

DEMONSTRASI PEMBUATAN FROZEN FOOD BERBASIS IKAN LELE DI DESA MASANGAN KULON

Anugrah Linda Mutiarani¹, Ira Dwijayanti², Pratiwi Hariyani Putri³, Viera Nu'riza Pratiwi⁴

^{1,2,3,4} Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

e-mail: anugrah_linda@unusa.ac.id

Abstrak

Banyak orangtua saat ini yang memilih memberikan makanan praktis dan rendah zat gizi pada anak. Kesibukan dan tidak adanya waktu serta ketidakmampuan mengolah makanan yang praktis dan sehat menjadi alasan sebagian orangtua. Oleh karena itu, diperlukan pengenalan makanan praktis dan sehat (*frozen food*) dengan metode yang interaktif. Demonstrasi merupakan proses penyampaian informasi yang menyenangkan, lebih jelas dan konkret sehingga ibu balita akan lebih mudah dalam memahami informasi yang diberikan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini selama 6 bulan dengan jumlah sasaran 30 ibu balita, pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling method*. Pelaksanaan pengabdian ini diawali dengan pembuatan media poster dan video pengolahan *frozen food*. Setelah media siap, dilaksanakan edukasi kepada ibu balita yang diawali dengan *pretest*, kemudian demonstrasi pembuatan *nugget* berbahan dasar ikan lele dan penayangan video pembuatan bakso ikan lele serta pelaksanaan *posttest*. Uji statistic yang digunakan untuk melihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi adalah *Wilcoxon sign rank test*. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah edukasi pembuatan *frozen food* dengan nilai $p=0,000$. Pengetahuan ibu balita meningkat menjadi 80% yang menjawab benar setelah diberikan edukasi. Seluruh peserta sangat antusias dan bersemangat selama kegiatan berlangsung. Metode demonstrasi dan media video dapat digunakan sebagai salah satu metode edukasi yang interaktif dan menyenangkan.

Kata kunci: Demonstrasi, Frozen Food, Ikan Lele, Pengetahuan, Ibu Balita

Abstract

Many parents nowadays choose to give their children practical food that is low in nutrients. Busyness and lack of time as well as the inability to prepare practical and healthy food are the reasons for some parents. Therefore, it is necessary to introduce practical and healthy food (*frozen food*) using interactive methods. Demonstration is a process of conveying information that is fun, clearer, and more concrete so that it will be easier for mothers of toddlers to understand the information provided. This service activity was carried out for 6 months with a target number of 30 mothers of toddlers, sampling using the accidental sampling method. The implementation of this service began with the creation of poster media and videos of frozen food processing. After the media was ready, education was carried out for mothers of toddlers starting with a pretest, then a demonstration of making catfish-based nuggets and showing a video of making catfish meatballs and carrying out a posttest. The statistical test used to see the difference in knowledge before and after education is the Wilcoxon sign rank test. The results of community service show that there is a difference in the knowledge of mothers of toddlers before and after education on making frozen food with a value of $p=0.000$. The knowledge of mothers of toddlers increased to 80% who answered correctly after being given education. All participants were very enthusiastic and enthusiastic during the activity. Demonstration methods and video media can be used as an interactive and fun educational method

Keywords: Demonstration, Frozen Food, Catfish, Knowledge, Mother of Toddlers

PENDAHULUAN

Pemerintah Indonesia memperhatikan permasalahan gizi secara serius, terutama stunting. Data SSGI tahun 2021 menyebutkan bahwa *stunting* di Jawa Timur sebesar 23,5%, sedangkan di Kabupaten Sidoarjo kasus *stunting* sebesar 14,8%, *wasting* 5,4%, dan *underweight* 7,2%.

Penyebab langsung masalah gizi adalah kurangnya asupan makanan dan penyakit infeksi. Kecukupan energi dan protein penduduk Indonesia termasuk dalam kategori sangat kurang yaitu sebesar 45,7% untuk energi dan 36,1% untuk protein (Bappenas, 2019).

