

## PEMANFAATAN BAYAM HIJAU (*AMARHANTUS VIRIDIS*) PADA ROLADE AYAM SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK-ANAK DI DESA KLASAMAN

Cut Nur'Azimah Putri Rico<sup>1</sup>, Erizka Alya Rahma<sup>2</sup>, Moch. Ahdan Mursyid D<sup>3</sup>,  
Galih Praba Shinta Putri Anjelita<sup>4</sup>, Mitri Yuli Utari<sup>5</sup>, Dewi Husna<sup>6</sup>, Elisa Rahma  
Yuni Asti<sup>7</sup>, Evananda Shinta Clarinfa<sup>8</sup>, Achmad Zulfikar<sup>9</sup>, Wili Astuti<sup>9</sup>

<sup>1</sup>IkesT Muhammadiyah Palembang

<sup>2</sup>Universitas Muhammadiyah Palembang

<sup>3</sup>Universitas Muhammadiyah Pekajang Pekalongan

<sup>4</sup>STIKES Muhammadiyah Wonosobo

<sup>5</sup>Universitas Muhammadiyah Magelang

<sup>6</sup>Universitas Muhammadiyah Pekalongan

<sup>7</sup>Universitas Ahmad Dahlan

<sup>8</sup>Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>9</sup>Universitas Muhammadiyah Jakarta

E-mail : [wa256@ums.ac.id](mailto:wa256@ums.ac.id)

### ABSTRAK

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat menyebabkan gangguan pada anak di masa yang akan datang. Anak dapat mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitifnya. Rolade ayam bayam menjadi inovasi pilihan yang digunakan dalam pemenuhan gizi anak. Rolade sendiri berasal dari bahasa Prancis "roulade" yang artinya menggulung. Jadi, rolade adalah jenis olahan makanan yang memiliki beragam jenis isian yang digulung. Rolade ayam bayam memiliki isian daging ayam giling dan bayam sebagai bahan utamanya. Rolade ayam bayam memiliki kandungan nutrisi yang tinggi baik protein, serat, vitamin, mineral dan lainnya. Daging ayam merupakan sumber protein hewani yang berkualitas tinggi, mengandung asam amino esensial yang lengkap dan asam lemak tidak jenuh (ALTJ) yang tinggi. Bayam hijau kaya akan serat dan tinggi kandungan gizinya. Bayam hijau mengandung 2.3 gram protein, 3.2 gram karbohidrat, 3 gram besi dan 81 gram kalsium. Bayam juga kaya akan berbagai macam vitamin dan mineral, yaitu vitamin A, B2, B6, B12, C, K, mangan, magnesium, zat besi, kalsium, kalium, fosfor, natrium, riboflavin, niasin dan thiamin serta folat.

**Kata kunci** - Stunting, Bayam, Daging Ayam.

### ABSTRACT

Stunting is a problem of chronic malnutrition caused by insufficient nutritional intake over a long period of time due to the provision of food that is not in accordance with nutritional needs. Stunting can cause problems for children in the future. Children can experience difficulties in achieving physical and cognitive development. Spinach chicken roulade is the innovation of choice used to fulfill children's nutrition. Roulade itself comes from the French word "roulade" which means to roll. So, roulade is a type of processed food that has various types of rolled fillings. Spinach chicken roulade has ground chicken and spinach as the main ingredients. Spinach chicken roulade has a high nutritional content, including protein, fiber, vitamins, minerals and others. Chicken meat is a source of high quality animal protein, containing complete essential amino acids and high levels of unsaturated fatty acids (ALTJ). Green spinach is rich in fiber and high in nutritional content. Green spinach contains 2.3 grams of protein, 3.2 grams of carbohydrates, 3 grams of iron and 81 grams of calcium. Spinach is also rich in various vitamins and minerals, namely vitamins A, B2, B6, B12, C, K, manganese, magnesium, iron, calcium, potassium, phosphorus, sodium, riboflavin, niacin and thiamin and folate.

