

# Pengembangan Desa Karang Melalui Sosialisasi Pencegahan Stunting dan Inovasi Getuk Cemilan Sehat

Cania Nazhira Adlin<sup>1</sup>, Inul<sup>2</sup>, Lelita<sup>3</sup>, Shopiatul Adzkie<sup>4</sup>, Akmal Huda<sup>5</sup>, Risti Ani<sup>6</sup>, Ibnu Rasyid Arrizky<sup>7</sup>, Farhan Arif Indiarso<sup>8</sup>, Jessika Ananda Putri<sup>9</sup>, Ari Mukti Wibowo<sup>10</sup>

<sup>1</sup>Department of International Relation, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Indonesia

<sup>2</sup>Department of Primary Teacher Education, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung, Indonesia

<sup>3</sup>Department of English Education, Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia

<sup>4</sup>Department of Pharmacy, Universitas Ahmad Dahlan, Indonesia

<sup>5</sup>Department of Physical Education Health Recreation, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung, Indonesia

<sup>6</sup>Department of Primary Teacher Education, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

<sup>7</sup>Department of Health Information Management, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia

<sup>8</sup>Department of Information Systems, Institut Teknologi dan Bisnis Ahmad Dahlan Jakarta, Indonesia

<sup>9</sup>Department of Primary Teacher Education, Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung, Indonesia

[amw444@ums.ac.id](mailto:amw444@ums.ac.id)

## **Abstract**

*Karang Village is increasingly facing the challenge of stunting in an effort to prepare a superior, healthy and strong generation towards Indonesia Emas 2045. This community service aims to prevent and reduce stunting rates through two main approaches: stunting prevention socialization and healthy food product innovation. The methods used include educating the community about stunting prevention and the importance of balanced nutrition as well as developing promotions for green bean cassava getuk as a healthy snack produced by local MSMEs. Socialization activities are carried out through counseling and distribution of media in the form of brochures. The stunting prevention socialization program is carried out by providing education to the community about the importance of nutrition in the first 1000 days of life (HPK), proper parenting patterns, as well as sanitation and access to clean water. The result of this service is to help introduce stunting to the community by following up with the distribution of brochures designed to be easily understood and to serve as a useful reference for the public. Serta produces an innovation of cassava and green bean getuk as a healthy snack that is rich in nutrients, especially protein, to support the prevention of stunting in Karang Village.*

**Keywords:** *stunting, UMKM, innovation, development*

## **Pengembangan Desa Karang Melalui Sosialisasi Pencegahan Stunting dan Inovasi Getuk Cemilan Sehat**

### **Abstrak**

Desa Karang kian menghadapi tantangan stunting dalam upaya menyiapkan generasi yang unggul, sehat dan kuat untuk menuju Indonesia Emas 2045.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mencegah dan mengurangi angka stunting melalui dua pendekatan utama: sosialisasi pencegahan stunting dan inovasi produk makanan sehat. Metode yang digunakan meliputi edukasi masyarakat tentang pencegahan stunting dan pentingnya gizi seimbang serta pengembangan promosi getuk singkong kacang hijau sebagai cemilan sehat yang diproduksi oleh UMKM lokal. Kegiatan sosialisasi dilakukan melalui penyuluhan dan penyebaran media berupa brosur. Program sosialisasi pencegahan stunting dilakukan dengan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya nutrisi pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK), pola asuh yang tepat, serta sanitasi dan akses air bersih. Hasil dari pengabdian ini membantu mengenalkan stunting kepada masyarakat dengan tindak lanjut membagikan brosur yang dirancang agar mudah dipahami dan dapat menjadi referensi yang berguna bagi masyarakat. Serta menghasilkan inovasi getuk singkong kacang hijau sebagai cemilan sehat yang kaya nutrisi khususnya protein untuk mendukung pencegahan stunting di Desa Karang.

**Kata kunci:** stunting, UMKM, inovasi, pengembangan

## 1. Pendahuluan

Kabupaten Karanganyar yang terletak di Provinsi Jawa Tengah memiliki karakteristik alam, letak astronomis, geografis, dan demografis yang khas. Di sebelah barat, terbentang dataran rendah yang merupakan lembah Bengawan Solo yang mengalir ke arah utara. Sementara itu, bagian timurnya didominasi oleh pegunungan, yang merupakan bagian dari rangkaian Gunung Lawu. Kabupaten Karanganyar dikenal dengan sebutan "Intanpari," yang merupakan singkatan dari "Industri, Pertanian, dan Pariwisata." Sebutan ini menggambarkan tiga sektor utama yang menjadi pilar ekonomi daerah tersebut. "Intanpari" mencerminkan keragaman potensi ekonomi di Karanganyar yang berakar dari ketiga sektor tersebut. Potensi ini menjadi landasan bagi pertumbuhan ekonomi dan peningkatan kesejahteraan masyarakat di Kabupaten Karanganyar

