

Inovasi Produk Olahan Rumah Tangga Bernutrisi “Crocket Udang” Pendukung Percepatan Penurunan Stunting Di Desa Kedungsegog

oleh:

Hega Bintang Pratama Putra¹
Universitas Diponegoro

E-mail: hegabintangpratamap@lecturer.undip.ac.id

Avivah Rahmaningtyas²

Prodi Agribisnis, Fakultas Peternakan dan Pertanian, Universitas Diponegoro

E-mail: avivahrahmaningtyas@lecturer.undip.ac.id

Galan Adhyasta; Najwa Jihan Azhar; Nisa Fadhillah Mumtaz

Abstract

Stunting is one of the major public health issues in Indonesia that requires serious attention from various stakeholders. It is a growth and developmental disorder in children caused by chronic malnutrition, recurrent infections, and inadequate psychosocial stimulation. Children are classified as stunted if their height-for-age is below minus two standard deviations from the World Health Organization (WHO) child growth standards. One of the community-level strategies to prevent and reduce stunting is the consumption of nutritious foods rich in protein and fiber, such as shrimp croquettes. Shrimp croquettes are a nutritious, easy-to-make household food product that holds potential as an alternative dietary solution in efforts to combat stunting in Indonesia. This community engagement program focuses on empowering local residents through training in the preparation of shrimp croquettes as an affordable and practical healthy food option. The program is expected not only to enhance participants' understanding of balanced nutrition in stunting prevention but also to encourage the adoption of sustainable and independent healthy eating practices. Evaluating changes in community knowledge and behavior regarding nutrition before and after the program is essential to measure the effectiveness of the intervention and to inform the development of future community service initiatives.

Keywords: malnutrition; nutritious food; shrimp croquette; stunting; stunting prevention.

Abstrak

Kasus stunting merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius dari berbagai pihak. Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Anak dikategorikan stunting apabila tinggi badannya menurut usia berada di bawah minus dua standar deviasi berdasarkan kurva pertumbuhan anak dari World Health Organization (WHO). Salah satu langkah yang dapat dilakukan masyarakat untuk mencegah dan menurunkan angka stunting adalah dengan mengonsumsi makanan bergizi, terutama yang mengandung protein dan serat, seperti crocket udang. Crocket udang merupakan produk olahan rumah tangga yang mudah dibuat, bergizi, dan berpotensi menjadi solusi pangan alternatif untuk mendukung upaya pencegahan stunting di Indonesia. Kegiatan pengabdian ini difokuskan pada pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan pembuatan crocket udang sebagai alternatif makanan sehat yang terjangkau dan aplikatif. Program ini diharapkan tidak hanya meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya gizi seimbang dalam pencegahan stunting, tetapi juga mendorong praktik konsumsi makanan sehat secara mandiri dan berkelanjutan. Evaluasi dampak program menjadi langkah penting dalam menilai efektivitas intervensi serta merancang strategi pengabdian lanjutan yang lebih tepat sasaran.

Kata Kunci: crocket udang; makanan bergizi; malnutrisi; stunting; pencegahan stunting.

1. PENDAHULUAN

Desa Kedungsegog terletak di Kecamatan Tulis, Kabupaten Batang,

Provinsi Jawa Tengah. Desa ini memiliki potensi besar untuk berkembang secara optimal, baik dari

segi sumber daya alam maupun kondisi sosial ekonomi masyarakatnya. Sebagian besar penduduk Desa Kedungsegog bermata pencaharian sebagai petani dan nelayan, yang mencerminkan kekayaan potensi lokal berupa lahan pertanian yang luas serta lokasi geografis yang strategis di pesisir laut. Selain potensi alam, Desa Kedungsegog juga menunjukkan potensi internal yang signifikan dalam bidang ekonomi kreatif. Hal ini terlihat dari keberadaan berbagai Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) yang berkembang di desa, seperti produksi keripik pisang, sale pisang, telur asin, dan produk olahan lokal lainnya.

