



Inovasi Pangan Lokal Nugget Talas sebagai Upaya Strategis untuk Mengentaskan Stunting di Desa Katulampa

Yulianti^{1*}, FX Setiyo Wibowo², Anik Yuniati³, Ria Aryani⁴, Dini Murniaty⁵

^{1,2,3,4,5}Politeknik Sahid

yulianti@polteksahid.ac.id^{1*}, fxsetiyowibowo@polteksahid.ac.id²,
anikyuniati@polteksahid.ac.id³, riaaryani@polteksahid.ac.id⁴,
dinimurniaty@polteksahid.ac.id⁵

Diajukan 08-01-2025	Direvisi 15-01-2025	Diterima 30-01-2025
------------------------	------------------------	------------------------

ABSTRACT

Stunting remains a serious problem facing children in Katulampa Village, Bogor, with one of the main causes being an unhealthy diet. The impacts of stunting include decreased cognitive ability, low IQ, and lack of focus due to impaired brain and neurological development. To overcome this problem, the Sahid Polytechnic lecturer team carried out a mentoring and counseling program for mothers with stunted children. This program uses the Socratic-Demonstration method which is effective in conveying information and skills interactively and visually. This counseling focuses on making innovative taro nuggets with chicken mixture, which are designed as a healthy and nutritious alternative for children who like fast food. Through this method, participants not only gained theoretical understanding but also hands-on practice that motivated them to try the recipe at home. Taro nuggets are expected to increase children's appetite while meeting the nutritional needs essential for their growth. With this program, it is hoped that the prevalence of stunting can gradually decrease through the introduction of healthy and innovative variations of local food preparations. This article provides practical insights that can be used as a reference in research and community service in other areas to support efforts to overcome stunting.

Keyword: Stunting, Innovations, Nugget, Taro

ABSTRAK

Stunting masih menjadi masalah serius yang dihadapi anak-anak di Desa Katulampa, Bogor, dengan salah satu penyebab utamanya adalah pola makan yang tidak sehat. Dampak stunting meliputi penurunan kemampuan kognitif, rendahnya IQ, dan kurangnya fokus akibat gangguan perkembangan otak dan neurologis. Untuk mengatasi permasalahan ini, tim dosen Politeknik Sahid melaksanakan program pendampingan dan penyuluhan bagi para ibu dengan anak stunting. Program ini menggunakan metode Sokratik-Demonstrasi yang efektif dalam menyampaikan informasi dan keterampilan secara interaktif dan visual. Penyuluhan ini berfokus pada pembuatan inovasi nugget talas dengan campuran ayam, yang dirancang sebagai alternatif sehat dan bergizi untuk anak-anak yang menyukai makanan cepat saji. Melalui metode ini, peserta tidak hanya mendapatkan pemahaman teoritis tetapi juga praktik langsung yang memotivasi mereka untuk mencoba resep di rumah masing-masing. Nugget talas diharapkan dapat meningkatkan nafsu makan anak sekaligus memenuhi kebutuhan gizi yang penting untuk pertumbuhan mereka. Dengan program ini, diharapkan prevalensi stunting dapat menurun secara bertahap melalui pengenalan variasi olahan pangan yang sehat dan inovatif. Artikel ini memberikan wawasan praktis yang dapat dijadikan referensi dalam penelitian maupun pengabdian di daerah lain untuk mendukung penanganan stunting.

Kata Kunci: Stunting, Inovasi, Nugget, Talas

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi masalah serius yang dihadapi anak-anak di Desa Katulampa, Bogor. Berdasarkan data yang dihimpun oleh pihak kelurahan dan tim PKK, salah satu penyebab utamanya adalah pola makan anak yang tidak sehat. Stunting memiliki pengaruh negatif terhadap kemampuan kognitif pada anak, seperti lebih rendahnya IQ dan kurangnya hasil prestasi akademik. Stunting memiliki implikasi biologis terhadap perkembangan otak dan neurologis yang diterjemahkan kedalam penurunan nilai kognitif

yang berdampak pada kurangnya prestasi belajar. Stunting merupakan proses panjang yang dimulai dari masa prakonsepsi dimana kesehatan ibu sangat mempengaruhi kesehatan anak yang dilahirkannya (Daracantika et al., 2021).