Kabupaten Karanganyar memiliki tanah yang subur dan iklim yang mendukung, menjadikannya daerah yang sangat potensial untuk sektor pertanian. Pertanian di sini meliputi tanaman pangan seperti padi dan jagung, serta hortikultura seperti sayuran dan buah-buahan. Peternakan dan perikanan juga menjadi bagian penting dari sektor pertanian di Karanganyar. Selain itu, Karanganyar juga memiliki banyak destinasi wisata yang menarik, baik wisata alam, budaya, maupun sejarah. Tempat-tempat wisata terkenal di Karanganyar termasuk Candi Cetho, Grojogan Sewu, Air Terjun Jumog, dan berbagai agrowisata. Pariwisata ini tidak hanya menarik wisatawan lokal tetapi juga dari luar daerah, membantu meningkatkan pendapatan daerah dari sektor pariwisata (Diskominfo, 2021)

Stunting merupakan kondisi kekurangan gizi kronis pada anak yang mengakibatkan mereka memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan anak seusianya. Masalah ini berdampak serius terhadap perkembangan fisik dan kognitif anak, yang pada akhirnya berpengaruh pada produktivitas dan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Di Indonesia, stunting masih menjadi tantangan besar dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat (Intan, et al., 2023)

Stunting mencerminkan gangguan pertumbuhan yang diakibatkan oleh rendahnya status gizi dan kesehatan selama masa pra dan pasca kelahiran. Berdasarkan kerangka kerja UNICEF, malnutrisi disebabkan oleh berbagai faktor. Penyebab langsung dari stunting adalah penyakit dan kurangnya asupan gizi yang memadai. Faktor-faktor ini

terkait erat dengan pola asuh, akses terhadap makanan, layanan kesehatan, dan kondisi sanitasi. Namun, akar masalah sebenarnya terletak pada tingkat individu dan rumah tangga, seperti tingkat pendidikan dan pendapatan keluarga. Berbagai penelitian cross-sectional menunjukkan adanya hubungan kuat antara tingkat pendidikan ibu dan status gizi anak. Ibu yang lebih terdidik cenderung memiliki anak-anak dengan status gizi yang lebih baik, menunjukkan pentingnya pendidikan dalam upaya pencegahan stunting (Bloem, et al., 2013)

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS) dan Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2021 mencapai sekitar 27,7%. Meskipun telah terjadi penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, angka ini masih jauh di atas standar yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yaitu kurang dari 20%. Di provinsi Jawa Tengah, prevalensi stunting juga menjadi perhatian serius. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, prevalensi stunting di Jawa Tengah pada tahun 2021 mencapai sekitar 28,4%. Tingginya angka stunting di Jawa Tengah menunjukkan perlunya upaya yang lebih intensif dan kolaboratif dari berbagai pihak untuk menanggulangi masalah ini. Karanganyar, sebagai salah satu kabupaten di Jawa Tengah, juga menghadapi masalah stunting yang cukup serius. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar menunjukkan bahwa prevalensi stunting di kabupaten ini mencapai 25,6% pada tahun 2021. Angka ini menunjukkan bahwa hampir satu dari empat anak di Karanganyar mengalami stunting, yang menuntut perhatian khusus dan tindakan segera.

Desa Karang di Kabupaten Karanganyar memiliki potensi besar untuk berkembang melalui upaya pemberdayaan masyarakat dan peningkatan kesehatan. Salah satu isu kesehatan yang mendesak untuk ditangani adalah stunting, sebuah kondisi yang sering kali disamakan dengan gizi buruk. Masyarakat setempat masih banyak yang belum memahami perbedaan antara stunting dan gizi buruk, bahkan ada yang kurang mengenal apa itu stunting. Hal ini menjadi tantangan tersendiri dalam upaya pencegahan stunting di desa ini.

Salah satu inisiatif pemerintah dalam menanggulangi masalah stunting adalah melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Rendahnya minat masyarakat untuk menerima PMT seringkali disebabkan oleh kekhawatiran akan stigma bahwa anak mereka dianggap mengalami gizi buruk atau stunting. Ketidapahaman ini menjadi penghalang utama dalam upaya pencegahan stunting yang efektif. Sosialisasi mengenai pencegahan stunting memegang peran penting dalam mengubah persepsi ini. Melalui sosialisasi yang tepat, masyarakat dapat diberikan pemahaman bahwa PMT bukanlah tanda anak mereka bermasalah, melainkan langkah preventif untuk memastikan anak-anak tumbuh dengan gizi yang seimbang dan optimal. Edukasi yang berkelanjutan dan melibatkan tokoh masyarakat setempat juga bisa membantu menghilangkan stigma tersebut, sehingga penerimaan PMT dapat meningkat dan masalah stunting dapat dicegah lebih dini.