Namun, di balik potensi positif yang dimiliki, Desa Kedungsegog juga menghadapi permasalahan yang cukup serius, yaitu *stunting*. Desa Kedungsegog termasuk dalam tiga desa di Kecamatan Tulis, Kabupaten Batang, bersama Desa Posong dan Desa Wringin Gintung yang ditetapkan oleh Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Provinsi Jawa Tengah sebagai desa darurat *stunting*.

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis serta infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak yang berada di bawah standar pertumbuhan yang ditetapkan. Permasalahan *stunting* di Desa Kedungsegog perlu mendapat perhatian serius melalui evaluasi dan penanganan yang tepat, agar masyarakat desa, khususnya anak-anak, dapat tumbuh lebih sehat dan menjalani kehidupan yang lebih sejahtera.

Secara definitif, berdasarkan Pasal 1 angka 1 Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan *Stunting*, *stunting* didefinisikan sebagai “gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi

badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan.” Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), *stunting* merupakan gangguan tumbuh kembang anak yang disebabkan oleh masalah gizi, infeksi berulang, serta kurangnya stimulasi psikososial. Seorang anak dikategorikan mengalami *stunting* apabila tinggi badannya menurut usia berada di bawah minus dua standar deviasi berdasarkan kurva pertumbuhan anak dari *World Health Organization (WHO)*.

Salah satu upaya untuk mencegah *stunting* adalah dengan melakukan edukasi dan sosialisasi mengenai pentingnya makanan bergizi. Deani et al. (2025) menjelaskan kriteria jajanan sehat dan pola makan seimbang pada siswa SDN Tembalang. Sementara Fadhlurrohman et al. (2025) mengadakan lomba masak menu sehat dari sayur bayam dan lele di kelurahan Tembalang. Kamaludin et al. (2024) mengkombinasikan materi mengenai makanan bergizi dan aksi kebersihan lingkungan untuk meningkatkan pemahaman tentang *stunting* di Desa Maranata, Sulawesi Tengah. Pendampingan pada keluarga balita yang berisiko *stunting* di kelurahan Temu, Sumba Timur dilakukan oleh Hara et al. (2024) sebagai upaya mencegah terjadinya *stunting*. Kusumaningrum et al. (2022) melakukan penyuluhan pada ibu-ibu di kelurahan Bagan Besar, kota Dumai untuk meningkatkan kesadaran orangtua melakukan pemeriksaan rutin pada kehamilan dan balita. Wuhan et al. (2024) tidak hanya melakukan sosialisasi, tetapi juga membagikan telur omega 3 pada siswa-siswi SD Inpres Naibonat, kecamatan Kupang Timur untuk meningkatkan kesadaran gizi dan mengurangi angka *stunting*. Ibu-ibu reproduktif di Kabupaten Pesawaran menjadi peserta utama dalam edukasi pencegahan *stunting* yang

dilakukan oleh Dekasari et al. (2024) melalui kegiatan pengabdian. Laswati (2022) mengenalkan B2SA dan Isi Piringku pada ibu-ibu PKK di Dusun Patukan, Sleman untuk menjelaskan pentingnya membiasakan hidup sehat dari pola makan, aktivitas fisik, dan kebersihan lingkungan. Selain melalui kegiatan sosialisasi dan edukasi, upaya lain untuk mencegah *stunting* adalah dengan mengajarkan pembuatan makanan atau menu sehat yang mudah untuk dilakukan masyarakat seperti membuat susu jagung (Yulmaniati et al., 2022), membuat produk fortifikasi pangan berbasis pangan lokal yang berbahan baku ikan lele dan tepung singkong (Permatasari et al., 2021), dan pembuatan produk makanan dari daun kelor (Moedjiherwati et al., 2023). Aspek pembeda kegiatan pengabdian ini dibandingkan program serupa yaitu pada jenis produk yang dikenalkan ke masyarakat Desa Kedungsego, Kecamatan Tulis, Kabupaten Batang yaitu berupa *crocket udang*. Makanan *crocket* tidak hanya disukai berbagai kalangan, tetapi juga bisa dibekukan agar tahan lama dan dimasak sewaktu-waktu. Tujuan pelatihan pembuatan *crocket udang* adalah agar peserta tidak hanya memahami pentingnya pencegahan *stunting*, tetapi juga mampu mempraktikkannya secara berkelanjutan dan mandiri, mengingat makanan tersebut mudah dibuat.

