



## Sosialisasi Inovasi Pangan sebagai Upaya Pencegahan Stunting dengan Pemanfaatan Tahu dan Jamur

**Muhammad Dafa Ulhaq Bintoro**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Anggita Nurlathifa**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Mutiara Rahmi**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Maghfira Cursiva**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Meidya Ayu Prameswari**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Gita Khonsa Rezkania**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Azka Nurissyaban Achmad**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Aditya Reyhan Prasetyo**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Gilang Ardyansyah**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

**Tukiman**

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur

Alamat: Jl. Rungkut Madya, Gn. Anyar, Kec. Gn. Anyar, Surabaya, Jawa Timur 60294

Korespondensi penulis: [dfulhaqbintoro@gmail.com](mailto:dfulhaqbintoro@gmail.com)

**Abstrak.** *Stunting is a serious health problem for toddlers in Indonesia. One of the main factors causing stunting is the lack of adequate nutritional intake during the first thousand days of life, which is a crucial period for a child's growth and development. This is due to the lack of public knowledge about nutritional intake since and after in the womb. Through the KKNT Bela Negara work program, it is hoped that it can provide knowledge about how to prevent and overcome stunting by fulfilling nutritional intake, especially protein, by providing food innovations with tofu and mushrooms as raw materials. The counseling was carried out in Lebo Village, Sidoarjo, East Java. The methods used include preparation and planning, program implementation, and innovation development. The results of this service are great enthusiasm from the counseling participants and increased knowledge about stunting and good nutritional intake, especially protein, to prevent and overcome stunting.*

**Keywords:** *Stunting, Toddler, Nutrition, Protein*

**Abstrak.** Stunting merupakan masalah kesehatan pada balita yang cukup serius di Indonesia. Salah satu faktor utama penyebab stunting adalah kurangnya asupan gizi yang memadai selama seribu hari pertama kehidupan yang merupakan periode krusial bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini disebabkan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang asupan gizi sejak dan setelah dalam kandungan. Melalui program kerja KKNT Bela Negara ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang cara mencegah dan mengatasi stunting dengan pemenuhan asupan gizi, khususnya protein, dengan memberikan inovasi pangan dengan bahan baku tahu dan jamur. Penyuluhan dilakukan di Desa Lebo, Sidoarjo, Jawa Timur. Adapun metode yang digunakan meliputi persiapan dan perencanaan, pelaksanaan program, dan pengembangan inovasi. Hasil dari pengabdian ini adalah antusiasme yang besar dari peserta penyuluhan serta peningkatan pengetahuan mengenai stunting dan asupan gizi yang baik, terutama protein, untuk mencegah serta mengatasi stunting.

**Kata Kunci:** *Stunting, Balita, Gizi, Protein*

Received Juli 30, 2024; Revised Agustus 28, 2024; September 01, 2024

\* Muhammad Dafa Ulhaq Bintoro, [dfulhaqbintoro@gmail.com](mailto:dfulhaqbintoro@gmail.com)

## **PENDAHULUAN**

*Stunting* adalah kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada anak-anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai selama 1000 hari pertama kehidupan (Organization 2014). *Stunting* merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, dengan prevalensi nasional mencapai 30,8% menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 (Suratri et al. 2023). *Stunting* berakibat pada terganggunya perkembangan fisik dan kognitif anak, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup jangka panjang serta menurunkan potensi produktivitas ekonomi di masa depan. Faktor-faktor seperti kurangnya asupan gizi yang seimbang, sanitasi yang buruk, serta akses terbatas terhadap layanan kesehatan berkualitas turut berkontribusi pada tingginya angka *stunting*. Provinsi Jawa Timur memiliki prevalensi *stunting* sedikit lebih rendah dari rata-rata nasional, yaitu sekitar 26,2%. Meskipun demikian, kesenjangan sosial dan ekonomi, praktik pertanian yang kurang beragam, serta kurangnya edukasi dan akses terhadap sanitasi yang layak, masih menjadi tantangan besar dalam upaya menurunkan angka *stunting* di provinsi ini. Upaya berkelanjutan dan terkoordinasi antara berbagai sektor diperlukan untuk mengatasi masalah *stunting* dan memastikan pertumbuhan optimal bagi anak-anak di Indonesia, termasuk di Jawa Timur (Purnama 2023).