**Keywords:** Stunting, Green Spinach, Chicken Meat

#### 1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata atau yang biasa disebut KKN adalah suatu bentuk

pembelajaran berupa kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh mahasiswa pada waktu dan daerah tertentu sekaligus

sebagai perwujudan pelaksanaan Tri Dharma poin ketiga. Tri Dharma merupakan junjungan bagi tiap perguruan tinggi dan merupakan kewajiban yang harus dilaksanakan oleh setiap mahasiswa. Tri Dharma sendiri berasal dari Bahasa Sanskerta yaitu "Tri" yang berarti tiga dan "Dharma" yang berarti kewajiban. Jadi, arti Tri Dharma adalah tiga kewajiban yaitu: Pendidikan dan Pengajaran, Penelitian, dan Pengabdian Masyarakat. (Fatmawati, dkk. 2021; H. Ali Nurhadi, dkk. 2024)

KKN bertujuan untuk mengembangkan potensi mahasiswa agar mahasiswa dapat meningkatkan pengetahuan, kemampuan bersosialisasi, kerja sama tim dan kesadaran hidup bermasyarakat setelah lulus. Selain itu, mahasiswa dapat menerapkan dan mengamalkan ilmu pengetahuannya guna memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa sesuai dengan Pembukaan Undang-Undang 1945 alinea keempat, karena jika dilihat lebih dalam, KKN dapat membantu meningkatkan potensi dan kualitas sumber daya manusia di suatu daerah tertentu. (Bestari, Laia. 2022)

Jawa Tengah merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang terletak di pulau Jawa. Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah tahun 2021, luas wilayah Provinsi Jawa Tengah sebesar 32.800,70 km<sup>2</sup>. Secara administratif, Provinsi Jawa Tengah ini terdiri atas 6 kota dan 29 kabupaten, salah satunya Sukoharjo (Bapenda, 2022). Kabupaten Sukoharjo memiliki luas wilayah sekitar 493,23 km<sup>2</sup> dengan jumlah penduduk Kabupaten Sukoharjo berjumlah 908.227 jiwa (BPS, 2023). Sukoharjo memiliki total 150 desa, salah satunya desa Klaseman. Desa Klaseman merupakan desa yang terletak di wilayah administratif kecamatan Gatak dengan jumlah penduduk total adalah 2051 jiwa yang terdiri dari 1008 laki-laki dan 1043 perempuan. Desa Klaseman terbagi menjadi 4 RW dan 11 RT. Di desa ini terdapat 2 Sekolah Dasar, 2 Taman Kanak-Kanak dan 1 PAUD. Sebagian besar penduduknya bermata pencarian sebagai petani.

Dilihat dari kondisi sosial nya masyarakat di Desa Klaseman, banyak masyarakat yang berkerja di pesawahan

dan juga ada yang berjualan baik di rumah maupun berjualan keliling di SD, TPQ/TPA, dan PAUD, sehingga banyaknya orang tua yang menitipkan anaknya pada sanak saudara. Hal ini menyebabkan tumbuh kembangan anak menjadi tidak terpantau secara langsung oleh orang tua. Diketahui bahwa Desa Klaseman memiliki 8 anak yang terindikasi stunting dan 12 anak lainnya kekurangan gizi.

Menurut Kemenkes RI tahun 2018, Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat menyebabkan gangguan pada anak di masa yang akan datang. Anak dapat mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitifnya. Stunting yang menjadi masalah gagal tumbuh ini dialami oleh balita di bawah usia lima tahun yang mengalami kurang gizi semenjak di dalam kandungan hingga awal bayi lahir. Stunting sendiri akan mulai terlihat ketika bayi masih berusia dua tahun (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017).