Ditemukan 47 anak di Desa ini yang mengalami Stunting dan cenderung menolak makanan bergizi. Para anak lebih memilih jajanan yang mengandung pemanis buatan, pewarna mencolok, dan perasa makanan berlebihan. Kondisi ini diperburuk oleh kurangnya kemampuan sebagian orang tua dalam membuat makanan olahan yang disukai anak namun tetap bernutrisi tinggi.

Melihat urgensi ini, Kami Tim Dosen Poltek Sahid terpanggil untuk berkontribusi melalui pendekatan kreatif dan berbasis solusi, merancang dan memperkenalkan olahan makanan bergizi yang murah, mudah didapat, dan sesuai dengan preferensi anak-anak. Umumnya anak-anak menyukai makanan cepat saji seperti Ayam Goreng kriuk, Pizza, Nugget dan lainnya. Nugget adalah makanan fast food yang berbahan dasar olahan daging sehingga dalam hal ini tidak terkandung serat didalamnya. Tetapi kita bisa kreasikan dengan penambahan jantung pisang kepok. Adanya penambahan jantung pisang kepok dalam pembuatan nugget akan meningkatkan kandungannya serat.(Supriyatin et al., 2022)

Dalam Pengabdian Masyarakat kali ini, penyuluh berinovasi menggunakan Talas dengan penambahan daging ayam untuk membuat Nugget yang kaya akan gizi. Kreasi olahan produk lokal tersebut tidak kalah lezat dengan Nugget pada umumnya. Setiap makanan ini dirancang dengan mempertimbangkan kebutuhan gizi anak serta preferensi rasa yang dapat menarik minat mereka.

Inisiatif ini tidak hanya menjadi solusi praktis untuk memenuhi kebutuhan gizi anak-anak, tetapi juga memberdayakan para orang tua dengan pengetahuan baru tentang pengolahan makanan sehat. Dengan dukungan penuh dari Kepala Kelurahan Katulampa dan tim PKK yang aktif memonitor Masyarakat, kegiatan ini menjadi langkah awal yang konkret dalam mengatasi stunting di Desa Katulampa. Program ini membuktikan bahwa kolaborasi antara Akademisi, Pemerintah, dan Masyarakat dapat menciptakan perubahan yang signifikan demi masa depan generasi yang lebih sehat.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara tim oleh dosen Poltek Sahid Jakarta. Pelaksanaan Kegiatan pada bulan Desember 2024 bertempat di balai Desa Kelurahan Katulampa Bogor. Pemilihan lokasi ini dengan pertimbangan merupakan penghasil Talas terbesar di Kota Bogor. Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Katulampa bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan warga dalam mengolah bahan pangan lokal, khususnya Talas, menjadi makanan yang enak, sehat, bergizi, serta disukai oleh anak-anak. Tujuan ini menjadi sangat penting mengingat Desa Katulampa tengah menghadapi kondisi darurat stunting, yang mempengaruhi tumbuh kembang anak-anak di wilayah tersebut.

Sebagai bentuk pencegahan yang nyata, Tim Dosen Poltek Sahid melibatkan Mahasiswa dalam melaksanakan program pendampingan inovatif berupa demo masak langsung di depan Para Ibu dengan anak Stunting serta para pendamping PKK. Melalui kegiatan ini, warga dapat menyaksikan secara langsung proses pengolahan makanan, memahami cara memadukan bahan-bahan sederhana menjadi menu bergizi, dan merasakan hasil olahan tersebut bersama anak-anak mereka.