Salah satu Kabupaten di Provinsi Jawa Timur yang memiliki indeks kasus *stunting* yang menurun setiap tahunnya adalah Kabupaten Sidoarjo. Pada tahun 2023, indeks *stunting* Kabupaten Sidoarjo turun menjadi 8,4% dari yang sebelumnya 16,1% (Fahmi dan Enandini 2024). Hal ini merupakan sebuah upaya dan langkah besar untuk mengentaskan kasus *stunting* pada anak di Kabupaten yang memiliki potensi pangan yang beragam untuk memenuhi asupan pangan yang cukup bagi anak penyintas *stunting*. Selain itu, Pemerintah Kabupaten Sidoarjo juga menggalakkan kampanye “*Sidoarjo Zero Stunting*” yang diaplikasikan ke seluruh kelurahan dan desa di Sidoarjo. Salah satu desa yang berpartisipasi aktif dalam kampanye ini adalah Desa Lebo, Kecamatan Sidoarjo.

Desa Lebo merupakan salah satu desa dengan indeks desa mandiri di Kabupaten Sidoarjo. Indikator tersebut didapatkan karena desa dapat mengelola aset yang dimiliki dengan baik dan dapat memaksimalkan potensi yang desa miliki, salah satunya adalah dalam kasus *stunting* di Desa Lebo. Prevalensi *stunting* di Desa Lebo menurun setiap tahunnya, hal ini dikarenakan kampanye “*Sidoarjo Zero Stunting*” yang digalakkan pemerintah kabupaten digugah dengan baik oleh perangkat desa. Pos Gizi dan Sosialisasi adalah sarana yang diberikan oleh perangkat desa untuk mengentaskan *stunting*. Hal ini dilakukan sebagai usaha untuk memperbaiki literasi dan optimalisasi gizi masyarakat dengan pemberdayaan olahan pangan di sekitar mereka.

Inisiatif lokal untuk memperbaiki pola makan dan meningkatkan kesadaran gizi di antara keluarga-keluarga dapat membantu mengurangi angka *stunting* dan memastikan anak-anak tumbuh sehat dan optimal. Tahu, sebagai sumber protein nabati yang murah dan mudah diakses, dapat memainkan peran penting dalam memenuhi kebutuhan gizi ini. Oleh karena itu, mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) Bela Negara UPN “Veteran” Jawa Timur menganalisis dan membuat inovasi olahan pangan berbahan dasar tahu, yaitu “*Rolade Tahu Jamur*” yang dapat menjadi tambahan asupan protein bagi anak-anak di Desa Lebo.

Pengembangan dan promosi “*Rolade Tahu Jamur*” sebagai makanan bergizi dan praktis merupakan langkah strategis dalam upaya mencegah ataupun mengurangi angka *stunting* di Desa Lebo. Dengan kandungan protein yang tinggi, ketersediaan yang luas, dan potensi untuk diperkaya dengan berbagai nutrisi penting, “*Rolade Tahu Jamur*” dapat menjadi salah satu solusi efektif untuk meningkatkan status gizi anak-anak dan mendukung pertumbuhan optimal mereka.

Melalui kolaborasi antara pemerintah, masyarakat, dan mahasiswa, pengembangan produk ini dapat memberikan kontribusi signifikan dalam upaya nasional mengatasi *stunting*.

## **KAJIAN TEORITIS**

Menurut UNICEF, salah satu strategi utama untuk mengatasi *stunting* adalah melalui perbaikan pola makan yang mencakup pemberian makanan yang kaya nutrisi dan beragam (UNICEF 2020). Salah satu hal yang paling berpengaruh atas penyebab *stunting* adalah asupan gizi yang tidak memadai pada seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) yang merupakan periode emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Kebutuhan akan protein, zat besi, *zink*, dan berbagai mikronutrien lainnya sangat penting dalam periode ini untuk mendukung pertumbuhan yang optimal. Protein merupakan nutrisi esensial yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, serta berperan penting dalam memperkuat sistem kekebalan tubuh. Oleh karena itu, peningkatan asupan protein melalui sumber-sumber seperti tahu, tempe, ikan, dan daging ayam sangat diperlukan (Gusnedi et al. 2023).