Proses pertumbuhan dan perkembangan anak dapat diperoleh secara optimal ketika masa emas atau yang disebut juga *Golden Period* ini dimaksimalkan. Masa ini merupakan fase krusial yang berlangsung selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). 1000 Hari Pertama Kehidupan ini dihitung sejak masa kehamilan atau sejak anak berada di dalam kandungan hingga anak berusia 2 tahun. *Golden Period* ini hanya terjadi sekali dalam kehidupan seorang anak dan menjadi penentu kehidupannya kelak. *Golden Period* merupakan waktu yang tepat untuk menstimulasi anak baik aspek pertumbuhan maupun perkembangan. Pada masa ini sekitar 80-90% sel otak terbentuk dan siap untuk distimulasi guna memaksimalkan proses tumbuh kembangnya (Siregar, 2019; Leniwati, 2021; Rao, 2020). Apabila masalah kekurangan gizi ini terjadi pada masa *Golden Period*, maka akan menyebabkan sel otak anak tidak tumbuh sempurna sehingga tumbuh kembang pada masa emas ini tidak optimal (Probosiwi, 2017).

Stunting diukur sebagai status gizi

dengan memperhatikan tinggi atau panjang badan, umur, dan jenis kelamin balita. Kebiasaan tidak mengukur tinggi atau panjang badan balita di masyarakat menyebabkan kejadian stunting sulit disadari. Hal tersebut membuat stunting salah satu fokus pada target perbaikan gizi di dunia sampai tahun 2025. (Safitri CA dan Nindya TS, 2017)

Indonesia menjadi salah satu negara yang mempunyai masalah gizi yang cukup berat. Hal ini ditandai dengan banyaknya kasus gizi yang kurang baik pada anak balita dan anak usia masuk sekolah. Kekurangan gizi ini dapat terjadi baik pada laki-laki dan perempuan. Masalah gizi yang terjadi pada usia sekolah dapat menyebabkan rendahnya kualitas tingkat pendidikan, tingginya angka absensi dan tingginya angka putus sekolah (Sutarto, 2018). Stunting pada anak juga menjadi salah satu faktor risiko terjadinya kematian, masalah perkembangan motorik yang rendah, kemampuan berbahasa yang rendah, dan adanya ketidakseimbangan fungsional anak (Anwar, Khomsan, dan Mauludyani, 2014). Oleh karena itu, stunting perlu dicegah dan diatasi.

Rolade ayam bayam menjadi inovasi pilihan yang digunakan dalam pemenuhan gizi anak. Rolade sendiri berasal dari bahasa Prancis "roulade" yang artinya menggulung. Jadi, rolade adalah jenis olahan makanan yang memiliki beragam jenis isian yang digulung. Rolade ayam bayam memiliki isian daging ayam giling dan bayam sebagai bahan utamanya.

Daging ayam memiliki komposisi kandungan gizi yang baik, antara lain kadar air 74,86 %, protein 23,20 %, lemak 1,65 %, mineral 0,98 %, dan kalori 114 kkal (Roselin Gultom, 2023). Daging ayam merupakan sumber protein hewani yang berkualitas tinggi, mengandung asam amino esensial yang lengkap dan asam lemak tidak jenuh (ALTJ) yang tinggi. Selain itu protein hewani juga mengandung mineral yang diperlukan untuk pertumbuhan seperti seng (Zn) dan zat besi (Fe) serta mineral lain yang memiliki bioavailabilitas dan daya serap yang baik (Dinkes Kalteng, 2023). Protein merupakan salah satu makronutrien penting karena mengandung komponen esensial yang tidak dapat digantikan oleh nutrien lainnya (Wu G.,

2016). Protein mempunyai banyak fungsi, di antaranya membentuk jaringan tubuh baru dalam masa pertumbuhan dan perkembangan tubuh, memelihara jaringan tubuh, memperbaiki serta mengganti jaringan yang rusak atau mati, menyediakan asam amino yang diperlukan untuk membentuk enzim pencernaan dan metabolisme (Fitrah Ernawati, 2016). Selain berperan dalam mendukung pertumbuhan anak, protein juga menentukan komposisi tubuh, perkembangan neurokognitif, maturitas sistem imun, dan fungsi organ (Cusick SE dan Georgieff MK, 2016).