Program ini tidak hanya menyorot peningkatan kesadaran akan pentingnya gizi, tetapi juga memberikan pengalaman langsung bagi Masyarakat, terutama Ibu-Ibu, untuk mempraktikkan keterampilan baru di rumah. Dengan menciptakan makanan yang menarik

dan sesuai selera anak, berupa Nugget Talas ini, diharapkan para Ibu mampu menghadirkan alternatif makanan sehat yang membantu mencegah stunting secara efektif.

Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif ini, kegiatan abdimas berupaya menciptakan perubahan berkelanjutan, menjadikan Desa Katulampa lebih siap melawan stunting demi masa depan anak-anak yang lebih sehat dan cerdas.

Sasaran kegiatan Abdimas di Desa Katulampa ini adalah para ibu yang memiliki anak balita Stunting sebanyak 37 orang, mitra kader PKK berjumlah 10 orang, Ibu Duta Stunting 1 orang, stake holder kecamatan 3 orang, Ketua KP KB 1 orang, Petugas Keamanan 1 orang, Kepala desa dan SeKel 2 orang.



Gambar 1. Bagan Alir Kegiatan Abdimas

Gambar 1 menunjukkan Bagan Alir Kegiatan Abdimas yang terdiri dari 3 tahapan dimana Tahap 1). Tim melakukan persiapan dengan mendatangi Kelurahan Katulampa dan menanyakan permasalahan yang dihadapi seputar kuliner, beliau meminta untuk membuat olahan makanan untuk mencegah Stunting. Kemudian berdasarkan hasil Survey lapangan bahwa Talas adalah Hasil Panen terbesar dan harganya sangat murah. Tahap 2). Dosen memberikan masukan untuk membuat Nugget karena Balita 1-5 tahun umumnya sangat menyukai Nugget. Kemudian Mahasiswa melakukan eksperimen sebanyak 3 kali untuk mendapatkan hasil yang sesuai dan pas seperti Nugget buatan pabrik. Meskipun Talas bahan dasar yang murah dan mudah didapat namun meningkatkan Gizi baik untuk anak. Tahap 3). Pelaksanaan demonstrasi pengolahan Inovasi Nugget Talas langsung di depan para peserta. Dan mereka langsung dapat merasakan sendiri hasil akhir dari proses pembuatan Nugget Talas tersebut.

HASIL PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu yang memiliki anak balita dalam pencegahan stunting melalui pendekatan berbasis bahan pangan lokal. Talas, sebagai salah satu hasil panen lokal yang melimpah, memiliki potensi besar untuk diolah menjadi menu sehat dan seimbang. Dalam program ini, promosi kesehatan dilakukan untuk memperkenalkan pentingnya menu gizi seimbang berbasis talas sebagai salah satu alternatif sumber energi yang kaya serat, vitamin, dan mineral.

Metode pendampingan yang dilakukan dalam Abdimas ini adalah Sokratik-Demonstrasi yang dapat meningkatkan pengetahuan peserta selain berupa penyuluhan juga dengan menjelaskan suatu prosedur secara visual dalam hal ini demo masak langsung, sehingga mudah dimengerti dan peserta dapat mencoba pengetahuan yang diterimanya (Erika et al., 2022). Pelibatan Peserta langsung untuk mempraktikkan pembuatan nugget talas, dirancang agar peserta dapat mempraktekkan langsung di rumah masing-masing untuk menarik minat anak balita sekaligus memenuhi kebutuhan gizi harian mereka.

Talas yang digunakan dalam olahan pangan ini merupakan sumber pangan yang penting karena umbinya termasuk bahan pangan yang memiliki nilai gizi yang baik. Menurut Suminarti dalam (Putri et al., 2017) menyatakan jika ditinjau dari kandungan nutrisinya, umbi talas termasuk komoditas pangan yang sehat dan tingkat keamanannya terletak pada rendahnya kandungan karbohidrat (22,25%), gula reduksi (0,87%) dan kadar pati atau amilum (24,11%). Kandungan zat gizi yang tertinggi dalam talas adalah pati atau amilum meskipun bervariasi antar jenis talas.

