuk mengembangkan produk nugget dan ice cream sehat sebagai usaha rumahan.

Secara keseluruhan, metode pelatihan berbasis video dan partisipasi langsung ini efektif meningkatkan keterampilan praktis dan pemahaman gizi peserta, serta berkontribusi pada upaya pencegahan stunting melalui penyediaan makanan sehat di lingkungan keluarga.

KESIMPULAN

1. Kegiatan PKM ini berhasil meningkatkan pengetahuan gizi, keterampilan pengolahan makanan bergizi, dan kesadaran orang tua tentang pentingnya pola makan sehat dalam pencegahan stunting. Pendekatan partisipatif terbukti efektif untuk membangun kolaborasi antara perguruan tinggi, sekolah, dan masyarakat.
2. Pelatihan berbasis video yang dipadukan dengan praktik langsung terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran gizi orang tua. Peserta mengikuti kegiatan dengan antusias dan mampu mempraktikkan teknik pembuatan *nugget dan ice cream* yang bergizi secara mandiri. Selain mendukung pemenuhan gizi anak dan pencegahan stunting, juga memiliki potensi pemberdayaan ekonomi keluarga melalui peluang usaha produk pangan sehat. bagi orang tua dan lingkungan sekolah.

Daftar Pustaka

- [1] Agustina, R., Setiawan, E., & Syarif, D. R. 2021. Hubungan Pola Asuh, Asupan Gizi, dan Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan Indonesia*, 16(2): 85–94.
- [2] Aini, N., & Kurniawati, D. 2022. Pemanfaatan Pangan Lokal sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(1): 45–52.
- [3] Alamsyah, F., & Rachmawati, E. 2020. Inovasi Produk Pangan Olahan Sehat untuk Anak Sekolah. *Jurnal Teknologi dan Industri Pangan*, 31(1): 67–75.

-
- [4] Hasanuddin, M. 2011. *Teknologi Pengolahan Es Krim Tradisional dan Modern*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- [5] Hidayati, N., & Sari, R. 2021. Pengaruh Pelatihan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu dalam Pencegahan Stunting di Posyandu. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 10(3): 178–186.
- [6] Kemenkes, R. I. (2024). *Ssgi 2024: Prevalensi Stunting Nasional Turun Menjadi 19, 8%*. Diperoleh dari <https://kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi-198>
- Lestari, N., & Pertiwi, F. 2019. Pelatihan Pembuatan Nugget Sehat sebagai Upaya Pemberdayaan Ibu Rumah Tangga. *Jurnal Abdimas Gizi*, 4(2): 55–62.
- [7] Mufidah, S., & Kurniasari, R. 2020. Peningkatan Pengetahuan Gizi Ibu melalui Penyuluhan dan Demonstrasi Pembuatan Makanan Bergizi Anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 2(1): 34–40.
- [8] Putri, A., & Rahmawati, D. 2022. Pembuatan Es Krim Berbahan Dasar Buah Lokal untuk Meningkatkan Daya Tarik Konsumsi Anak. *Jurnal Inovasi Teknologi Pangan*, 3(1): 21–29.
- [9] Rahmadani, E., & Sitorus, L. 2020. Hubungan Status Sosial Ekonomi dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 2–5 Tahun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2): 97–105
- [10] Ramadhan, G. A. Bantuan Bank Dunia Dalam Penanganan Kasus Stunting Di Indonesia Melalui Program Investing In Nutrition And Early Years (Iney) Tahun 2018-2021
- [11] Sari, M., & Nugraheni, P. 2023. Strategi Pencegahan Stunting Berbasis Edukasi Gizi di Tingkat Keluarga. *Jurnal Kesehatan dan Gizi Indonesia*, 12(1): 25–33.
- [12] Utami, D., & Yuliana, E. 2021. Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal dalam Produk Olahan Nugget dan Ice Cream Sehat. *Jurnal Teknologi Pangan Terapan*, 9(2): 144–152.
- [13] Yulianti, I., & Noviani, D. (2023). Innovation Of Tarap Fruit Ice Cream In The Nutritional Adequacy Of Pre-School Children: Inovasi Ice Cream Buah Tarap Dalam Kecukupan Gizi Anak Pra Sekolah. *Jpm*, 9(2), 87-95
- [14] World Health Organization (WHO). 2022. *Reducing Stunting in Children: Global Nutrition Targets 2025*. Geneva: WHO Press.