Bayam hijau merupakan sayuran yang mudah ditemukan di seluruh wilayah Indonesia karena dapat tumbuh baik di dataran tinggi maupun dataran rendah. Bayam hijau juga memiliki harga yang terjangkau. Walau harganya terjangkau, bayam hijau kaya akan serat dan tinggi kandungan gizinya. Bayam hijau mengandung 2.3 gram protein, 3.2 gram karbohidrat, 3 gram besi dan 81 gram kalsium. Bayam juga kaya akan berbagai macam vitamin dan mineral, yaitu vitamin A, B2, B6, B12, C, K, mangan, magnesium, zat besi, kalsium, kalium, fosfor, natrium, riboflavin, niasin dan thiamin. Bayam juga mengandung folat yang bisa membantu tubuh dalam memproduksi sel darah merah secara optimal guna mencegah anemia, hal ini juga didukung oleh penelitian Kundryanti tahun 2019 bahwa konsumsi jus bayam hijau secara teratur berpengaruh terhadap peningkatan hemoglobin ibu hamil yang mengalami anemia di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Jakarta Selatan. Bayam bermanfaat mencegah berbagai penyakit karena melindungi dan memperkuat tubuh.

Dengan inovasi rolade ayam bayam yang mudah dibuat dengan bahan yang mudah ditemui serta harga terjangkau ditambah memiliki nutrisi dan bernilai gizi tinggi, anak-anak dapat memperbaiki gizi tubuhnya agar pertumbuhan dan perkembangannya dapat kembali normal. Selain itu, rolade ayam bayam juga menjadi inovasi yang menarik bagi anak-anak yang tidak menyukai atau tidak mau memakan sayuran terutama bayam. Hal ini didukung oleh penelitian Eli Lukita Sari dan Astriana

tahun 2023 yang mengatakan bahwa rolade bayam hijau yang dikonsumsi sebagai camilan bertujuan menambah asupan energi dan zat gizi (protein, lemak, karbohidrat, Fe dan Zinc) dapat memenuhi kebutuhan 10% energi dari total kebutuhan energi dalam sehari dan 20% jika dikonsumsi 2 kali makan sesuai Angka Kecukupan Gizi.

## 2. METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian menggunakan metode penyuluhan sokratif-demonstrasi. Penyuluhan kesehatan adalah salah satu pendidikan kesehatan yang dilakukan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dengan cara berbagi informasi. Sokratif-demonstrasi adalah suatu cara untuk menunjukkan pengertian, ide, dan prosedur tentang sesuatu hal yang telah dipersiapkan dengan teliti untuk memperlihatkan bagaimana cara melaksanakan suatu tindakan dengan menggunakan alat peraga. Metode ini cocok digunakan terhadap kelompok yang tidak terlalu besar jumlahnya.

Penelitian ini dilakukan di Desa Klaseman, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah pada bulan agustus hingga september tahun 2024. Subyek penelitian ini adalah anak yang mengalami stunting dengan jumlah 8 orang dan anak yang mengalami kekurangan gizi dengan jumlah 12 orang.

Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah dengan cara wawancara (tidak terstruktur) dan observasi (non-partisipan). Penulis mewawancarai bidan desa dan mengumpulkan data anak-anak stunting dan kurang gizi di Desa Klaseman baik sebelum dan sesudah penyuluhan dan demonstrasi.

Sasaran dalam kegiatan penyuluhan dan demonstrasi kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah orang tua dan anak-anak yang mengalami stunting dan kekurangan gizi. Setelah dilakukannya pengumpulan data dan penentuan metode, pelaksanaan penyuluhan dan demonstrasi dilakukan dengan mengangkat tema "Cegah Stunting Melalui Hidup Sehat" di Kantor Balai Desa Klaseman.