Faktor yang mempengaruhi asupan makanan adalah pola asuh dan ketersediaan pangan. Pola asuh yang kurang tepat dapat disebabkan oleh pengetahuan ibu yang kurang terkait jenis bahan makanan,

pengolahan dan tambahan bahan pangan yang aman untuk anak. Saat ini terjadi pergeseran pola makan sehat, karena kesibukan orangtua sehingga memilih makanan yang praktis tanpa diketahui kandungan berbahaya di dalamnya serta maraknya iklan makanan pada media elektronik (Aidid, dkk, 2017). Pemilihan makanan yang kurang tepat dapat mengakibatkan permasalahan kesehatan pada anak. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuwanti, dkk pada tahun 2021 yang menyebutkan bahwa kejadian *stunting* pada balita berhubungan dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan instan di Kabupaten Grobogan. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Desa Masangankulon, sebagian ibu balita masih kurang tepat dalam pemberian makanan dan jajanan untuk balita yaitu masih banyaknya balita yang mengkonsumsi jajanan dan minuman instan dengan warna yang mencolok dan berpengawet.

Pola asuh dipengaruhi oleh pengetahuan ibu atau pengasuh dalam memberikan makanan yang tepat pada balita. Salah satu pendekatan untuk meningkatkan pemberian makan yang sehat dan tepat apada balita adalah intervensi perubahan perilaku yang difokuskan pada orang-orang yang merawat baduta secara langsung sebagai ibu dan anggota keluarga dekat lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Kemen Desa (2017), menyebutkan bahwa peningkatan praktik pemberian makan, asupan gizi, dan pertumbuhan anak dipengaruhi oleh intervensi dalam bentuk informasi, pendidikan dan komunikasi sesuai dengan budaya setempat.

Teori *Behavior Centered Design* (BCD) berprinsip bahwa perilaku hanya dapat berubah sebagai respon atas sesuatu yang baru, menantang, mengejutkan atau menarik (Laxmanirayan, 2006 dalam Amareta, 2017). Demonstrasi merupakan salah satu metode edukasi pembelajaran praktik yang menarik dan isinya dapat dikembangkan sesuai dengan kebutuhan.

Penelitian Mutiarani, et al (2022) menyebutkan bahwa bakso berbahan dasar ikan lele dengan penambahan ampas tempe dan daun kelor memiliki protein yang tinggi dan dapat digunakan sebagai alternatif camilan sehat untuk balita *stunting*. Bakso atau nugget merupakan makanan yang disukai oleh anak-anak, dimana pembuatannya mudah dan dapat disimpan dalam bentuk *frozen food*.

Berdasarkan latar belakang diatas, perlu dilaksanakan edukasi terkait pembuatan *frozen food* berbasis ikan lele yang praktis, sehat, tanpa pengawet dan disukai oleh balita dengan metode demonstrasi.

METODE

Metode yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini adalah demonstrasi dan pemberian informasi melalui media video pembuatan bakso dan nugget berbahan dasar ikan lele yang dimodifikasi dengan penambahan sayur.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Pengabdian masyarakat ini memakan waktu selama 6 bulan dan dilaksanakan di Kantor Desa Masangan Kulon Kabupaten Sidoarjo.

Jumlah Peserta dan Metode pengambilan sampel

Sasaran adalah ibu balita dengan jumlah 30 orang. Penentuan sasaran menggunakan metode *accidental sampling*.

Tahapan Pelaksanaan

1. Perencanaan

Perencanaan meliputi kegiatan sebagai berikut:

- Melakukan koordinasi dengan Kepala Desa, ahli gizi, dan ketua PKK Masangan Kulon terkait agenda pengabdian Masyarakat.
- Melakukan analisa data dan situasi untuk penyusunan program kegiatan.

2. Persiapan Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana disiapkan bersama dengan ketua PKK desa Masangan Kulon. Persiapan sarana prasarana terdiri dari persiapan terkait pembuatan *frozen food* yaitu peralatan memasak, listrik, *LCD*, *sound system* serta persiapan tempat yaitu balai desa untuk pelaksanaan kegiatan.

