

**Pemanfaatan Pangan Lokal Jamur Tiram sebagai Intervensi Gizi Sensitif
Pencegahan *Stunting* di Kecamatan Barru Kabupaten Barru**

***Utilization of Local Oyster Mushroom Food as a Sensitive Nutrition Intervention for
Stunting Prevention in Barru District, Barru Regency***

Nurul Hikmah Baharuddin*¹, Farizah Dhaifina Amran², Nurhidayati Islamiah³

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

²Fakultas Pertanian, Universitas Muslim Indonesia

³Program Studi Manajemen, STIE Tri Dharma Nusantara

*Email: nurulhikmahb@umi.ac.id

(Diterima 10-08-2024; Disetujui 17-09-2024)

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah prioritas kesehatan global yang utama saat ini, yang dapat berdampak jangka panjang tidak hanya pada kesehatan anak, namun juga pada pertumbuhan ekonomi bangsa dan kesejahteraan masyarakat di Indonesia, apabila diabaikan akan menjadi ancaman serius bagi masyarakat maupun pemerintah. Maka dari itu, hal tersebut membutuhkan intervensi multisektor. Kegiatan ini bertujuan untuk mengenalkan kepada masyarakat mengenai pemanfaatan pangan lokal yaitu jamur tiram yang dapat membantu dalam pencegahan *stunting*, selain itu juga dapat meningkatkan perekonomian masyarakat yang ada di Dusun Palakka. Pelaksanaan kegiatan ini diikuti oleh kelompok Anak Kaki Gunung (AKG) yang dilaksanakan di bulan Agustus 2024, kolaborasi UMI dan STIE Tri Dharma Nusantara Makassar dan didukung oleh DRTPM Kemendikbud. Kegiatan ini meliputi transfer pengetahuan kepada mitra mengenai manfaat jamur tiram untuk pencegahan *stunting* dan demonstrasi pengolahan makanan berbahan dasar jamur tiram. Metode yang digunakan untuk mengukur keberhasilan kegiatan yang telah dilaksanakan yaitu dengan melakukan *pre* dan *post test* untuk mengukur tingkat pemahaman masyarakat. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa peserta terlihat antusias dengan adanya kegiatan ini karena mendapatkan wawasan baru mengenai pemanfaatan dan pengolahan jamur tiram. Harapannya kegiatan ini dapat berkelanjutan tidak hanya khususnya di Dusun Palakka, namun juga di di dusun-dusun lainnya di seluruh Desa Palakka.

Kata kunci: *Stunting*, Anak Kaki Gunung, jamur tiram

ABSTRACT

Stunting is a major global health priority issue today, which can have long-term impacts not only on children's health but also on the nation's economic growth and the welfare of the people in Indonesia, if ignored it will be a serious threat to society and the government. Therefore, this requires multi-sector intervention. This activity aims to introduce the public to the use of local food, namely oyster mushrooms, which can help prevent stunting, and can also improve the economy of the people in Palakka Hamlet. The implementation of this activity was attended by the Anak Kaki Gunung (AKG) group which was carried out in August 2024, a collaboration between UMI and STIE Tri Dharma Nusantara Makassar and supported by the DRTPM Kemendikbud. This activity includes transferring knowledge to partners about the benefits of oyster mushrooms for preventing stunting and demonstrating oyster mushroom-based food processing. The method used to measure the success of the activities that have been carried out is by conducting pre- and post-tests to measure the level of public understanding. The results of this activity showed that participants seemed enthusiastic about this activity because they gained new insights into the use and processing of oyster mushrooms. It is hoped that this activity can be sustainable not only in Palakka Hamlet, but also in other hamlets throughout Palakka Village.

Keywords: *Stunting*, Anak Kaki Gunung, Oyster mushroom

PENDAHULUAN

Penerapan pola konsumsi dalam hal jenis, jumlah dan banyak macam jenis pangan mampu mencegah masalah gizi pada anak utamanya *stunting* yang saat ini diidentifikasi sebagai prioritas kesehatan global yang utama (Susanti and Oktafia 2023)(Maryana et al.