Desa Karang merupakan salah satu wilayah yang memiliki potensi besar dalam mengembangkan produk pangan lokal untuk mengatasi masalah gizi, terutama stunting. Salah satu produk lokal yang memiliki nilai gizi tinggi adalah getuk singkong. Getuk merupakan makanan tradisional yang terbuat dari singkong, yang kaya akan karbohidrat dan serat. Getuk singkong terbuat dari singkong yang dihaluskan dan dicampur dengan gula serta kelapa parut, sehingga menghasilkan makanan yang kaya akan karbohidrat, serat, dan beberapa vitamin serta mineral penting. Singkong sendiri merupakan sumber

energi yang baik dan relatif murah, serta mudah didapatkan di daerah pedesaan. Pemanfaatan getuk singkong dalam program pencegahan stunting memiliki beberapa keunggulan diantaranya ketersediaan lokal yaitu singkong mudah dibudidayakan sehingga bahan baku pembuatan getuk selalu tersedia. Nilai gizi dalam getuk singkong dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi anak-anak dan melibatkan UMKM lokal dalam produksi getuk singkong dapat meningkatkan perekonomian masyarakat Desa Karang sekaligus memastikan keberlanjutan program gizi.

Getuk singkong dipilih sebagai bahan dasar cemilan sehat di Desa Karang karena singkong merupakan hasil pertanian yang melimpah di wilayah tersebut. Singkong sebagai salah satu sumber karbohidrat utama mudah didapat dan diolah oleh masyarakat setempat. Sementara itu, kacang hijau dipilih sebagai tambahan karena selain juga melimpah di Desa Karang, kacang hijau merupakan sumber protein nabati yang baik, serta kaya akan vitamin dan mineral penting untuk pertumbuhan anak.

Kacang hijau termasuk dalam kelompok kacang-kacangan (*Leguminosae*) yang memiliki kandungan gizi yang sangat tinggi. Setiap 100 gram kacang hijau mengandung 322 kkal energi, 22,9 gram protein, 1,5 gram lemak, dan 58,8 gram karbohidrat. Sementara itu, tepung kacang hijau dari Gasol Organik mengandung 339,0 kkal energi, 22,15 gram protein, 1,55 gram lemak, dan 63,95 gram karbohidrat (Kemenkes, 2018). Penambahan kacang hijau pada getuk dapat meningkatkan nilai gizinya dengan memperkaya kandungan protein di dalamnya (Hasan, Raauf, Razik, & Hassan, 2012)

Pemilihan kacang hijau dibandingkan protein hewani, seperti ikan, juga didasarkan pada kondisi lokal Desa Karang. Ikan dan sumber protein hewani lainnya kurang tersedia secara luas karena jarang ada penjualan ikan di desa tersebut. Selain itu, pengolahan protein nabati seperti kacang hijau lebih sesuai dengan budaya dan kemampuan lokal, sehingga lebih mudah diterima dan diadopsi oleh masyarakat. Kombinasi ini tidak hanya mendukung peningkatan gizi anak tetapi juga memberdayakan potensi pertanian lokal, menjaga keberlanjutan, serta mengurangi ketergantungan pada bahan pangan yang harus diimpor dari luar desa.

Menggabungkan potensi lokal seperti getuk singkong kacang hijau dalam program sosialisasi dan intervensi gizi di Posyandu Desa Karang dapat menjadi model inovatif dalam upaya pencegahan stunting. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada peningkatan status gizi anak-anak melalui pemberian makanan tambahan (PMT) yang bergizi dan aman, tetapi juga berperan penting dalam pemberdayaan ekonomi lokal serta memperkuat kerjasama antar komunitas. Dengan menghadirkan inovasi cemilan sehat berupa getuk singkong kacang hijau, program ini diharapkan mampu meningkatkan minat masyarakat untuk berpartisipasi aktif dalam pencegahan stunting, sekaligus mendukung pengembangan UMKM lokal yang berkontribusi terhadap kesejahteraan ekonomi masyarakat Desa Karang.

## 2. Metode

Metode yang digunakan dalam program ini mencakup beberapa pendekatan yang saling melengkapi untuk mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan praktik pengasuhan yang baik. Salah satu pendekatan utama adalah edukasi masyarakat. Edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya mengonsumsi makanan dengan gizi seimbang, yang mencakup karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam proporsi yang tepat. Edukasi ini juga menekankan pentingnya variasi dalam

makanan sehari-hari untuk memastikan semua kebutuhan nutrisi terpenuhi.