3. Pelaksanaan kegiatan

Rangkaian kegiatan pengabdian adalah:

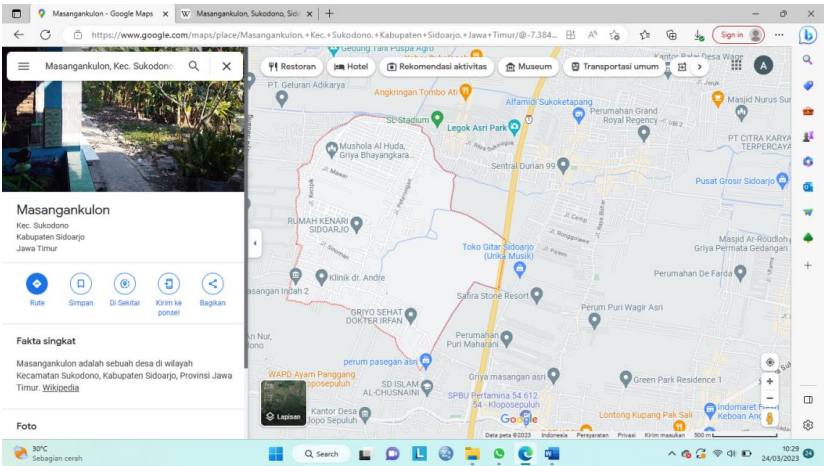
- Diawal kegiatan, dilakukan pembuatan poster pengolahan *frozen food* yang meliputi penelaahan pustaka, penyusunan *content* atau isi poster kemudian proses pencetakan
- Pembuatan video pengolahan *frozen food* yaitu proses pembuatan *nugget* dan bakso ikan lele
- Sebelum edukasi dimulai, peserta diminta untuk mengisi kuisisioner (*pretest*)

- d. Edukasi pembuatan *frozen food* meliputi pengolahan *nugget* dan bakso ikan lele yang dilakukan secara interaktif menggunakan metode demonstrasi dan media video
- e. Mengukur pengetahuan peserta setelah dilakukan edukasi menggunakan kuisioner (*posttest*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dari pengabdian kepada masyarakat di Desa Masangan Kulon Kabupaten Sidoarjo yaitu:

Gambaran Umum Lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat



Gambar 1. Peta Desa Masangan Kulon
Sumber: Google Maps (2023)

Lokasi pengabdian kepada masyarakat adalah Desa Masangan Kulon yang berada di Kecamatan Sukodono Kabupaten Sidoarjo. Batas wilayah sebelah Selatan adalah Desa Klopo Sepuluh Kecamatan Buduran, sebelah utara adalah Desa Suko Kecamatan Taman, di sebelah timur adalah Desa Masangan Wetan Kecamatan Buduran dan di sebelah barat adalah Desa Sadang dan Panjuran Kecamatan Taman. Selain batas wilayah, gambaran umum dari desa ini tampak dari kegiatan masyarakatnya yang sangat banyak dan beragam, salah satunya yaitu posyandu balita, pelatihan kader, dan PKK.

Karakteristik Sasaran

Pengabdian masyarakat ini memiliki sasaran yaitu ibu balita di Desa Masangan Kulon yang berjumlah 30 orang dengan karakteristik yang digambarkan pada tabel 1

Tabel 1. Karakteristik Sasaran

Karakteristik Umum	Ibu Balita	
	Jumlah (n)	%
Usia (th)		
17-25	9	30
26-35	16	53,3
36-45	5	16,7
Total	30	100
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	23	76,7
Perangkat Desa	1	3,3
Swasta	3	10
Guru	3	10
Total	30	100

Sumber: Data Primer (2023)