2020). Minimnya anak memperoleh kandungan protein dan energi cukup dapat memberikan dampak jangka panjang pada sulitnya anak sebagai generasi penerus bangsa berkontribusi membangun ekonomi bangsa dan juga menjadi ancaman serius bagi pertumbuhan ekonomi dan kesejahteraan di Indonesia (Valeriani et al. 2022). Berdasarkan data SSGI tahun 2022, angka stunting di Indonesia turun dari 24,4% tahun 2021 menjadi 21,6% tahun 2022. Kabupaten Barru berhasil menurunkan angka stunting secara drastis pada tahun 2022 dan menjadi kabupaten dengan angka stunting terendah di Sulawesi Selatan yaitu 14,1% (Kemenkes RI 2022). Dalam upaya menurunkan stunting, akses pangan bergizi menjadi salah satu bagian dari intervensi gizi sensitif. Meskipun demikian, harapannya tentu setiap kebijakan dan tindakan yang dilakukan pemerintah bersama masyarakat dapat mewujudkan *Zero Stunting*.

Analisis Situasi

Desa Palakka merupakan desa yang berada di Kecamatan Barru, Kabupaten Barru Provinsi Sulawesi Selatan. Luas wilayahnya 36,33 km² dan terletak di antara pegunungan dengan jarak tempuh ±40 menit atau sejauh 14,3 km dari ibu kota Kabupaten Barru, sehingga jangkauan akses informasi sering mengalami kendala. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Kecamatan Barru tahun 2023, Kecamatan Barru tercatat sebanyak 41 baduta mengalami stunting, 28 baduta diantaranya berada di Desa Palakka (Kab.Barru 2022).

Meskipun Desa Palakka berada di antara pegunungan, desa ini memiliki potensi di berbagai bidang seperti ekonomi, pariwisata, pertanian dan kelestarian lingkungan. Khususnya pada bidang pertanian, produk yang dinilai cukup prospektif dan bernilai ekonomi tinggi dalam pengembangan pangan bergizi di Desa Palakka yaitu jamur tiram.



Gambar 1. Ruang Penyimpanan Media tumbuh Jamur Tiram



Gambar 2. Proses Pengisian Baglog

Jamur tiram sebagai bahan pangan lokal dapat dijadikan alternatif konsumsi menu makanan sehat untuk mendukung program intervensi gizi sensitif melalui akses pangan bergizi. Dalam meningkatkan perekonomian masyarakat di Desa Palakka, maka sekumpulan Pemuda Tani di Desa Palakka membentuk kelompok yang bernama Anak Kaki Gunung (AKG). Kelompok ini berperan mewujudkan pemuda tani yang peduli dalam penanganan permasalahan sosial serta meningkatkan kerja sama sesama generasi muda. Salah satu usaha yang saat ini di kelola oleh AKG yaitu budidaya jamur tiram. Usaha ini dianggap mudah dan dapat dilakukan sepanjang tahun. Seiring berjalan waktu, usaha ini mengalami kendala dalam meningkatkan produksinya, karena permintaan akan sayur organik jamur tiram semakin banyak namun hingga saat ini belum bisa terpenuhi karena terkendala dalam peralatan yang masih dikerjakan secara manual.