Selain itu, ibu hamil yang tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), yang meningkatkan kemungkinan bayi mengalami *stunting* di kemudian hari. Sebuah studi oleh *World Health Organization* (WHO) menekankan pentingnya asupan protein dan mikronutrien bagi ibu hamil untuk mendukung perkembangan janin yang sehat (Organization 2014).

Pendekatan berbasis masyarakat adalah salah satu strategi penting dalam pencegahan *stunting*. Intervensi berbasis pangan yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat dapat menghasilkan dampak yang lebih signifikan dan berkelanjutan (Shekar et al. 2017). Inovasi pangan lokal menjadi salah satu solusi untuk mengatasi *stunting*. Inovasi ini bertujuan untuk meningkatkan asupan protein anak-anak dengan bahan yang mudah diakses dan terjangkau. Inovasi pangan ini tidak hanya membantu meningkatkan status gizi anak-anak, tetapi juga memberdayakan masyarakat lokal dalam menyediakan makanan yang bergizi. *Food and Agriculture Organization* (FAO) juga mendukung pengembangan inovasi pangan lokal sebagai salah satu cara untuk mengurangi angka *stunting* di wilayah yang memiliki keterbatasan akses terhadap makanan kaya gizi (FAO 2021)

Protein merupakan makronutrien esensial yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak-anak, terutama selama masa seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK). Tahu dan jamur adalah dua sumber protein yang memiliki peran signifikan dalam mencukupi kebutuhan gizi harian anak-anak serta ibu hamil.

Tahu, sebagai sumber protein nabati, dikenal memiliki kandungan protein tinggi dan asam amino esensial yang lengkap. Tahu tidak hanya mengandung protein berkualitas tinggi, tetapi juga kaya akan isoflavon yang memiliki manfaat tambahan bagi kesehatan seperti meningkatkan fungsi kekebalan tubuh dan menjaga kesehatan tulang (Dukariya et al. 2020). Tahu juga mudah dicerna oleh tubuh, sehingga sangat cocok diberikan kepada anak-anak yang membutuhkan protein dalam jumlah cukup untuk mendukung perkembangan fisik dan kognitif anak-anak.

Jamur juga merupakan sumber protein yang sangat baik, terutama jenis jamur yang biasa digunakan dalam kuliner, seperti jamur tiram dan jamur kancing. Menurut penelitian Singh (2023), jamur tidak hanya mengandung protein, tetapi juga kaya akan serat, vitamin D, dan mineral penting seperti zat besi, selenium, serta *zink* yang semuanya berkontribusi pada pertumbuhan dan kesehatan anak. Selain itu, kandungan antioksidan pada jamur membantu memperkuat sistem kekebalan tubuh dan melindungi anak-anak dari penyakit.

Penggabungan tahu dan jamur sebagai bahan dasar olahan makanan inovatif seperti “Rolade Tahu Jamur”, dapat menjadi solusi praktis dan bernutrisi tinggi untuk memenuhi kebutuhan protein dan gizi pada anak-anak serta ibu hamil. Program pemberdayaan yang berbasis pada inovasi pangan lokal ini mendukung peningkatan status gizi anak-anak dan berperan dalam mengurangi angka stunting di daerah tersebut.

## **METODE PENGABDIAN**

Metode yang dilakukan pada pelaksanaan program kerja Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) Bela Negara terkait inovasi pangan “Rolade Tahu Jamur” ini adalah sebagai berikut:

### 1. Persiapan dan Perencanaan

Tahap awal dilakukan dengan mengobservasi kondisi dan kebutuhan masyarakat desa Lebo. Observasi dilakukan melalui survei dan wawancara kepada pihak perangkat Desa Lebo untuk mengidentifikasi kebutuhan dan potensi pangan yang dapat dikembangkan. Selanjutnya adalah penyusunan rencana kerja, berdasarkan hasil identifikasi, disusun rencana kerja yang mencakup langkah-langkah pelaksanaan, alokasi waktu, serta sumber daya yang dibutuhkan untuk mengimplementasikan hasil inovasi dari program kerja.