Program ini juga mencakup pengembangan dan promosi getuk singkong kacang hijau sebagai cemilan sehat. Getuk singkong kacang hijau adalah makanan tradisional yang terbuat dari singkong dan kacang hijau, yang keduanya merupakan sumber nutrisi yang baik. Singkong kaya akan karbohidrat, sementara kacang hijau mengandung protein, serat, dan berbagai vitamin dan mineral. Dengan mengembangkan dan mempromosikan getuk singkong kacang hijau, program ini tidak hanya menyediakan pilihan cemilan sehat bagi masyarakat, tetapi juga mendukung UMKM lokal yang memproduksi makanan ini.

Kegiatan sosialisasi dalam program ini dilakukan melalui berbagai metode, termasuk penyuluhan dan penyebaran media berupa brosur. Penyuluhan adalah kegiatan memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat secara langsung, penyuluhan dilakukan oleh rekan tim KKN dan di bantu oleh pihak bidan desa. Penyuluhan ini dilakukan di rumah bapak kepala dusun dan mencakup berbagai topik stunting dan gizi buruk serta terkait gizi seimbang.

Secara keseluruhan, metode yang digunakan dalam program ini dirancang untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan bagi masyarakat untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan mereka. Dengan menggabungkan edukasi, pengembangan produk lokal, dan berbagai metode sosialisasi, program ini diharapkan dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan bagi masyarakat.

### **3. Hasil dan Pembahasan**

Desa Karang merupakan salah satu dari sebelas desa yang berada di Kecamatan Karangpandan, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah. Secara administratif, Desa Karang berbatasan langsung dengan Desa Berjo di sebelah timur, Desa Puntukrejo di utara, Desa Plumbon di bagian selatan, dan Desa Salam di sebelah barat. Desa ini memiliki wilayah seluas 210,99 km<sup>2</sup> dan terdiri dari lima dusun, 15 dukuh, 11 RW, dan 26 RT. Dengan populasi sebanyak 4.524 jiwa, terdiri dari 2.230 laki-laki dan 2.294 perempuan, jumlah penduduk di desa ini cukup seimbang antara laki-laki dan perempuan. Secara geografis, Desa Karang terletak sekitar 20,50 km dari pusat kabupaten dan 7,50 km dari pusat kecamatan. Potensi Wilayah desa Karang didominasi oleh lahan pertanian yang subur karena letaknya yang berada di kaki Gunung Lawu. Kondisi ini memungkinkan berbagai jenis sayuran, seperti sawi, kol, pakcoy, bawang merah, daun bawang, selada, tomat, dan wortel, untuk tumbuh dengan baik. Selain bertani, penduduk Desa Karang juga bekerja sebagai pedagang dan peternak (Christina Tri Cahyani, 2023)

Dalam upaya pengembangan Desa Karang, salah satu fokus utama program pengabdian ini adalah terkait dengan sosialisasi pencegahan stunting dan inovasi getuk kacang hijau sebagai cemilan sehat dari UMKM lokal. Menurut WHO, stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar. Stunting juga merupakan salah satu masalah gizi yang memiliki dampak negatif terhadap kualitas hidup anak dan menghambat pertumbuhan dan perkembangan secara optimal sesuai potensi genetiknya. Kondisi ini dapat memperlambat proses pertumbuhan dan perkembangan pada anak balita. Stunting pada masa kanak-kanak dapat disebabkan oleh kekurangan gizi kronis atau kegagalan pertumbuhan yang terjadi di masa sebelumnya, dan digunakan sebagai indikator jangka panjang dari kekurangan gizi pada anak. Stunting merupakan masalah kesehatan yang serius yang harus segera ditangani.

Di Desa Karang, program sosialisasi pencegahan stunting bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, terutama ibu - ibu rumah tangga, tentang bagaimana pentingnya gizi seimbang bagi balita dan anak-anak. Dalam sosialisasi pencegahan stunting ini, dihadiri langsung oleh ibu-ibu di desa Karang, ibu kader, dan didampingi secara langsung oleh ibu bidan. Program sosialisasi ini melibatkan berbagai kegiatan bermanfaat. Karena waktunya bertepatan dengan kegiatan posyandu rutin di desa Karang, maka selain kegiatan sosialisasi, diadakan juga kegiatan pengecekan kesehatan untuk balita dan batita, kemudian kegiatan pemberian vitamin, dan kegiatan selanjutnya yaitu edukasi terkait pentingnya mengonsumsi makanan sehat yang mudah diakses oleh masyarakat lokal untuk mencegah stunting.

Untuk mendukung upaya pencegahan stunting, sosialisasi ini juga memperkenalkan inovasi makanan sehat berupa getuk singkong kacang hijau yang kaya akan vitamin dari UMKM lokal di desa Karang. Getuk singkong adalah makanan yang terbuat dari singkong. Di desa Karang, getuk singkong merupakan salah satu produk UMKM lokal yang terkenal. Dengan inovasi dari kacang hijau, produk ini dapat menambah nilai gizi dengan kandungan protein nabati, vitamin B, serat, dan mineral seperti zat besi. Kombinasi dari kedua bahan ini dapat menghasilkan cemilan sehat yang tidak hanya lezat tetapi juga bergizi, sehingga cocok untuk mendukung kesehatan anak-anak dalam upaya pencegahan stunting.