Permasalahan dan Solusi

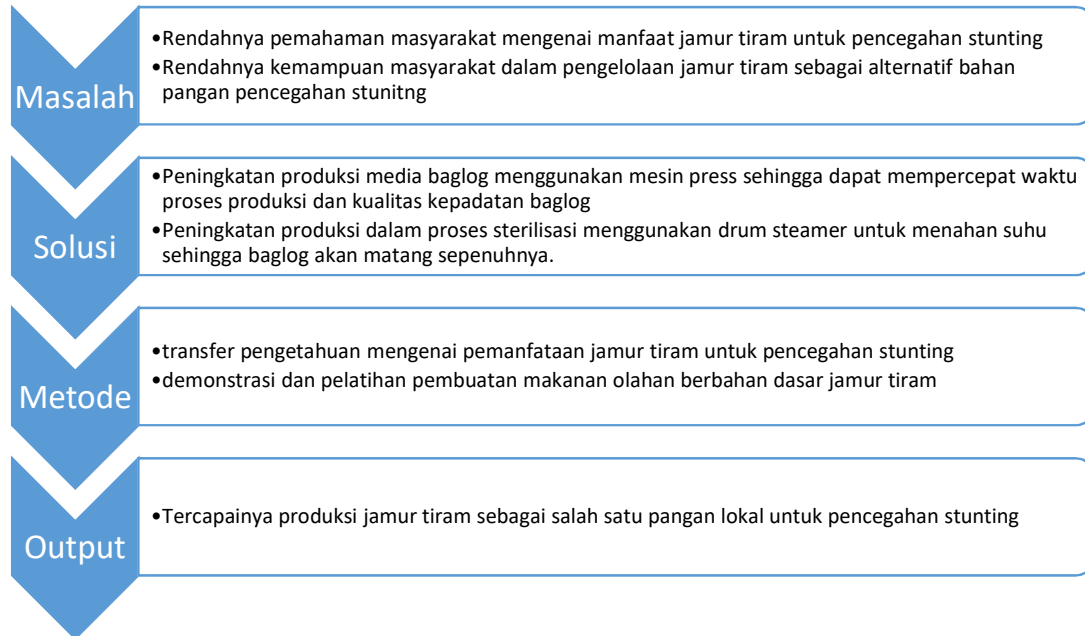
Hasil diskusi awal bersama mitra, didapatkan masyarakat di Desa Palakka memanfaatkan jamur tiram sebagai lauk yang di konsumsi sejak dulu, namun mereka belum memahami bahwa jamur tiram merupakan bahan pangan bernilai gizi tinggi yang dibutuhkan dalam menurunkan prevalensi stunting. Jamur tiram mengandung protein dengan kadarnya mencapai 10% atau lebih dari kadar protein sayuran serta serat tinggi sehingga dapat memenuhi asupan protein tanpa takut terjadi obesitas pada anak. Selain itu, mitra hanya berfokus pada produksi jamur tiram untuk dijual namun tidak mengolahnya menjadi pangan sebagai konsumsi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Rendahnya pengetahuan dan keterampilan mitra dalam pengolahan jamur tiram berdampak pada ketidakpedulian mitra akan manfaat olahan jamur tiram untuk penanganan stunting. Namun, jika dikelola dengan baik, maka jamur tiram dapat diolah menjadi cemilan keripik, abon, bakso, nugget dan olahan makanan lainnya untuk dikonsumsi balita juga ibu hamil dan ibu menyusui, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai akses pangan bergizi dalam menurunkan kejadian stunting di Desa Palakka.

Permasalahan yang diangkat ini mendukung kebijakan pemerintah Kabupaten Barru yang berjalan saat ini sebagai salah satu upaya perbaikan gizi untuk penurunan stunting melalui pemanfaatan berbagai potensi kekayaan alam di Kabupaten Barru.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2024, lokasi kegiatan dilaksanakan di Dusun Palakka, Desa Palakka, Kecamatan Barru Kabupaten Barru

Sulawesi Selatan yang bertempat di Sekertariat Anak Kaki Gunung (AKG). Berdasarkan kondisi obyektif yang ada pada mitra, dan solusi yang disepakati bersama mitra dan tim pengabdian, maka penyelesaian masalah dan metode pelaksanaan kegiatan disajikan pada gambar di bawah ini:



Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan melakukan pendampingan kepada mitra yang mempunyai tujuan untuk memecahkan permasalahan yang dialami oleh mitra dengan membangun kerjasama dan pelibatan mitra. Adapun tahap pelaksanaan dilakukan dengan empat tahapan yaitu:

Tahap 1: **persiapan**, tahapan kegiatan diawali dengan pemantapan kegiatan yang dimulai dari pembagian tugas dan tanggungjawab berdasarkan kompetensi masing-masing anggota tim, persiapan administrasi dan juga perangkat pendukung lainnya. Kemudian, melakukan penyamaan persepsi mengenai kegiatan yang akan dilakukan oleh tim dosen dan mahasiswa MBKM serta persiapan alat dan bahan yang akan digunakan dalam pelaksanaan kegiatan.

Tahap 2 : **sosialisasi**. Sosialisasi merupakan salah satu tahapan yang penting untuk menyampaikan maksud dan tujuan kegiatan PKM dengan menekankan pada upaya mempersiapkan masyarakat untuk belajar dan menyamakan persepsi mengenai manfaat dan pentingnya kegiatan PKM ini sehingga dapat mengatasi masalah yang telah disepakati oleh mitra dan tim pelaksana.