Pada saat kegiatan penyuluhan, kami dari Kelompok Tiga KKN-MAS 2024

memberikan informasi terkait pengertian stunting, penyebab stunting, dampak dari stunting baik jangka panjang maupun jangka pendek, cara mencegah stunting, pengertian makanan sehat dan bergizi, fungsi dari karbohidrat, lemak, protein, serat, vitamin dan mineral serta cara pengolahan makanan kepada para orang tua yang hadir dalam kegiatan penyuluhan ini.

Setelah dilakukannya kegiatan penyuluhan, maka selanjutnya diadakan kegiatan demonstrasi. Dalam kegiatan demonstrasi ini, kami dari Kelompok Tiga KKN-MAS 2024 memperagakan cara membuat rolade ayam bayam dan mengajak perwakilan dari orang tua yang hadir untuk ikut membantu proses memasak rolade ayam bayam. Selanjutnya, rolade ayam bayam dibagikan kepada para orang tua dan anak untuk dicicipi.

Selain melakukan kegiatan penyuluhan dan demonstrasi, kami Kelompok Tiga KKN-MAS 2024 ikut andil dalam program pelayanan kesehatan masyarakat yang diadakan oleh posyandu Muji Rahayu, Muji Widodo dan Muji Raharjo di Desa Klaseman. Kami membantu kegiatan pemberian Vitamin A dan obat cacing, menimbang berat badan, mengukur tinggi badan, mengukur lingkar kepala dan mengukur lingkar lengan pada anak. Dan kami juga ikut membantu kegiatan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) untuk anak-anak di Desa Klaseman.



Gambar 1. Penyuluhan Stunting di Kantor Balai Desa Klaseman

Pada gambar 1, orang tua dan anak-anak sedang mengikuti kegiatan penyuluhan stunting dengan tema "Cegah Stunting Melalui Hidup Sehat".



Gambar 2. Demonstrasi Membuat Rolade Ayam Bayam

Pada gambar 2. perwakilan orang tua ikut serta membantu proses pembuatan rolade ayam bayam pada kegiatan demonstrasi memasak makanan sehat Rolade Ayam Bayam.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan diketahui bahwa terjadi penurunan angka stunting setelah dilakukannya kegiatan penyuluhan dan demonstrasi. Pada awalnya, diketahui bahwa anak yang mengalami stunting berjumlah 8 orang dan anak yang mengalami kekurangan gizi berjumlah 12 orang. Data ini didapatkan dari ibu bidan Desa Klaseman. Setelah dilakukannya penyuluhan “Cegah Stunting Melalui Hidup Sehat” dan Demonstrasi “Rolade Ayam Bayam”, diketahui bahwa terjadi penurunan angka stunting. Anak yang mengalami stunting pada awalnya berjumlah 8, berkurang menjadi 7 anak. Namun untuk anak kekurangan gizi masih tetap berjumlah 12 anak.

Rolade ayam bayam menjadi inovasi pilihan yang digunakan dalam pemenuhan gizi anak. Rolade sendiri berasal dari bahasa Prancis “roulade” yang artinya menggulung. Rolade ayam bayam memiliki isian daging ayam giling dan bayam sebagai bahan utamanya. Daging ayam memiliki komposisi kandungan gizi yang baik, antara lain kadar air 74,86 %, protein 23,20 %, lemak 1,65 %, mineral 0,98 %, dan kalori 114 kkal (Roselin Gultom, 2023). Daging ayam merupakan sumber protein hewani yang berkualitas tinggi, mengandung asam amino esensial yang lengkap dan asam lemak tidak jenuh (ALTJ) yang tinggi. Protein sangat berperan dalam mendukung pertumbuhan anak. Protein membentuk

jaringan tubuh baru dalam masa pertumbuhan dan perkembangan tubuh, memelihara jaringan tubuh, memperbaiki serta mengganti jaringan yang rusak atau mati (Fitrah Ernawati, 2016). Bayam hijau kaya akan serat dan tinggi kandungan gizinya. Bayam hijau mengandung 2.3 gram protein, 3.2 gram karbohidrat, 3 gram besi dan 81 gram kalsium. Bayam mengandung protein, karbohidrat, zat besi, kalsium, juga kaya akan berbagai macam vitamin dan mineral mulai dari vitamin A, B2, B6, B12, C, K, mangan, magnesium, zat besi, kalsium, kalium, fosfor, natrium, riboflavin, niasin dan thiamin. Bayam juga mengandung folat yang bisa membantu tubuh dalam memproduksi sel darah merah secara optimal guna mencegah anemia.