### 2. Pelaksanaan Program

Adapun tahapan yang dilakukan dalam pelaksanaan program kerja adalah sebagai berikut:

1. Pengadaan bahan baku: Memastikan ketersediaan bahan baku seperti tahu dan jamur dengan kualitas yang baik serta mudah didapatkan. Selain itu, juga pengadaan peralatan yang dibutuhkan dalam proses produksi.
2. Produksi uji coba: Melakukan produksi uji coba “Rolade Tahu Jamur” untuk memastikan kualitas produk. Hasil dari uji coba ini digunakan untuk memberikan umpan balik kepada peserta pelatihan dan melakukan perbaikan jika diperlukan.
3. Penyuluhan: Memberikan penyuluhan serta demonstrasi kepada masyarakat Desa Lebo mengenai urgensi, manfaat, serta cara pembuatan inovasi pangan “Rolade Tahu Jamur” agar masyarakat dapat memahami dan mempraktikkan secara mandiri. Penyuluhan dilaksanakan bersamaan dengan program kerja dari desa, yaitu pos gizi.
4. Pemanfaatan teknologi: Pemanfaatan teknologi mencakup dokumentasi berbagai teknologi oleh tim PDD kelompok 3 KKNT Bela Negara Gelombang 2 terkait kegiatan program kerja inovasi “Rolade Tahu Jamur”. Dokumentasi ini berupa foto serta video pelaksanaan dan pembuatan inovasi pangan yang nantinya ditayangkan pada saat penyuluhan serta diberikan kepada perwakilan masyarakat agar dapat disebarluaskan lebih luas sebagai upaya memberikan inovasi pemberdayaan masyarakat dan perluasan pengetahuan akan *stunting* dan pentingnya protein untuk pemenuhan gizi.

### 3. Pengembangan Inovasi

Mendorong masyarakat untuk terus mengembangkan inovasi pangan berbahan dasar tahu dan jamur. Bekerja sama dengan Dinas Sosial, penyuluhan lanjutan dilakukan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat terkait inovasi pangan dengan bahan dasar potensial yang ada di Desa Lebo yang dapat dikembangkan sebagai usaha bisnis.



Gambar 1. *Flowchart* Metode Pengabdian

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Desa Lebo merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Sidoarjo yang masih menghadapi tantangan dalam pemenuhan gizi anak-anak. *Stunting* pada anak tidak hanya berpengaruh pada pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan otak dan kemampuan kognitif mereka. Salah satu faktor penyebab *stunting* adalah kekurangan asupan gizi, terutama protein. Protein sebagai salah satu komponen utama dalam pertumbuhan seringkali kurang tercukupi dalam makanan sehari-hari masyarakat setempat. Oleh karena itu, diperlukan inovasi dalam penyediaan pangan yang kaya protein dan terjangkau oleh masyarakat. Sebagai pengetahuan *stunting*, suatu masalah gizi kronis akibat kekurangan asupan nutrisi jangka panjang, menjadi persoalan signifikan di negara berkembang seperti Indonesia. Faktor utama penyebabnya adalah defisiensi protein dalam diet sehari-hari.

Menghadapi tantangan ini, mahasiswa KKN mengambil inisiatif menginovasikan dan mengembangkan produk makanan berbasis tahu. Pendekatan berbasis masyarakat adalah salah satu strategi penting dalam pencegahan *stunting*. Intervensi berbasis pangan yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat dapat menghasilkan dampak yang lebih signifikan dan berkelanjutan (Shekar et al. 2017). Program seperti "Rolade Tahu Jamur" memberdayakan masyarakat untuk memproduksi makanan bergizi dari bahan lokal, sekaligus memberikan edukasi tentang pentingnya asupan gizi seimbang untuk mencegah *stunting*. Melalui metode pelatihan dan penyuluhan, masyarakat diajarkan tentang cara mengolah tahu dan jamur menjadi produk yang dapat diterima oleh anak-anak dan keluarga.

Tahu dan jamur merupakan bahan makanan yang mudah didapat dan memiliki kandungan gizi yang baik, termasuk protein nabati. Melihat potensi tersebut, kami mengembangkan inovasi pangan berupa "Rolade Tahu Jamur". Produk ini diharapkan dapat menjadi alternatif sumber protein yang mudah diolah, disukai oleh anak-anak, dan tentunya terjangkau oleh masyarakat setempat.