Tahap 3: **Focus Group Discussion (FGD)**, kegiatan ini merupakan diskusi dan tanya jawab dengan mitra untuk penyamaan persepsi tentang peningkatan usaha jamur tiram

sehingga hasil budidaya ini dapat dimanfaatkan masyarakat dalam mendukung upaya pencegahan stunting.

Tahap 4: **pelaksanaan kegiatan penyelesaian masalah mitra**, kegiatan edukasi diberikan kepada mitra dan masyarakat sekitar mengenai informasi stunting, pencegahan dan manfaat jamur tiram untuk diolah menjadi bahan pangan bagi anak maupun ibu hamil. Selain itu, juga diberikan pelatihan dan demonstrasi pembuatan makanan berbahan dasar jamur tiram yaitu jamur tiram krispi. Jamur krispi merupakan makanan ringan yang menggunakan bahan dasar jamur tiram yang ditambahkan bahan lainnya seperti tepung terigu, tepung tapioca, tepung beras, kaldu jamur, garam dan minyak goreng. Jamur tiram ini juga mengandung sedikit kadar minyak karena dikeringkan dengan alat peniris minyak yaitu mesin spinner sehingga menghasilkan produk jamur krispi yang renyah dan gurih.

Adapun prosesnya jamur tiram dicuci, kemudian dicampurkan ke tepung, garam dan kaldu jamur yang telah disiapkan dan diberi air secukupnya, setelah itu dimasukkan di tepung kering yang telah disiapkan dan diayak menggunakan saringan. Proses penggorengannya, jamur tiram dimasukkan ke dalam minyak yang menggunakan api sedang hingga jamur tiram krispi berwarna kecoklatan, setelah diangkat dan ditiriskan jamur tiram krispi dikeringkan menggunakan mesin spinner.

Tahap 5: **Evaluasi**, kegiatan ini dilakukan untuk memperoleh informasi sejauh mana kegiatan yang telah dilaksanakan terlaksana dengan baik dan berkelanjutan. Kegiatan evaluasi ini dilakukan melalui diskusi tanya jawab bersama mitra, hasil observasi tim pengabdian selama kegiatan berlangsung dan setelah kegiatan selesai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program PKM pemberdayaan Anak Kaki Gunung pada produksi jamur tiram dalam mendukung intervensi gizi sensitif penurunan stunting dimulai dengan tiga tahapan yaitu mengukur tingkat pemahaman masyarakat melalui pembagian kuesioner *pre test*, kemudian tahap kedua dilakukan dengan pemberian materi mengenai cegah stunting melalui pemanfaatan jamur tiram dan tahap terakhir yaitu evaluasi melalui pemberian kuesioner *post test* dan juga evaluasi perilaku masyarakat dengan melakukan observasi langsung kembali ke lokasi pengabdian dan juga melakukan diskusi bersama mitra sejauh mana intervensi yang telah dilakukan memberikan dampak ke mitra. Hasil pengukuran *pre* dan *post test* yang telah dilakukan dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Pengukuran Pre-Post Test Mengenai Pengetahuan Stunting dan Pemanfaatan Jamur Tiram