Selain bayam hijau dan daging ayam, rolade ayam bayam juga terbuat dari telur dan wortel. Kandungan gizi telur terdiri atas air 73,7%, protein 13%, lemak 11,5%, dan karbohidrat 0,65%. Hampir semua lemak di dalam telur terdapat pada kuning telur yaitu mencapai 34,65%, sedangkan pada putih telur kandungan lemaknya sangat sedikit sekitar 0,03%. Tingginya kandungan gizi telur membuat telur baik untuk memenuhi kebutuhan gizi manusia, rata-rata kebutuhan gizi manusia per hari antara lain karbohidrat 300 g, protein 1/6 dari berat tubuh manusia, lemak 62 g, vitamin dan mineral 40 kalori serta membutuhkan serat yang cukup (Masitoh, 2022). Wortel memiliki peranan penting bagi tubuh. Wortel memiliki kandungan  $\alpha$  dan  $\beta$ -karoten yang keduanya memiliki peran penting dalam pemenuhan gizi manusia sebagai provitamin A. Senyawa  $\beta$ -karoten dalam tubuh diubah menjadi vitamin A yang berperan dalam menjaga pertahanan dan kekebalan tubuh, menjaga kesehatan kulit, paru-paru, dan membantu pertumbuhan sel-sel baru.

Dengan kandungan yang dimilikinya, rolade ayam bayam dapat dijadikan camilan maupun lauk untuk mencegah stunting. Dengan kandungan protein yang tinggi, juga vitamin dan mineral, rolade ayam bayam dapat memenuhi kebutuhan gizi terutama protein yang dibutuhkan anak untuk berkembang. Dapat dilihat dari data anak stunting yang awalnya 8 dan sekarang menjadi 7.

Kenapa hanya satu anak yang terlihat progresnya, karena hal ini disebabkan oleh banyaknya faktor lain yang dapat mempengaruhi status gizi anak selain dari asupan makanan dan nutrisinya. Faktornya dapat berupa: (Muhammad Ridho Nugroho, dkk. 2021)

#### A. Tingkat Asupan Energi

Masa awal anak-anak ditandai dengan pertumbuhan yang cepat (growth spurt). Mencukupi kebutuhan asupan energi yang adekuat merupakan hal yang sangat penting bagi anak. Energi tersebut bersumber dari makronutrien seperti: karbohidrat, lemak, dan protein. Anak yang mendapatkan asupan energi yang cukup akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai dengan usianya, tetapi apabila terjadi kekurangan asupan energi pada masa anak-anak maka akan berdampak kepada status gizi anak tersebut.

#### B. Berat Badan Lahir

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa berat bayi lahir rendah mempunyai risiko untuk menjadi gizi kurang 8-10 kali lebih besar dibandingkan dengan bayi yang mempunyai berat lahir normal. Berat lahir juga indikator potensial untuk pertumbuhan bayi, respon terhadap rangsangan lingkungan dan untuk bayi bertahan hidup.

#### C. Tingkat Pendidikan Ibu

Pada penelitian Setiawan dkk., (2018) diketahui bahwa variabel tingkat pendidikan ibu berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan. Wanita yang lebih berpendidikan akan lebih baik dalam wawasan yang lebih luas dan keputusan yang tepat dengan demikian ibu dapat menerpakan pola asuh terkait gizi dengan tepat dan mampu menyediakan zat gizi yang dibutuhkan anak.