Tahu dan jamur memiliki kandungan nutrisi yang kaya dan bermanfaat dalam pencegahan *stunting*. Tahu di sini berperan sebagai sumber protein nabati yang merupakan sumber asam amino esensial dan makronutrien penting yang baik untuk mencapai nutrisi protein lengkap. Protein merupakan nutrisi esensial dalam mengatasi *stunting* karena berperan penting dalam pertumbuhan, pemeliharaan jaringan tubuh, serta mendukung fungsi sistem kekebalan. Protein membantu dalam pembentukan otot, tulang, dan jaringan, serta terlibat dalam sintesis hormon pertumbuhan seperti *insulin-like growth factor 1* (IGF-1) yang mendukung proses perkembangan. Kekurangan protein, terutama selama periode kritis seperti 1.000 hari pertama kehidupan, dapat menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Kekurangan protein secara berkelanjutan meningkatkan risiko *stunting*, yang memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan anak (Langyan et al. 2022)

Jamur, di sisi lain, mengandung vitamin D, yang berperan penting dalam penyerapan kalsium serta menjaga kesehatan tulang (Valverde et al. 2015). Jamur juga kaya akan serat dan antioksidan yang mendukung sistem kekebalan tubuh dan kesehatan pencernaan, dua aspek penting dalam mencegah infeksi yang dapat memperburuk risiko *stunting* pada anak-anak.

Dengan adanya inovasi "Rolade Tahu Jamur", diharapkan angka *stunting* di Desa Lebo dapat menurun secara signifikan. Penggunaan bahan lokal juga dapat meningkatkan perekonomian desa, karena adanya permintaan yang stabil untuk tahu dan jamur. Selain itu, inovasi ini dapat menjadi model bagi desa-desa lain di Indonesia yang menghadapi masalah serupa. Melalui pendekatan ini, diharapkan konsumsi ikan di masyarakat, terutama anak-anak dan ibu hamil, dapat meningkat, sehingga berkontribusi dalam upaya pencegahan *stunting* dan

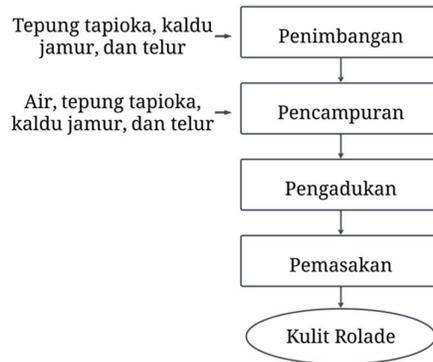
perbaikan status gizi masyarakat secara keseluruhan. “Rolade Tahu Jamur” adalah olahan pangan yang terbuat dari bahan dasar tahu dan jamur. Tahu, sebagai sumber protein nabati, dicampur dengan jamur yang kaya akan serat dan mineral, kemudian dibentuk menjadi rolade. Produk ini diolah dengan cara dikukus sehingga tetap mempertahankan kandungan gizinya. Rolade ini bisa disajikan sebagai lauk yang lezat dan bergizi tinggi, cocok untuk dikonsumsi oleh semua kalangan, terutama anak-anak. Produk ini memiliki beberapa manfaat dan keunggulan, antara lain:

1. **Tinggi Protein,** Kandungan protein dalam tahu dan jamur dapat memenuhi kebutuhan protein harian anak-anak, yang sangat penting untuk mencegah *stunting* .
2. **Bahan Baku Lokal:** Semua bahan yang digunakan dalam pembuatan “Rolade Tahu Jamur” mudah didapatkan di pasar-pasar lokal di Desa Lebo, sehingga produk ini memiliki biaya produksi yang rendah.
3. **Mudah Diolah:** Proses pembuatan yang sederhana dan tidak memerlukan peralatan khusus membuat produk ini mudah diadopsi oleh masyarakat setempat.
4. **Lezat dan Disukai Anak-anak:** Rasa yang lezat dan tekstur yang lembut membuat “Rolade Tahu Jamur” disukai oleh anak-anak, sehingga memudahkan orang tua untuk memberikan makanan bergizi kepada anak-anak mereka.