Inovasi ini di harapkan dapat membantu pengetahuan mengenai kebutuhan akan makanan bergizi yang juga terjangkau bagi masyarakat desa. Selain itu, inovasi makanan ini di harapkan dapat menjadi ikon kuliner lokal yang sehat, serta mendukung pemberdayaan ekonomi UMKM lokal. Dalam sosialisasi pencegahan stunting ini, melibatkan UMKM lokal dan memberikan manfaat ganda yaitu meningkatkan kesadaran masyarakat terkait stunting dan memberdayakan ekonomi masyarakat desa melalui pengenalan makanan getuk dari UMKM lokal. Dari kedua program ini, diharapkan Desa Karang dapat mengatasi masalah stunting secara lebih efektif sambil memperkuat ekonomi lokal. Sosialisasi pencegahan stunting meningkatkan kesadaran tentang pentingnya gizi, sementara inovasi getuk singkong kacang hijau menyediakan solusi praktis yang mendukung kesehatan dan pemberdayaan ekonomi UMKM lokal. Keberhasilan kedua program ini terlihat dari antusiasme masyarakat dalam mengikuti sosialisasi dan respons positif terhadap produk inovatif, yang diharapkan dapat menjadi ikon kuliner lokal yang sehat dan memberi dampak positif bagi perkembangan anak-anak dan kesejahteraan ekonomi desa.

### **3.1 Penyuluhan Stunting di Desa Karang**

Stunting yang merupakan salah satu permasalahan yang ada di Indonesia dan permasalahan yang harus diatasi sekarang karena akan mempengaruhi pemuda bangsa. Stunting yang merupakan kondisi tubuh anak pendek dikarenakan kekurangan gizi telah di derita sebanyak 8,8 juta anak di Indonesia. Saat ini prevalensi stunting di Indonesia adalah 37,2% atau 8 juta anak mengalami pertumbuhan tidak maksimal. Stunting bisa terjadi saat anak masih berada di kandungan ibunya dan pada masa awal setelah anak lahir serta akan nampak saat sejak 2 tahun. Stunting adalah terhambatnya pertumbuhan anak akibat gizi buruk, infeksi berulang dan kekurangan stimulasi psikososial. Penyuluhan adalah proses komunikasi yang bertujuan untuk menyampaikan informasi atau pengetahuan dengan cara yang mudah dipahami, agar masyarakat dapat menerapkan informasi tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan utama dari

penyuluhan adalah untuk meningkatkan pemahaman, keterampilan, dan sikap individu atau kelompok dalam suatu komunitas. Hal - hal inilah kenapa kami melakukan penyuluhan stunting dalam pengabdian kami di desa karang kecamatan karang pandan kabupaten karanganyar provinsi jawa tengah. Menurut bidan, di Desa Karang ada beberapa anak yang mengalami stunting akan tetapi sudah di berikan pemberian makan tambahan (PMT) (A.Wardana & I.Astuti, 2020)

Di desa ini kami melakukan penyuluhan untuk mencegah stunting di desa karang agar tidak ada lagi anak yang mengalami stunting di desa ini. Menurut hasil observasi kami di desa karang menemukan fakta bahwa masyarakat kurang paham perbedaan antara stunting dan gizi buruk, banyak masyarakat yang berfikir bahwa anak yang diberi PMT itu adalah anak yang gizi buruk padahal pemerintah ingin mencegah stunting. Jadi kami melakukan penyuluhan ini bertujuan untuk menyampaikan kepada masyarakat bahwa stunting dan gizi buruk itu adalah dua hal yang berbeda, kami menjelaskan bahwa gizi buruk adalah kondisi yang di tandai dengan kondisi anak yang terlihat sangat kurus dengan berat badan yang tidak sesuai dengan tinggi badan atau lingkaran lengan atas yang kecil dan gizi di tandai dengan kulit kering bersisik, mudah terkena penyakit, masa otot berkurang, perut terlihat buncit dan pertumbuhan kecerdasan dan perilaku terhambat. Sedangkan stunting adalah kondisi yang di tandai dengan kurangnya tinggi badan anak apabila di bandingkan dengan anak-anak seusianya. Stunting terjadi karena kurangnya gizi dalam jangka waktu yang lama mulai dari masa kehamilan hingga anak berusia 2 tahun yang sering disebut sebagai 1000 hari pertama kehidupan (1000HPK). Ciri anak stunting yaitu pertumbuhan anak lambat, mudah terkena penyakit, kemampuan berpikir menurun, berat badan menurun dan anak kurang aktif.