No	Pertanyaan	Pre Test		Post Test	
		n	%	n	%
Pengetahuan makanan dan Nutrisi Jamur Tiram					
1.	Jamur tiram mengandung vitamin B kompleks	21	70	30	100
2.	Jamur tiram mampu meredakan kelelahan dan mengembalikan energy terutama bagi ibu hamil	19	63,3	30	100
3.	Paparan sinar matahari adalah salah satu sumber terbaik vitamin D	20	66,6	30	100
4.	Makan buah dan sayuran segar meningkatkan daya tahan pada anak.	19	63,3	27	90
Prosedur memasak					
5.	Sayuran yang dikukus atau dimasak sebentar harus lebih disukai daripada yang digoreng.	19	63,3	29	96,6
6.	Sayuran harus dicelupkan ke dalam air untuk waktu yang lama kemudian dicuci dalam air mengalir sebelum dipotong.	19	63,3	28	93,3
7.	Memotong sayuran menjadi potongan-potongan kecil meningkatkan kandungan nutrisi esensial.	19	63,3	24	80
8.	Memasak sayuran yang terlalu lama akan menghilangkan nilai gizinya	19	63,3	27	90
9.	Pengadukan sayuran yang berlebihan saat memasak akan menghilangkan nilai gizinya.	19	63,3	30	100
Pengetahuan mengenai stunting dan pencegahan					
10.	Pemanfaatan jamur tiram dapat mencegah stunting pada anak	20	66,6	30	100
11.	Jamur tiram memiliki rasa yang lezat dan kandungan nutrisi yang tinggi kaya akan protein, karbohidrat, mineral (kalsium, besi), vitamin B dan serat	19	63,3	29	90
12.	Kadar protein yang tinggi pada Jamur tiram dapat menjadi penyebab terjadinya peningkatan berat badan bayi	20	66,6	30	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan pencegahannya melalui pemanfaatan jamur tiram sebelum dilakukan intervensi memiliki rata-rata tingkat pengetahuan hanya berkisar 60%, namun setelah dilakukan intervensi mengenai pengetahuan stunting dan pencegahannya juga pemanfaatan jamur tiram untuk pencegahan stunting, rata-rata terjadi peningkatan pengetahuan diatas 90%. Hal tersebut membuktikan bahwa transfer pengetahuan mengenai stunting dan pemanfaatan jamur tiram yang disampaikan ke masyarakat dapat diterima dengan baik, hal tersebut tentu akan turut berdampak kepada perilaku masyarakat dalam mengkonsumsi jamur tiram untuk pencegahan stunting. Konsumsi sayur bagi anak-anak biasanya jarang dilakukan, dikarenakan rasa yang tidak enak dan penyajian yang kurang menarik (Mudatsir and Sumarni 2023). Edukasi merupakan salah satu strategi dalam menurunkan angka stunting, juga meningkatkan kesadaran masyarakat baik generasi muda maupun balita (Migang and Manuntung 2021; Pratama et al. 2022; Purbowati, Ningrom, and Febriyanti 2021).



Gambar 3. Foto Tim Pengabdian Bersama Mitra, Pemerintah Desa dan Masyarakat



Gambar 4. Kegiatan Edukasi Cegah Stunting melalui Jamur Tiram

Selanjutnya, dilakukan kegiatan pengolahan makanan jamur tiram, pelatihan dan demonstrasi olahan makanan jamur tiram yaitu jamur tiram krispi yang didemonstrasikan tim pengabdian, mitra bersama masyarakat. Jamur krispi memiliki bentuk yang hampir mirip dengan bentuk asli jamur tiram, sehingga dapat menjadi daya tarik bagi anak-anak yang mengonsumsi selain rasanya yang gurih dan renyah.



Gambar 5. Proses Pengolahan Jamur Tiram Krispi



Gambar 6. Kelompok Anak Kaki Gunung (AKG) membantu proses pengolahan Jamur Tiram

Kegiatan ini merupakan hilirisasi dari hasil pengabdian Ketua Tim Pengabdian yang telah dipublikasikan dalam judul “Edukasi Pencegahan Stunting pada Anak Melalui Pengolahan Ikan Teri di Desa Kupa Kabupaten Barru” membahas mengenai potensi sumber daya alam melalui ikan teri dapat menjadi salah satu intervensi stunting yang bisa dilakukan dengan mengolahnya menjadi camilan dan sebagai asupan gizi yang baik bagi anak (Baharuddin et al. 2023). Selain itu, Penelitian lain berjudul “Pangan Mikroprotein untuk Pertumbuhan Balita dalam Menanggulangi Stunting” juga berkaitan dengan kegiatan ini yang menyatakan bahwa jamur tiram mampu meningkatkan rata-rata berat badan bayi

sehingga berpotensi sebagai salah satu produk mikroprotein yang mampu mencegah stunting (Maryana et al. 2020). Kegiatan ini juga relevan pula dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh anggota tim pengabdian dengan judul “Analisis Kepuasan Konsumen Terhadap Sayuran Hidroponik” dimana hal tersebut melihat bagaimana pemenuhan kebutuhan pangan dengan memanfaatkan lahan sebagai tempat memproduksi pangan secara hidroponik, selain itu juga memberikan implikasi bahwa konsumen semakin sadar akan produk yang sehat untuk dikonsumsi.

Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi besar terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat, perubahan perilaku pada masyarakat dan juga khususnya pada kemajuan desa. Selain itu, juga dapat menjadi wadah mahasiswa untuk lebih dekat dengan masyarakat dan lebih memahami permasalahan yang ada di masyarakat sehingga dapat menjadi pembelajaran yang didapatkan mahasiswa untuk menambah pengalaman dan wawasannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Diperlukan tingkat kepedulian dan pemahaman baik ibu balita maupun masyarakat untuk memahami pentingnya memanfaatkan jamur tiram sebagai salah satu bahan pangan lokal dalam mencegah stunting dan juga sebagai upaya untuk mendukung pemerintah sebagai bentuk intervensi gizi penurunan stunting sehingga pencegahan stunting dapat diatasi melalui kerjasama multisektor.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih atas pendanaan Direktorat Riset, Teknologi dan Pengabdian Kepada Masyarakat (DRTPM) Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi pada kontrak Nomor 131/E5/PG.02.00/PM.BARU/2024. Kontrak turunan LLDIKTI Wilayah IX dan UMI Nomor 811/LL9/PK.00.PPM/2024 dan Pengabdian 2279/B.07/UMI/VI/2024. Terimakasih kepada Universitas Muslim Indonesia, STIE Tri Dharma Nusantara, Pemerintah Desa Palakka dan juga mitra pengabdian masyarakat Kelompok Anak Kaki Gunung Dusun Palakakka Desa Palakka, Kecamatan Barru, Kabupaten Barru yang telah berpartisipasi menyukseskan kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Baharuddin, Nurul Hikmah, Asmayanti, Fitriyani Umar, and Nur Hidayati Islamiah. 2023. "Edukasi Pencegahan Stunting Pada Anak Melalui Pengolahan Ikan Teri Di Desa Kupa Kabupaten Barru." *MARTABE: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 6: 3566–72.
- Kab.Barru, Dinkes. 2022. *Daftar Nama Baduta Stunting Desa*.
- Kemenkes RI. 2022. "Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022." *Kemenkes*: 1–150.
- Maryana, Yayan, Nindya Sekar Mayuri, Ayu Asifadilah, and Nyoman P.A. 2020. "Pangan Mikroprotein Untuk Pertumbuhan Balita Dalam Menanggulangi Stunting." *Jurnal Inkofar* 1(1): 1–23.
- Migang, Yena Wineini, and Alfeus Manuntung. 2021. "Pencegahan Stunting Pada Balita Dengan Membuat Raport Gizi Sebagai Screening Pada Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (Paud)." *JPKM : Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat* 2(1): 84–91.
- Mudatsir, Rasdiana, and Sumarni. 2023. "Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Gemar Makan Dan Buah Bagi Anak Usia Dini." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(2): 3758–62.
- Pratama, Rafly Henend et al. 2022. "Upaya Pemerintah Dalam Pencegahan Stunting." *Upaya Pemerintah Dalam Pencegahan Stunting* 2(2): 25–33.
- Purbowati, Mustika Ratnaningsih, Ira Citra Ningrom, and Ratna Wulan Febriyanti. 2021. "Gerakan Bersama Kenali, Cegah, Dan Atasi Stunting Melalui Edukasi Bagi Masyarakat Di Desa Padamara Kabupaten Purbalingga." *AS-SYIFA : Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat* 2(1): 15.
- Susanti, Puspita Dwi, and Renny Oktafia. 2023. "Sosialisasi Olahan Jamur Tiram Dalam Rangka Peningkatan Pengetahuan Di Desa Sumbersuko." *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara* 4(3): 1971–77.
- Valeriani, Devi, Dian Prihardini Wibawa, Revy Safitri, and Rion Apriyadi. 2022. "Menuju Zero Stunting Tahun 2023 Gerakan Pencegahan Dini Stunting Melalui Edukasi Pada Remaja Di Kabupaten Bangka." *Jurnal Pustaka Mitra (Pusat Akses Kajian Mengabdi Terhadap Masyarakat)* 2(2): 84–88.