#### D. Pola Asuh

Pada penelitian Widyaningsih dkk., (2018) diketahui bahwa variabel pola asuh berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 24-59 bulan. Pola asuh yang kurang dalam penelitian ini adalah pada indikator praktek pemberian makan. Ibu yang memiliki anak stunting memiliki

kebiasaan menunda ketika memberikan makan kepada balita. Selain itu, ibu memberikan makan kepada balita tanpa memperhatikan kebutuhan zat gizinya.

#### E. Keragaman Pangan

Keragaman pangan merupakan salah satu masalah gizi utama di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Pada Negara berkembang mayoritas asupan makanannya Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia didominasi oleh makanan sumber kalori dan kurangnya asupan makanan hewani, buah-buahan, sayur-sayuran (Ochola S, 2016)

Jadi, banyak faktor yang menyebabkan status gizi berbeda-beda setiap anak. Selain hal tersebut, kurangnya waktu pelaksanaan program cegah stunting membuat kurang terlihatnya progres kemajuan gizi anak secara signifikan. Oleh karena itu, program ini dapat dikatakan berhasil. Kelompok Tiga KKN-MAS 2024 berharap bahwa program ini dapat dilanjutkan dan tidak terhenti sampai disini saja.

Inovasi rolade ayam bayam ini memiliki keunggulan pada kandungan gizinya karena kaya akan protein, serat, vitamin dan mineral. Selain itu bahan yang diperlukan juga sangat mudah didapatkan dan ditemukan dengan harga terjangkau. Inovasi ini juga dapat menjadi alternatif bagi anak-anak yang tidak menyukai sayur. Selain kelebihan, inovasi ini juga memiliki kekurangan yaitu tidak ada yang membudidayakan bayam hijau di Desa Klaseman. Namun, bayam hijau dapat ditemukan baik di penjual keliling, tiap warung sayur Desa Klaseman juga dapat ditemukannya bayam hijau. Harga bayam hijau juga sangat terjangkau.

## 4. KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat, dapat disimpulkan bahwa inovasi rolade ayam bayam efektif digunakan sebagai makanan sehat yang bergizi tinggi guna memenuhi kebutuhan gizi anak. Rolade ayam bayam yang disukai anak-anak dapat dijadikan camilan ataupun lauk makan yang dapat memenuhi 10% energi dari total kebutuhan