Kami melakukan penyuluhan dengan cara memaparkan materi dan memberi brosur tentang perbedaan gizi buruk dan stunting. Kami menyampaikan materi bersamaan dengan waktu posyandu yang dilakukan di dusun duren desa karang. Kami melakukan penyuluhan atau sosialisasi bersama ibu-ibu yang mempunyai balita atau yang akan menjadi seorang ibu atau ibu yang sedang hamil. Kami memberi materi tidak hanya perbedaan gizi buruk dan stunting akan tetapi kami memberitahu kepada ibu - ibu dan calon ibu untuk makanan - makanan yang sehat bagi anak dan janin agar dapat berkembang dengan baik dan dapat mencegah stunting dan gizi buruk. Dalam kegiatan ini kami tidak hanya melakukan penyuluhan materi tetapi kami melihat bagaimana perkembangan anak - anak melalui posyandu balita yang di mana kami membantu menimbang, mengukur dan memberi vitamin kepada anak-anak di posyandu tersebut.

Kami menyarankan beberapa makanan yang mudah di dapatkan di desa karang, yang di mana di desa ini masyarakat identik dengan petani - petani sayur mayur dan olahan yang mudah di dapatkan seperti tempe, tahu, serta telur ayam yang mudah di dapatkan di daerah pengunungan seperti desa karang ini, yang di mana dapat menambah protein bagi anak balita dan janin ibu hamil. Dalam kegiatan posyandu yang di sertakan dengan kegiatan penyuluhan stunting itu kami memberi cemilan sehat yang sudah di perhitungkan protein, lemak dan kandungan lainnya kepada anak-anak atau balita seperti bubur, puding, dan kue menu seperti posyandu pada umumnya. Akan tetapi untuk posyandu ini kami menambahkan cemilan enak dan tergolong cemilan sehat yaitu getuk singkong. Kami mengambil getuk karena di Desa Karang ada merupakan salah satu UMKM terkenal yaitu Getuk Three selain murah dan bisa di jadikan frozen, getuk itu merupakan makanan yang di senangi anak - anak karena rasa yang manis dan enak untuk

di cemil ibu-ibu hamil atau ibu-ibu menyusui. Jadi getuk cocok untuk di jadikan cemilan yang tergolong sehat untuk masyarakat Desa Karang.

### **3.2 Inovasi Getuk Singkong Kacang Hijau Sebagai Cemilan Sehat Dari UMKM Lokal**

Mengutip data dari kementerian kesehatan pada tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia masih berada di angka 21,6%. Angka ini jauh berada di batas yang sudah ditentukan oleh WHO (*world health organization*), yaitu di bawah 20% (Rokom, 2023). Stunting dianggap sebagai masalah besar karena berdampak besar pada tumbuh kembang anak, mulai dari terhambatnya pertumbuhan fisik hingga terhambatnya perkembangan kognitif serta produktivitas mereka di masa depan. Maka dari itu, upaya pencegahan stunting menjadi sangat penting dalam menciptakan generasi yang sehat dan produktif.

Salah satu faktor utama penyebab stunting adalah kurangnya asupan gizi yang seimbang, terutama protein, pada masa pertumbuhan anak. Protein dari ikan sering direkomendasikan karena kandungan gizinya yang tinggi, namun di daerah pegunungan seperti Desa Karang yang terletak di kaki Gunung Lawu, akses terhadap ikan segar menjadi tantangan tersendiri. Meskipun ikan tersedia, harga yang relatif mahal membuatnya tidak mudah diakses oleh seluruh lapisan masyarakat. Dalam menghadapi tantangan ini, diperlukan alternatif sumber protein yang lebih mudah diakses dan terjangkau oleh seluruh lapisan masyarakat, terutama yang bertempat tinggal di area pegunungan.

Desa Karang sendiri memiliki potensi lokal yang dapat dimanfaatkan, salah satunya adalah getuk singkong, jajanan tradisional yang telah lama menjadi bagian dari budaya masyarakat. UMKM lokal bernama "Getuk Three" adalah salah satu pelaku usaha yang telah memproduksi getuk ini secara rutin. Getuk sendiri merupakan ragam makanan olahan yang terbuat dari singkong. Sebagai bahan utama dari pembuatan getuk, singkong dikenal sebagai jenis umbi-umbian yang kaya energi karena kandungan karbohidratnya yang tinggi sebanyak 70% lebih. Akan tetapi di masa lalu, singkong cenderung dikesampingkan karena kandungan proteinnya yang terbilang rendah, sekitar 1,4% saja. Rendahnya kandungan nutrisi dari singkong inilah yang kemudian menarik perhatian para peneliti bahkan kelompok kami untuk mengembangkan produk getuk yang dapat meningkatkan nutrisi hingga dapat memenuhi angka kecukupan gizi (Yasni, 2023).