2. METODE PENELITIAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Kedungsego, Kecamatan Tulis, Kabupaten Batang, Jawa Tengah, yang merupakan salah satu desa darurat *stunting* menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif dan kolaboratif multidisiplin. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahapan, yaitu:

1. Identifikasi masalah: Tim melakukan observasi lapangan dan

wawancara dengan masyarakat untuk mengidentifikasi faktor penyebab tingginya angka *stunting* di Desa Kedungsego.

2. Penyuluhan dan edukasi: Masyarakat diberikan pemahaman mengenai *stunting*, dampaknya, serta pentingnya asupan gizi seimbang melalui penyuluhan.
3. Inovasi produk gizi: Dilakukan pembuatan prototipe makanan sehat berupa *crocket udang* sebagai alternatif pangan bergizi yang mudah diolah di rumah. Produk ini dirancang dengan bahan-bahan lokal seperti kentang, udang, tahu sutra, wortel, seledri, dan telur.
4. Pelatihan pembuatan produk: Masyarakat, khususnya ibu rumah tangga, dilatih untuk membuat *crocket udang* secara langsung, mulai dari persiapan bahan, proses pengolahan, hingga penyimpanan.
5. Evaluasi: Setelah pelaksanaan pelatihan, tim melakukan evaluasi terhadap pemahaman peserta serta potensi keberlanjutan produksi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembuatan prototipe makanan yang merupakan produk olahan rumah tangga berupa '*crocket udang*' diawali dengan menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan, seperti kentang, udang, tahu sutra, tepung panir, wortel, daun seledri, telur, garam, minyak goreng, dan keju (opsional). Setelah seluruh bahan telah siap, kupas dan bersihkan bahan-bahan tersebut, seperti kentang, udang, dan wortel. Selanjutnya, kentang dikukus selama 45 (empat puluh lima) menit hingga lunak disusul cincang kasar udang dan potong wortel beserta daun seledri secara kecil-kecil. Kentang yang sudah direbus kemudian dihaluskan dan dicampur dengan udang, wortel, daun seledri, dan tahu sutra. Adonan kemudian diaduk hingga merata dan dilanjutkan dengan bentuk adonan hingga menjadi bulat-bulat. Langkah-langkah selanjutnya dapat

dilihat pada resep menu pembuatan crocket udang sebagai berikut.



Gambar 1. Leaflet Resep dan Cara Pembuatan Crocket Udang

Crocket udang merupakan makanan yang bergizi, yang kaya akan protein nabati dan hewani di dalamnya. Crocket udang dapat dinikmati oleh seluruh kalangan, baik anak kecil, remaja, hingga dewasa. Crocket udang pada hakikatnya merupakan wujud konkret atas komitmen bersama untuk mencegah dan mempercepat penurunan kasus stunting di Kabupaten Batang khususnya dan di Indonesia umumnya.