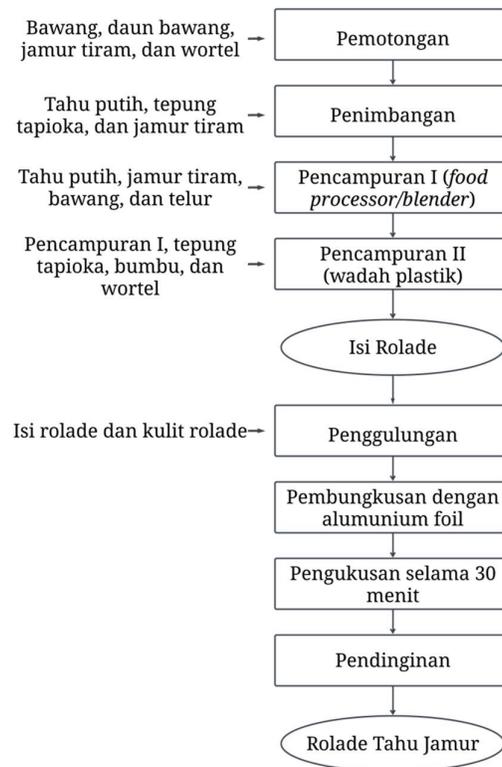
Selain itu, mahasiswa KKN juga memberikan pendampingan dalam hal sosialisasi dengan PKK dalam program Pos Gizi. Mahasiswa KKN juga mempresentasikan terkait bahaya *stunting*, pencegahan dan bagaimana cara mengobati apabila sudah terindikasi terkena *stunting* sejak dini. Kami juga membantu ibu-ibu PKK dalam memberikan sebuah video tutorial pembuatan “Rolade Tahu Jamur” pada *platform* Youtube kami. Dengan demikian, inisiatif ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan pendapatan warga Desa Lebo, yang tetapi juga memperkuat ekonomi lokal dengan memberdayakan masyarakat, khususnya kaum perempuan, untuk menjadi pelaku ekonomi yang mandiri. Selain memberikan dampak ekonomi yang positif, program ini juga mendukung pelestarian budaya kuliner lokal, menjaga tradisi dan kekayaan alam desa yang berharga. Inovasi pangan seperti "Rolade Tahu Jamur" tidak hanya memberikan manfaat gizi bagi anak-anak, tetapi juga berpotensi memberikan manfaat ekonomi bagi masyarakat. Menurut Keats et al. (2021) pemberdayaan ekonomi melalui inovasi pangan dapat memperkuat ketahanan pangan lokal dan meningkatkan pendapatan masyarakat. Usaha mikro berbasis pangan seperti ini dapat menjadi sumber penghasilan tambahan bagi keluarga yang memproduksi dan menjual produk tersebut, sekaligus berkontribusi pada upaya pencegahan *stunting* melalui peningkatan akses terhadap makanan bergizi.

### **Proses Produksi**

Berikut adalah diagram pembuatan inovasi pangan “Rolade Tahu Jamur” dari proses pembuatan kulit rolade hingga menjadi satu rolade yang utuh.



Gambar 2. Diagram pembuatan kulit “Rolade Tahu Jamur”



Gambar 3. Diagram pembuatan “Rolade Tahu Jamur”



Gambar 4. “Rolade Tahu Jamur”

### **Kegiatan Sosialisasi**

Sosialisasi dilakukan di Balai Desa Lebo Sidoarjo bersamaan dengan penutupan program “Pos Gizi” yang sebelumnya rutin diadakan di Desa Lebo untuk mengatasi masalah *stunting*. Audiens merupakan para ibu dari balita terindikasi *stunting*, kader Pos Gizi, pihak puskesmas, serta bidan. Sosialisasi dimulai dengan memberikan pengenalan mengenai *stunting* beserta indikasinya, nutrisi yang diperlukan untuk anak-anak sejak dan setelah masa kandungan, serta inovasi pangan yang telah dibuat, yaitu “Rolade Tahu Jamur”. Seluruh pemaparan dilakukan melalui media *PowerPoint* serta video. Para audiens menyimak dengan antusias pemaparan mengenai *stunting* dan inovasi pangan “Rolade Tahu Jamur”. Sosialisasi diakhiri dengan mencoba hasil inovasi “Rolade Tahu Jamur” bersama para audiens.