Hartati juga mengatakan bahwa Talas selain digunakan sebagai sumber karbohidrat, umbi talas juga dapat dimanfaatkan sebagai pangan fungsional karena kandungan oligosakaridanya yang cukup tinggi. (Putri et al., 2017)

Nugget talas ini diperkaya dengan bahan tambahan seperti daging ayam dan kaldu jamur, sehingga tidak hanya lezat tetapi juga padat gizi. Melalui sesi pelatihan, ibu-ibu diberikan panduan lengkap mulai dari pemilihan bahan berkualitas, teknik pengolahan yang higienis, hingga cara menyajikan makanan dengan menarik. Pendekatan ini tidak hanya memberikan solusi praktis bagi keluarga tetapi juga mendorong optimalisasi hasil panen lokal untuk meningkatkan status gizi anak. Dengan keterampilan baru ini, diharapkan ibu-ibu mampu menerapkan pola makan yang lebih sehat dan mencegah risiko stunting pada anak-anak mereka. Program ini juga menjadi langkah strategis dalam memberdayakan komunitas lokal untuk menciptakan generasi yang lebih sehat dan produktif.

Pengetahuan gizi yang baik yang dimiliki ibu diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik bagi anaknya. Hal ini mampu memperbaiki status gizi ke arah yang lebih baik pula. Pengetahuan gizi ibu memiliki peran penting dalam pembentukan kebiasaan makan anak. Penyuluhan yang diberikan terhadap ibu dapat meningkatkan perilaku ibu dalam pemberian Makanan Pendamping ASI pada Susu Ibu (MP-ASI) (Kustiani & Misa, 2018)

1. Formulasi Inovasi Pangan Lokal Nugget Talas

Inovasi Nugget Talas yang sebelumnya telah kita uji coba atau lakukan eksperimen sebelumnya menghasilkan resep yang bisa diikuti oleh para peserta dengan resep sebagai berikut:

Tabel 1. Formulasi Nugget Talas

NO	Bahan	QTY	Unit
1	Talas	3	pcs
2	Dada Ayam Filet	500	gram
3	Bawang Putih	3	siung
4	Garam	1	sdt
5	Kaldu Jamur	1	sdt
6	Gula	1/2	sdt
7	Lada Bubuk	1/2	sdt
8	Tepung Tapioka	1	sdm
9	Susu Full Krim	2	sdm
10	Telur	1	btr
11	Tepung(Untuk adonan basah)	3	sdm
12	Tepung Panir	secukupnya	
13	Minyak Goreng	secukupnya	

2. Cara Pembuatan Nugget Talas

Untuk Pembuatan Nugget Talas, Mahasiswa melakukan demonstrasi langsung pembuatannya di depan peserta agar mereka dapat memahami metode dan Teknik pengolahan, pencampuran serta menggorengnya. Namun agar peserta tidak lupa maka kami memberikan Resep dalam bentuk Flier sebagai berikut;



Gambar 2. Flier Resep untuk diberikan Kepada Peserta (Sumber: Dokumentasi Penulis)



Gambar 3. Bahan Nugget yang siap digoreng setelah proses pengolahan (Sumber: Dokumentasi Penulis)

3. Proses Penyuluhan Pembuatan Inovasi Nugget Talas

Metode Edukasi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini kombinasi ceramah, tanya jawab, demonstrasi, penjelasan lisan dan pemberian flier resep yang dijelaskan

secara visual. Peserta menjadi lebih mudah mengerti dan dapat mencoba pengetahuan yang diterimanya.