Gambar 2. Crocket Udang



Gambar 3. Tim Pengabdian Bersama Masyarakat

4. PENUTUP

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. *Stunting* akan sangat berbahaya apabila tidak mendapat tindak lanjut secara serius dari orang-orang yang memiliki tanggung jawab terhadap kasus stunting. Dalam prakteknya, salah satu cara mencegah *stunting* adalah dengan mengonsumsi makanan bergizi, yang kaya akan protein dan serat di dalamnya. Salah satu prototipe produk olahan rumah tangga yang berupa makanan bergizi ialah crocket udang. Crocket udang merupakan makanan olahan rumah tangga yang diharapkan dapat membantu mencegah terjadinya fenomena stunting di Kabupaten Batang khususnya dan di Indonesia pada umumnya. Untuk meningkatkan dampak program pencegahan stunting melalui pemanfaatan produk olahan bergizi seperti crocket udang, pengabdian selanjutnya disarankan untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan dan perilaku masyarakat terkait pola makan sehat sebelum dan sesudah program pengabdian untuk mengukur keberhasilan intervensi dan menjadi dasar pengembangan kegiatan berikutnya.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada masyarakat yang berpartisipasi sebagai peserta, dan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Deani, K. T., Herlambang, R. K. T., Sarjana, T. A., Putra, H. B. P., & Werdanii, R. E. (2025). *Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat) Volume 3 , Nomor 1 , Januari 2025 ISSN : 2986-7819 MENU CREATION COMPETITION AS AN IMPLEMENTATION OF STUNTING*. 3, 357–364.
- Dekasari, Y., Fahrizi, & Gunawan, T. (2024). Upaya Pencegahan Stunting pada Anak Balita di Indonesia: Pengabdian di Kabupaten Pesawaran. *JPKM i Journal.Danisapublisher.Id*, 2024(2), 129. <https://journal.danisapublisher.id/>
- Fadhilurrohman, D. W., Wijanarko, G. R., Syafitri, A. N., Ayuningtyas, I., Putri, A. C., Susanto, N. A., Khairunnisa, R., Sarjana, T. A., Putra, H. B. P., & Werdani, R. E. (2025). *Jurnal PEDAMAS (Pengabdian Kepada Masyarakat) Volume 3 , Nomor 1 , Januari 2025 ISSN : 2986-7819 IMPORTANCE OF BALANCED NUTRITION FOR CHILD GROWTH AND DEVELOPMENT IN TEMBALANG : EFFORTS IN NUTRITIONAL EDUCATION AT*. 3(November 2024), 448–454.
- Hara, M. K., Mulu, S. T. J., & Landudjama, L. (2024). Cegah Stunting Dengan Pendampingan Keluarga Berisiko Stunting. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 11–18. <https://doi.org/10.55681/swarna.v3i1.1107>
- Kamaludin, T. M., Susilawati, S., Yusril, Y., Nirmalawati, N., Nadrun, N., & Asnudin, A. (2024). Pengabdian Edukasi Cegah Stunting untuk Masyarakat di Desa Maranatha Kabupaten Sigi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bina Darma*, 4(1), 82–92. <https://doi.org/10.33557/pengabdian.v4i1.2940>
- Kusumaningrum, I. A. A., Anggraeni, D. R., Tunisa, F., Sugianto, F., Maisura, S. N., Ramadhana, D. T., Suryani, L., Nurtiana, N. O., & Situngkir, T. Y. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Pencegahan Stunting Di Kelurahan Bagan Besar Kota Dumai. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 1(9), 1719–1723.
- Laswati, D. T. (2022). PKM “PENGENALAN B2SA DAN ISI PIRINGKU” di dusun Patukan, Desa Ambarketawang, Kapanewon Gamping, Kabupaten Sleman. *Jurnal Ilmiah Padma Sri Kreshna*, 4(2), 1–7.
- Moedjihewati, T., Octavianti, M., Handriati, A., & Handayani, B. (2023). Pemanfaatan Daun Kelor bagi Pencegahan Stunting di Desa Surianeun Kabupaten Pandeglang. *Seandanan: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 3(1), 8–14. <https://doi.org/10.23960/seandanan.v3i1.54>
- Permatasari, T. A. E., Chadirin, Y., Yuliani, T. S., & Koswara, S. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Fortikasi Pangan Organik Berbasis Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jpmt*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.24853/jpmt.4.1.1-10>
- Wuhan, Y. O. P., Simarmata, Y. T., Dangur, F. A., & Putri, N. L. A. (2024). Pengabdian Masyarakat untuk Meningkatkan Kesadaran Gizi dan Mengurangi Angka Stunting pada Anak SD Inpres Naibonat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(2), 2087–2091. <https://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i2.3021>
- Yulmaniati, Y., Rahmah, M. E., Ainun, N. H., B. Lubis, S. A., & Jailani, M. (2022). Pemanfaatan Hasil Pangan Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Bandar Baru, Kecamatan Sibolangit, Sumatera Utara. *Journal of Comprehensive*

Science (JCS), 1(2), 135–139.
<https://doi.org/10.59188/jcs.v1i2.23>

Peraturan:
Peraturan Presiden Republik Indonesia
Nomor 72 Tahun 2021 tentang
Percepatan Penurunan Stunting