Setelah berkonsultasi dengan bidan setempat, kelompok KKN kami menyadari bahwa getuk singkong, meskipun lezat dan kaya karbohidrat, belum bisa dikategorikan sebagai cemilan pencegah stunting karena kandungan proteinnya yang rendah. Oleh karena itu, inovasi diperlukan untuk mengatasi kekurangan ini. Untuk meningkatkan nilai gizi getuk singkong dan menjadikannya lebih efektif dalam mencegah stunting, kelompok kami, KKN Mas 125 menciptakan inovasi dengan cara mengkombinasikannya dengan kacang hijau yang dikenal kaya akan protein. Kacang hijau adalah sumber protein nabati yang tidak hanya kaya akan protein, tetapi juga mengandung serat, vitamin, dan mineral yang penting untuk pertumbuhan anak (Sari, Melani, Novianti, Dewanti, & Sa'pang, 2020).

Inovasi ini tidak hanya menawarkan solusi untuk tantangan keterbatasan akses protein di daerah pegunungan, tetapi juga memperkuat peran UMKM lokal dalam menyediakan makanan sehat yang dapat mendukung upaya pencegahan stunting. Dengan begitu, inovasi getuk singkong yang dikombinasikan dengan kacang hijau diharapkan dapat menjadi langkah nyata dalam mendukung kesehatan masyarakat, khususnya anak-anak yang tinggal di daerah pegunungan seperti di Desa Karang. Harapannya, melalui

inovasi ini, UMKM Getuk Three di Desa Karang tidak hanya berkontribusi dalam meningkatkan perekonomian lokal, tetapi juga turut serta dalam upaya global untuk mengatasi masalah kesehatan dan gizi, khususnya stunting, di Indonesia. UMKM lokal memiliki potensi besar dalam pengembangan produk makanan yang kaya nutrisi, terutama yang berbasis bahan-bahan lokal. Inovasi getuk singkong kacang hijau ini adalah salah satu contoh nyata bagaimana produk lokal dapat diolah menjadi makanan yang tidak hanya lezat, tetapi juga sehat dan bergizi.

Untuk membuat getuk singkong kacang hijau ini, langkah-langkahnya cukup sederhana. Pertama, singkong direndam, lalu dikukus hingga empuk dan dihancurkan. Begitu pula dengan kacang hijaunya, direndam, dikukus, dan dihancurkan. Setelah itu, campurkan keduanya dengan perbandingan 1:1. Tambahkan gula dan garam sesuai selera, lalu bentuk adonan menjadi bulat-bulat kecil. Kemudian, celupkan bola-bola getuk ke dalam tepung maizena yang sudah dicampur air, lalu balurkan dengan tepung roti. Proses ini dilakukan dua kali untuk mendapatkan tekstur yang lebih krispi. Setelah itu, simpan bola-bola getuk di dalam freezer hingga siap untuk digoreng.

Inovasi ini tidak hanya berhenti pada proses pembuatan, tetapi juga pada upaya untuk memperkenalkannya kepada masyarakat. Pada tanggal 19 Agustus 2024, kami mensosialisasikan inovasi getuk singkong kacang hijau ini pada acara posyandu yang digelar di Desa Karang. Acara ini diadakan bersamaan dengan penyuluhan tentang pencegahan stunting, sehingga masyarakat tidak hanya mendapatkan informasi tentang pentingnya gizi seimbang, tetapi juga diperkenalkan dengan alternatif cemilan sehat yang dapat membantu mencegah stunting.

Dalam sosialisasi tersebut, kami menjelaskan secara detail bagaimana cara membuat getuk singkong kacang hijau ini dan memperkenalkannya sebagai cemilan sehat yang kaya akan protein. Selain itu, kami juga memperkenalkan UMKM Getuk Three sebagai pelopor dari inovasi ini. Dengan demikian, UMKM lokal tidak hanya membantu dalam penyediaan makanan sehat, tetapi juga berperan aktif dalam pemberdayaan ekonomi masyarakat Desa Karang.

Inovasi getuk singkong kacang hijau ini merupakan langkah kecil namun signifikan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Karang. Melalui pemanfaatan bahan-bahan lokal yang mudah diakses dan terjangkau, serta pemberdayaan UMKM lokal, diharapkan inovasi ini dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kesehatan anak-anak di daerah pegunungan. Tidak hanya itu, inovasi ini juga menunjukkan bagaimana produk tradisional dapat dikembangkan menjadi solusi modern yang mendukung tujuan pembangunan berkelanjutan, khususnya dalam hal peningkatan kesehatan dan pengurangan angka stunting.