Gambar 5. Pemaparan materi oleh mahasiswa KKNT Bela Negara UPN Veteran Jawa Timur



Gambar 6. Makan “Rolade Tahu Jamur” bersama audiens



Gambar 7. Foto bersama usai acara sosialisasi pada penutupan program Pos Gizi Desa Lebo

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Inovasi olahan pangan "Rolade Tahu Jamur" merupakan langkah strategis dalam menanggulangi masalah *stunting* di Desa Lebo, Kabupaten Sidoarjo. Dengan kandungan protein

tinggi dari tahu dan jamur, produk ini tidak hanya menawarkan nilai gizi yang penting bagi pertumbuhan anak-anak, tetapi juga menggunakan bahan-bahan lokal yang mudah didapat dan terjangkau. Pengolahan yang sederhana dan rasa yang disukai anak-anak menjadikan "Rolade Tahu Jamur" sebagai alternatif makanan yang efektif dalam meningkatkan asupan protein dan mencegah stunting di kalangan anak-anak di Desa Lebo. Beberapa hasil yang signifikan dalam upaya pencegahan stunting melalui inovasi pangan "Rolade Tahu Jamur" ini di antaranya adalah sebagai berikut.

Pertama, produk ini berhasil meningkatkan asupan protein di kalangan anak-anak, dengan memanfaatkan sumber protein nabati yang mudah diakses, yaitu tahu dan jamur. Penggunaan bahan lokal ini tidak hanya memastikan keberlanjutan, tetapi juga menjaga biaya produksi tetap rendah sehingga dapat dijangkau oleh masyarakat setempat. Dalam jangka pendek, asupan protein yang meningkat secara konsisten berkontribusi terhadap pertumbuhan anak-anak dan membantu memperbaiki kondisi malnutrisi.

Kedua, selain nilai gizinya, pengolahan "Rolade Tahu Jamur" yang sederhana menjadikannya mudah diterapkan oleh ibu rumah tangga, sehingga memungkinkan keberlanjutan dalam penyediaan makanan bergizi bagi keluarga. Hal ini juga menciptakan potensi ekonomi dengan kemungkinan produk ini dikembangkan lebih lanjut sebagai usaha mikro yang bisa meningkatkan pendapatan keluarga.

Namun, di sisi lain, produk ini memiliki beberapa kekurangan. Tantangan utama adalah memastikan bahwa metode pengolahan dan distribusi produk dapat dijaga konsistensinya, terutama dalam hal rasa dan tekstur yang sesuai dengan preferensi anak-anak. Selain itu, perlu dilakukan sosialisasi lebih lanjut terkait cara penyimpanan yang benar agar produk ini dapat bertahan lebih lama tanpa kehilangan nilai gizinya.

Pengembangan ke depannya dapat melibatkan diversifikasi produk, misalnya dengan menambahkan variasi bahan lokal lainnya yang kaya gizi, seperti tempe atau sayuran hijau, untuk meningkatkan nilai nutrisi dan daya tarik produk. Selain itu, dukungan dari pemerintah daerah dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan bisa membantu memastikan bahwa inovasi ini dapat terus berlanjut dan berkembang, tidak hanya di Desa Lebo, tetapi juga di daerah-daerah lain yang memiliki masalah serupa terkait *stunting*.

Dengan demikian, "Rolade Tahu Jamur" menunjukkan potensi besar dalam menanggulangi masalah *stunting*, namun juga memerlukan perbaikan dari segi penyebarluasan pengetahuan dan pengembangan lebih lanjut untuk mencapai dampak yang lebih luas.