Gambar 4. Demonstrasi Pengolahan Produk Nugget Talas
(Sumber: Dokumentasi Penulis)



Gambar 5. Metode Pelatihan Sokratik-Demonstrasi
(Sumber: Dokumentasi Penulis)

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Pengabdian Masyarakat melalui penyuluhan dan pendampingan pembuatan inovasi nugget berbasis pangan lokal talas melalui metode Sokratik-Demonstrasi telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta, terutama para Ibu dengan anak Stunting dan Ibu PKK pendamping Warga. Metode ini memungkinkan peserta untuk terlibat aktif melalui diskusi interaktif, tanya jawab, serta pemahaman yang mendalam terhadap materi yang disampaikan. Demonstrasi langsung pembuatan nugget talas memberikan gambaran visual yang konkret mengenai proses pengolahan, sehingga peserta tidak hanya memahami teori tetapi juga mampu mempraktikkan di rumah. Respons antusias dari peserta, terutama dalam bentuk pertanyaan dan keinginan untuk mencoba resep di rumah, menunjukkan bahwa pendekatan ini berhasil meningkatkan minat dan motivasi ibu-ibu dalam mengolah pangan lokal sebagai upaya mendukung pemenuhan gizi anak dan mencegah stunting.

Berdasarkan hasil kegiatan ini, direkomendasikan:

1. Implementasi Pendampingan atau Penyuluhan dengan Metode Sokratik-Demonstrasi di Program Lain dengan memanfaatkan potensi pangan lokal setempat, untuk memberikan dampak yang lebih luas dalam upaya peningkatan gizi keluarga.
2. Kolaborasi antara Akademi, Pemerintah dan Penggerak Kesehatan dalam hal ini PKK disarankan untuk melakukan program pengentasan stunting dan pemberdayaan masyarakat.
3. Hasil Pengabdian dan penyuluhan ini dapat dikembangkan menjadi materi edukasi dalam bentuk buku panduan atau video yang dapat diakses masyarakat luas, sehingga manfaatnya dapat terus berlanjut.
4. Diperlukan penelitian lanjutan untuk mengevaluasi dampak konsumsi nugget talas terhadap peningkatan nafsu makan dan status gizi anak dalam jangka panjang, serta untuk mengidentifikasi strategi inovasi pangan lain berbasis potensi lokal.

Dengan penerapan yang konsisten, program ini dapat menjadi inspirasi dan referensi bagi para peneliti maupun pelaku pengabdian masyarakat di berbagai daerah, untuk menciptakan solusi inovatif dalam meningkatkan kualitas hidup generasi penerus bangsa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh Ibu dan Balita yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan Pengabdian Masyarakat yang telah dilaksanakan pada Bulan Desember 2024. Tak luput juga kepada pihak mitra kader, Ibu PKK, Ketua KB dan aparat Pemerintahan Kelurahan Desa Katulampa yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih kepada Poltek SAHID atas dukungan dana serta Transportasi yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Daracantika, A., Ainin, & Besral. (2021). Systematic Literature Review : Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak Systematic Literature Review : The Negative Effect of Stunting on Children ' s Cognitive Development Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tidak optimalnya kemam. *Bikfokes*, 1(2), 124–135. <https://doi.org/10.7454/bikfokes.v1i2.1012>
- Erika, E., Asni Arti, N., & Fridayana Fitri, R. (2022). Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Melalui Program Penyuluhan Sokratik-Demonstrasi. *JUKESHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 80–89. <https://doi.org/10.51771/jukeshum.v2i1.248>
- Kustiani, A., & Misa, A. P. (2018). Perubahan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Ibu Dalam Pemberian Mp-Asi Anak Usia 6-24 Bulan Pada Intervensi Penyuluhan Gizi Di Lubuk Buaya Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal)*, 5(1), 51–57. <https://doi.org/10.33653/jkp.v5i1.94>
- Putri, J. C. S., Haryanti, S., & Izzati, M. (2017). Pengaruh Lama Penyimpanan Terhadap Perubahan Morfologi Dan Kandungan Gizi Pada Umbi Talas Bogor (*Colocasia esculenta* (L.) Schott). *Jurnal Akademika Biologi*, 6(1), 49–58. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/biologi/article/view/19522>
- Supriyatin, T., Damayanti, F., & Arfa, A. N. (2022). Kreasi Olahan Nugget Dari Jantung Pisang Sebagai Alternatif Cemilan Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Biologi Dan Sains*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.30998/jpmbio.v1i1.948>