## **4. Kesimpulan**

Program sosialisasi pencegahan stunting dan inovasi getuk singkong kacang hijau di Desa Karang adalah upaya strategis dalam meningkatkan kesadaran dan gizi masyarakat lokal, khususnya ibu hamil dan balita. Desa Karang, yang terletak di kaki Gunung Lawu, memiliki potensi pertanian yang subur, namun akses terhadap sumber protein seperti ikan terbatas. Oleh karena itu, inovasi pengolahan getuk singkong kacang hijau menjadi solusi yang relevan untuk menghadirkan cemilan sehat berbasis bahan lokal. Getuk singkong, makanan tradisional yang kaya karbohidrat, dikombinasikan dengan kacang hijau yang kaya akan protein dan nutrisi lainnya, menciptakan cemilan yang lebih bergizi dan mendukung upaya pencegahan stunting. Melalui program ini, masyarakat Desa Karang

tidak hanya diberikan pengetahuan tentang pentingnya gizi seimbang dan perbedaan antara stunting dan gizi buruk, tetapi juga diperkenalkan dengan produk inovatif dari UMKM lokal yang dapat menjadi ikon kuliner desa. Program ini juga melibatkan UMKM Getuk Three, yang membantu memperkuat ekonomi lokal dengan menyediakan produk yang terjangkau dan bergizi bagi masyarakat. Dengan dukungan kegiatan sosialisasi, penyuluhan kesehatan, dan pemberian vitamin di posyandu, diharapkan upaya ini dapat secara signifikan mengurangi prevalensi stunting di Desa Karang. Inovasi getuk singkong kacang hijau tidak hanya meningkatkan asupan gizi bagi balita, tetapi juga memberdayakan UMKM lokal, memperkuat ekonomi desa, dan berkontribusi pada pencapaian tujuan kesehatan dan pembangunan berkelanjutan. Kesuksesan program ini terlihat dari antusiasme masyarakat dalam mengikuti kegiatan serta tanggapan positif terhadap produk getuk yang dihasilkan.

## **Ucapan Terima Kasih**

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Perguruan Tinggi Muhammadiyah 'Aisyiyah (PTMA) atas dukungan yang telah diberikan, baik dalam bentuk materi maupun imateri. Dukungan ini memiliki arti yang sangat penting bagi kami dalam melaksanakan dan menyelesaikan berbagai kegiatan yang bermanfaat. PTMA tidak hanya menyediakan sumber daya yang kami butuhkan, tetapi juga memberikan inspirasi melalui nilai-nilai kebaikan dan semangat untuk terus berkontribusi kepada masyarakat. Semoga kerja sama yang baik ini terus terjalin dan memberikan manfaat yang lebih besar di masa yang akan datang. Terima kasih atas semua bantuan dan dukungan yang diberikan.

---

## Referensi

- A.Wardana, & I.Astuti. (2020). Penyuluhan Pencegahan Stunting pada Anak. *Jurnal Berdaya Mandiri*, 170-176.
- Bloem, M. W., Pee, S. d., Hop, L. T., Khan, N. C., Laillou, A., Minarto, Emorn Wasantwisut. (2013). Key strategies to further reduce stunting in SoutheastAsia: Lessons from the ASEAN countries workshop. *Food and Nutrition Bulletin* .
- Christina Tri Cahyani, S. M. (2023). *Kecamatan Karangpandan dalam rangka 2023*. karanganyar: BPS Kabupaten Karanganyar.
- Diskominfo. (2021). *Kabupaten karangayar*. From Diskominfo kabupaten karangayar: <https://diskominfo.karanganyarkab.go.id/>
- Hasan, H. A., Raauf, A. M., Razik, B. M., & Hassan, B. A. (2012). Chemical Composition and Antimicrobial Activity of the Crude Extracts Isolated from Zingiber Officinale by Different Solvents. *pharmaceutica*.
- Intan, F. R., Jaya, M. P., Sinaga, S. I., Andriana, D., Sari, M., Padilah, . . . Sopyanti, S. (2023). Literasi stunting untuk anak usia dini di TK Melati terpadu kabupaten ogan ilir. *AKM: Aksi kepada Masyarakat*, 337-346.
- Kemendes. (2018). *Update Data Komposisi Pangan Indonesia*. From Kemendes Ditjen Kesmas: <https://kesmas.kemdes.go.id/konten/133/0/020419-update-data-komposisi-pangan-indonesia>
- Rokom. (2023). *Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%*. From sehat negeriku:<https://sehatnegeriku.kemdes.go.id/baca/rilismedia/20230125/3142280/prevalensi-stunting-di-sindonesia-turun-ke-216-dari-244/>
- Sari, A. M., Melani, V., Novianti, A., Dewanti, L. P., & Sa'pang, M. (2020). Formulasi Dodol Tinggi Energi untuk Ibu Menyusuidari Puree Kacang Hijau (*Vigna radiata* 1),Puree Kacang Kedelai (*Glycine max*),dan Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*). *jurnal pangan dan gizi*, 50.
- Yasni, S. (2023). Pengembangan Produk Getuk Kaya Protein sebagai Pencegah Stunting pada Anak. *IPB University*.