Disarankan agar pemerintah desa bersama dengan tenaga kesehatan lebih aktif dalam mengedukasi masyarakat tentang pentingnya asupan protein dalam pencegahan *stunting* dan cara pengolahan "Rolade Tahu Jamur" di rumah. Dengan mengembangkan variasi produk olahan lainnya yang berbasis bahan lokal, seperti sayuran atau ikan, untuk menambah variasi menu yang sehat dan bergizi bagi masyarakat. Dan seperti yang terlihat, pemerintah desa perlu memberikan dukungan lebih pada usaha-usaha kecil, seperti BUMDes, yang dapat memproduksi "Rolade Tahu Jamur" dalam skala lebih besar, sehingga produk ini dapat menjangkau lebih banyak warga dan melibatkan sektor swasta untuk mendukung promosi dan distribusi produk, serta memberikan pelatihan tambahan bagi warga dalam hal produksi pangan sehat dan bergizi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Dukariya, Garima, Shreya Shah, Gaurav Singh, and Anil Kumar. 2020. "Soybean and Its Products: Nutritional and Health Benefits." *Journal of Nutritional Science and Healthy Diet* 1(2):22–29.

- Fahmi, Januar, and Ria Enandini. 2024. "Kasus Stunting Di Sidoarjo Turun Signifikan." *Rri.Co.Id*. Retrieved August 24, 2024 (<https://www.rri.co.id/kesehatan/727149/kasus-stunting-di-sidoarjo-turun-signifikan>).
- FAO. 2021. *Food Systems and Nutrition*. IPU and FAO.
- Gusnedi, Gusnedi, Ricvan Dana, Nindrea Mph, Idral Purnakarya Phd, Hermita Bus Umar, Andrafikar Mph, Syafrawati Phd, Asrawati Md, Andi Susilowati Msc, Novianti Mph, Masrul Prof, Nur Indrawaty, and Lipoeto Prof. 2023. "Risk Factors Associated with Childhood Stunting in Indonesia: A Systematic Review and Meta-Analysis." *Search.Informit.Org* 32(2):184–95. doi: 10.6133/apjcn.202306\_32(2).0001.
- Keats, Emily C., Jai K. Das, Rehana A. Salam, Zohra S. Lassi, Aamer Imdad, Robert E. Black, and Zulfiqar A. Bhutta. 2021. "Effective Interventions to Address Maternal and Child Malnutrition: An Update of the Evidence." *The Lancet Child & Adolescent Health* 5(5):367–84. doi: 10.1016/S2352-4642(20)30274-1.
- Langyan, Sapna, Pranjal Yadava, Fatima Nazish Khan, Zahoor A. Dar, Renu Singh, and Ashok Kumar. 2022. "Sustaining Protein Nutrition Through Plant-Based Foods." *Frontiers in Nutrition* 8. doi: 10.3389/fnut.2021.772573.
- Organization, World Health. 2014. *Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief*. World Health Organization.
- Purnama, Ni Luh Agustini. 2023. "Village Role In Reducing Stunting As An Effort To Achieve The Sdgs Of Sukodono Village Sidoarjo District." *Jurnal.Untag-Sby.Ac.Id* 5. doi: 10.33024/mnj.v5i3.8088.
- Shekar, Meera, Jakub Kakietek, Julia Dayton Eberwein, and Dylan Walters. 2017. *Un Cadre d'investissement Pour La Nutrition: Atteindre Fes Cibles Mondiales En Matière de Retard de Croissance, d'anemie, d'allaitement Maternel et d'emaciation*. The World Bank.
- Singh, Manjit. 2023. "Mushrooms for Nutrition and Entrepreneurship." Pp. 361–87 in *Vegetables for Nutrition and Entrepreneurship*. Singapore: Springer Nature Singapore.
- Suratri, Made Ayu Lely, Gurendro Putro, Basuki Rachmat, Noer Endah Pracoyo, Aris Yulianto, Anton Suryatma, and Mohamad Samsudin. 2023. "Risk Factors for Stunting among Children under Five Years in the Province of East Nusa Tenggara (NTT), Indonesia." *Mdpi.Com*. doi: 10.3390/ijerph20021640.
- (UNICEF), United Nations Children's Fund. 2020. "Improving Young Children's Diets during the Complementary Feeding Period." *UNICEF Programming Guidance*.
- Valverde, María Elena, Talía Hernández-Pérez, and Octavio Paredes-López. 2015. "Edible Mushrooms: Improving Human Health and Promoting Quality Life." *International Journal of Microbiology* 2015:1–14. doi: 10.1155/2015/376387.