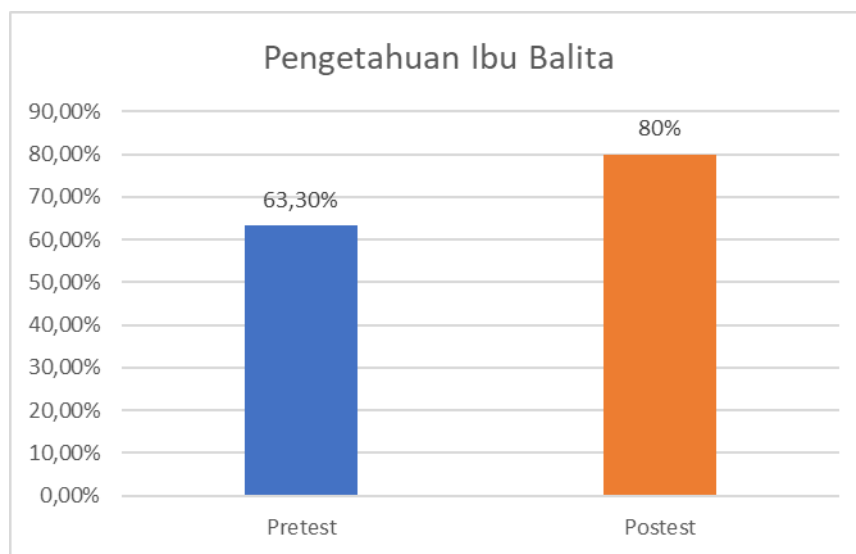
Tabel 1 diatas menggambarkan karakteristik ibu balita berdasarkan usia dan pekerjaan. Sebagian besar usia sasaran termasuk kategori dewasa awal dengan rentang usia 26-35 sebanyak 16 orang (53,3%). Sedangkan berdasarkan pekerjaan sebagian besar sasaran adalah ibu rumah tangga

sebesar 76,7%. Menurut Hurlock (1999), usia dewasa awal merupakan fase berkembangnya emosi dan sosial, pada masa ini seseorang akan lebih mandiri, mampu bertanggungjawab dan memiliki hubungan sosial yang lebih baik. Rentang usia ini termasuk kategori usia produktif, sehingga keingintahuan untuk mempelajari atau menerima informasi masih tinggi. Selain itu sebagian besar ibu balita tidak bekerja, mereka fokus menjadi ibu rumah tangga, dimana hal ini menunjukkan bahwa keinginan untuk mengasuh anak secara mandiri sangat tinggi. Keingintahuan dan kemauan mengolah makanan secara mandiri untuk anak terlihat dari antusiasme ibu balita untuk bertanya terkait pengolahan nugget dan bakso ikan lele, salah satu pertanyaannya adalah bagaimana cara menghilangkan bau amis dari ikan sehingga daya terima nugget atau bakso ikan lele menjadi lebih baik.

Pengetahuan Ibu Balita

a. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita

Demonstrasi pembuatan *frozen food* diawali dengan mengisi kuisisioner (*pretest*) terkait pengolahan makanan tinggi protein, setelah itu pelaksanaan edukasi menggunakan metode demonstrasi dan pemutaran video. Kemudian dilakukan diskusi dan diakhir acara, ibu balita menjawab kembali pertanyaan terkait pengolahan makanan tinggi protein (*posttest*).



Gambar 2. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita

Pada gambar 3 diketahui bahwa pengetahuan ibu balita meningkat menjadi 80% peserta menjawab pertanyaan dengan benar, sedangkan sebelumnya hanya 63,3% ibu yang menjawab benar pada saat pretest atau sebelum edukasi menggunakan metode demonstrasi dan pemutaran video.

b. Perbedaan Pengetahuan Ibu Balita

Perbedaan pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Perbedaan Pengetahuan Ibu Balita Sebelum dan Sesudah Edukasi Dengan Metode Demonstrasi dan Media Video

Pengetahuan	Edukasi Metode Demonstrasi dan Video		
	N	Mean±SD	p-Value
Pre – Test	30	76,83 ± 19,81	0,000
Post – Test	30	93,40 ± 13,42	

Ket: Wilcoxon Signed Rank, *Signifikan ($p < 0,05$)

Tabel 2 menggambarkan rata-rata pengetahuan ibu balita meningkat sebelum dan sesudah edukasi dengan nilai p value = 0,000. Hasil ini menjelaskan bahwa terdapat pengaruh metode demonstrasi dan media video pada pengetahuan ibu balita. Pengetahuan yang meningkat pada sasaran dikarenakan metode yang interaktif dan menyenangkan. Metode demonstrasi merupakan salah satu cara penyampaian informasi yang dipersiapkan dengan cermat untuk memperagakan suatu tindakan dandan