energi dalam sehari sesuai Angka Kecukupan Gizi. Selain itu, dengan adanya penyuluhan Cegah Stunting melalui Hidup Sehat dapat menjadi sumber pengetahuan baru dan pengenalan mengenai stunting.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami peruntukan kepada Kepala Desa Klaseman dan jajarannya, kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat {LPPM) Uniska MAB Banjarmasin, Kepada Masyarakat Desa Klaseman, terutama yang hadir dalam acara kegiatan Kuliah Kerja Nyata Muhammadiyah Aisyiyah (KKN Mas), Kepada Mahasiswa dan Dosen Pendamping Lapangan yang ikut dalam pengabdian kepada Masyarakat (tim 3 KKN Mas), dengan tujuan semoga tujuan ini bermanfaat untuk mencegah stunting di Desa Klaseman, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, F., Khomsan, A., & Mauludyani, A. 2014, Masalah dan Solusi Stunting Akibat Kurang Gizi di Wilayah Pedesaan, PT Penerbit IPB Press, Bogor.
- Bapenda Jawa Tengah. (2022). Luas Wilayah Menurut Kabupaten/Kota, 2019-2021. <https://jateng.bps.go.id/id/statistics-table/2/NjEzIzI=/luas-wilayah-menurut-kabupaten-kota.html>
- Cusick SE and Georgieff MK. (2016) The role of nutrition in brain development: the golden opportunity of the “first 1000 days.” *The Journal of pediatrics*.
- Dinas Kesehatan Kalimantan Tengah. 2023. Protein Hewani Bermanfaat Untuk Mencegah Stunting Pada Balita. <https://dinkes.kalteng.go.id/berita/protein-hewani-bermanfaat-untuk-mencegah-stunting-pada-balita/>
- Ernawati, Fitrah, dkk. (2016). Gambaran Konsumsi Protein Nabati Dan Hewani Pada Anak Balita Stunting Dan Gizi Kurang Di Indonesia (the Profile of Vegetable - Animal Protein Consumption of Stunting and Underweight Children Under Five Years Old in Indonesia).
- Fatmawati, dkk. (2021). *Meningkatkan Motivasi Belajar Al-Qur'an Dengan Sistem Mapato' Di Kelurahan Buakana*. Jurnal Pengabdian Masyarakat Vol.1.
- Gultom, Roselin, dkk. (2023). Evaluasi Penambahan Tepung Buah Pare (*Momordica charantia*) Sebagai Imbuhan Pakan Terhadap Kualitas Fisik Dan Kimia Daging Ayam Pedaging. *Jurnal Ilmiah Peternakan Terpadu*.
- Kundryanti, R., & Widowati, R. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Bayam Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Minggu Jakarta Selatan Tahun 2018. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan Nasional*, 1(1).
- Laia, Bestari. (2022). *Sosialisasi Dampak Kegiatan Kuliah Kerja Nyata Di Desa (Studi: Desa Sirofi)*.
- Leniwati, L. (2021). Analisis Status Gizi Terhadap Tumbuh Kembang Anak Usia Dini 4 – 6 Tahun Di Tk Candra Jaya Jakarta Barat. *Jurnal Pendidikan Rokania*, 6(3), 295–311
- Nugroho, Muhammad Ridho, dkk. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia
- Nurhadi, H. Ali, dkk. (2024). *Tridarma Perguruan Tinggi (Teori dan Praktik)*. Madura: IAIN Madura Press.
- Ochola S., & Masibo, P.K. (2016). Dietary intake of schoolchildren and adolescents in developing countries. *Ann Nutr Metab*, 24–40.
- Probosiwi, H., Huriyati, E., & Ismail, D. (2017). Stunting dan perkembangan anak usia 12-60 bulan di Kalasan. *Journal of Community Medicine and Public Health*, 33(11), 1141–1146.
- Portal Data Jawa Tengah. (2023). Jumlah Penduduk di Kabupaten Sukoharjo Tahun 2023. <https://data.jatengprov.go.id/datase/jumlah-penduduk-tahun-2023>
- Rao, N., Richards, B., Lau, C., Weber, A. M., Sun, J., Darmstadt, G. L., Sincovich, A., BaconShone, J., & Ip, P. (2020). Associations Among Early Stimulation, Stunting, and Child

- Development in Four Countries in the East Asia–Pacific. *International Journal of Early Childhood*
- Safitri CA dan Nindya TS. Hubungan ketahanan pangan dan penyakit diare dengan stunting pada balita 13-48 bulan di Kelurahan Manyar Sabrangan, Surabaya. *J Amerta Nutr.* 2017;1(2):52– 61
- Sari, Eli Lukita dan Astriana. (2023). Manfaat Olahan Bayam Untuk Mencegah Stunting Di 1000 Hari Pertama Kehidupan, Anemia Pada Ibu Hamil, Dan Memperlancar Asi Pada Ibu Nifas
- Setiawan, E., & Machmud, R. (2018). Artikel Penelitian Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 275–284.
- Siregar, G. R. G., Saing, J. H., Dimiyati, Y., & Destariani, C. P. (2019). Peranan Mikronutrien terhadap Perkembangan Otak. *Cermin Dunia Kedokteran*, 46(3), 180–183.
- Sutarto (2018), Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *Jurnal Agromedicine*,. Volume 5 Nomor 1.
- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. (2017). 100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting). Jakarta : Sekretariat Wakil Presiden RI.
- Widyaningsih, N. N., & Anantanyu, S. (2018). Keragaman pangan , pola asuh makan dan kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan. *Jurnal Gizi Indonesia*, 7(1).
- Wu G. (2016). Dietary protein intake and human health. *Food Funct.*(3):1251-65.