prosedur yang berurutan. Penyampaian informasi menggunakan metode ini menjadi lebih menarik karena peserta tidak hanya mendengarkan tapi juga mengamati sehingga penyampaian informasi menjadi lebih jelas dan lebih konkret. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yasin dan Oktavianisya tahun 2020 yang menyebutkan bahwa kemampuan ibu dalam mengelola makanan untuk balita stunting menjadi meningkat setelah mendapatkan edukasi melalui metode demonstrasi. Hal ini dijelaskan secara rinci di dalam hasil penelitian yang menyebutkan pada kelompok perlakuan demonstrasi nilai $p=0,000$, sedangkan pada kelompok tanpa demonstrasi nilai $p=0,037$. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hikmah, dkk pada tahun 2022 menyebutkan bahwa metode demonstrasi berpengaruh terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu balita gizi kurang dalam pembuatan MP-ASI di Desa Lajut, Kecamatan Praya Tengah, Loteng.

SIMPULAN

Kesimpulan kegiatan ini adalah adanya peningkatan pengetahuan ibu balita setelah pemberian edukasi dengan metode demonstrasi dan media video pembuatan frozen food, maka media ini dapat dijadikan sebagai media penyuluhan khususnya dibidang gizi. Rekomendasi kegiatan ini adalah masyarakat khususnya ibu balita mampu mengolah makanan sehat dan praktis serta tinggi protein berbasis pangan lokal sehingga dapat membantu mencegah masalah gizi terutama underweight dan stunting.

SARAN

Perlu dilakukan pengembangan metode atau media edukasi dengan sasaran yang lebih besar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini tidak akan terlaksana dengan lancar tanpa bantuan semua pihak. Pertama kami mengucapkan terima kasih pada LPPM Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya. Kedua, kepala Desa dan Ketua PKK Masangan Kulon, serta para mahasiswa dan tim yang telah membantu kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidid, Muhammad Kasim, dkk. 2017. Pengaruh Pemberian Pola Makanan Sehat Terhadap Status Gizi Anak Anak Didik Tk Bunga Asya. Jurnal Scientific Pinisi. Vol. 3 No. 1. pp 17-26
- Amareta, Dahlia Indah, dkk. 2017. Penyuluhan Kesehatan Dengan Metode Emo Demo Efektif Meningkatkan Praktik CTPS di MI Al-Badri Kalisat Kabupaten Jember. Ristekdikti. Seminar Nasional Hasil Penelitian 2017.
- Hikmah, U.N., dkk. 2022. Edukasi Metode Demonstrasi Pembuatan MP-ASI Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Balita. Open Journal System. Vol.17 No.3. pp 627-636
- Hurlock Elizabeth B. 1999. Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Kelima. Jakarta : Erlangga
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. Hasil Stusi Status Gizi Tingkat Nasional, Provinsi, Kabupaten/Kota Tahun 2021
- Mardisantosa, B., Huri, D., Edmaningsih, Y. 2018. Faktor-Faktor Kejadian Kurang Energi Protein (KEP) Pada Anak Balita. Jurnal Kesehatan. Vol 6 No 2.
- Mutiarani, A.L., dkk. 2022. The Effect Of Adding Tempeh Dregs And Moringa Leaves On Protein Content in Catfish Meatballs: An Alternative High-Protein Food For Underweight Children Under Five Years Old. Jurnal Ilmiah Kesehatan. Vol 15 No 1. pFakyp 76-82
- Siswanto, dkk. 2014. Buku Studi Diet Total: Survey Konsumsi Makanan Individu Indonesia 2014. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Watson, Fiona, dkk. 2019. Pembangunan Gizi Di Indonesia. Jakarta: Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat Kedeputan Pembangunan Manusia, Masyarakat, dan Kebudayaan, Kementrian PPN/Bappenas.
- Yasin, Zakiyah dan Oktavianisya Nelyta. 2020. Metode Pembelajaran Demonstrasi untuk Meningkatkan Kemampuan Ibu dalam Pengelolaan Makanan Bergizi pada Balita Stunting. The Indonesian Journal of Health Science. Volume 12, No.2. pp 130-136
- Yuwanti, Y., dkk. 2021. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita Di Kabupaten Grobogan. Cendekia Utama. Vol 10 No1. pp 74-84