JAGRI JURNAL ABMAS NEGERI

Vol. 5, No. 2, Desember 2024, pp 341-351
https://doi.org/10.36590/jagri.v5i2.1328
http://salnesia.id/index.php/jagri
jagri@salnesia.id, e-ISSN: 2746-802X
Penerbit: Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

ARTIKEL PENGABDIAN

Pelatihan Pemanfaatan Ubi Jalar Ungu sebagai Snack Sehat Padat Energi bagi Balita untuk Pengendalian Stunting

Training on Utilization of Purple Sweet Potato as Energy-Dense Healthy Snack for Toddlers to Control Stunting

Iswahyudi[1], Desiani Rizki Purwaningtyas[2*], Ahmad Faridi[3]

[1,3] Program Studi Gizi, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Jakarta, Indonesia
[2] Departemen Gizi Masyarakat, Institut Pertanian Bogor, Bogor, Indonesia

Abstract

The prevalence of stunting in Bogor Regency (24,9%) is still higher than the national prevalence. Lack of energy intake in toddlers caused by frequent consumption of unhealthy snacks can lead to stunting. Sweet potatoes are a local food source of energy that is good for use as a basic ingredient for healthy snacks for toddlers. This program was carried out in Jasinga, Bogor Regency with mothers of toddlers as targets. This service activity in the form of training aims to improve the skills and creativity of pregnant mothers and mothers of toddlers to prepare healthy, energy-dense sweet potato-based snacks. The activities carried out included presentation of material, demonstrations and practices in processing energy-dense healthy snacks based on sweet potatoes, as well as a healthy sweet potato-based snack creation competition. From this activity, the results showed that most of the participants were quite skilled in preparing healthy sweet potatobased snacks. The results of the competition show various creations of healthy energy-dense snack menus based on sweet potatoes made by participants.

Keywords: *toddlers, stunting, sweet potatoes*

Article history:

Submitted 06 November 2024
Accepted 30 Desember 2024
Published 31 Desember 2024

PUBLISHED BY:
Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)
Address:
Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru, Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

Email:
info@salnesia.id, jagri@salnesia.id
Phone:
+62 85255155883

Abstrak

Prevalensi stunting di Kabupaten Bogor (24,9%) masih lebih tinggi daripada prevalensi nasional. Kurangnya asupan energi pada balita yang disebabkan karena seringnya konsumsi jajanan yang tidak sehat dapat mengarah ke stunting. Ubi jalar merupakan pangan lokal sumber energi yang baik untuk digunakan sebagai bahan dasar *snack* sehat bagi balita. Kegiatan pengabdian yang berupa pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan dan kreativitas ibu hamil dan ibu balita untuk mengolah *snack* sehat padat energi berbasis ubi jalar ungu. Program ini dilakukan di Kecamatan Jasinga Kabupaten Bogor dengan sasaran berupa ibu balita. Kegiatan yang dilakukan berupa pemaparan materi, demonstrasi dan praktik pengolahan *snack* sehat padat energi berbasis ubi jalar ungu, serta lomba kreasi *snack* sehat berbasis ubi jalar ungu. Dari kegiatan ini diperoleh hasil bahwa sebagian besar peserta cukup terampil dalam mengolah *snack* sehat berbasis ubi. Hasil lomba menunjukkan beraneka kreasi menu *snack* sehat padat energi berbasis ubi jalar ungu yang dibuat oleh peserta.

Kata Kunci: balita, stunting, ubi jalar ungu

*Penulis Korespondensi:
Desiani Rizki Purwaningtyas, email: desianirizki@apps.ipb.ac.id

*This is an open access article under the **CC–BY** license*

PENDAHULUAN

Balita merupakan salah satu kelompok rawan gizi. Masalah gizi pada balita yang menjadi fokus pembangunan nasional adalah stunting. Berdasarkan data terbaru dari Survei Kesehatan Indonesia 2023 prevalensi stunting pada balita di Indonesia (21,5%) masih belum memenuhi target pada Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 19% (Kemenkes, 2023; Bappenas, 2019). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi stunting di Kabupaten Bogor (24,9%) masih lebih tinggi daripada prevalensi nasional (Kemenkes, 2022).

Balita stunting tidak hanya memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan teman seusianya. Namun, balita stunting juga memiliki gangguan perkembangan beberapa organ seperti otak. Balita stunting biasanya memiliki potensi akademik dan produktivitas lebih rendah ketika nanti tumbuh dewasa sehingga dapat menghambat perkembangan nasional. Balita stunting secara nyata mengalami keterlambatan perkembangan termasuk pada perkembangan motorik (Mustakim *et al.,* 2022). Balita stunting memiliki daya tahan tubuh yang lebih rendah sehingga angka kesakitan pada anak stunting juga lebih tinggi dibandingkan anak normal. Hal tersebut menjadi beban ekonomi negara (Akseer *et al.,* 2022).

Penyebab stunting sangat kompleks, salah satunya adalah kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu yang cukup lama (kronis). Masa balita merupakan masa emas pertumbuhan dan perkembangan anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa asupan energi dan protein berbeda signifikan pada anak usia prasekolah (2-5 tahun) yang mengalami stunting dan yang tidak stunting (Mahfouz *et al.,* 2022). Balita yang asupan energinya ≤80% AKG (Angka Kecukupan Gizi) signifikan berpotensi mengalami stunting dibandingkan balita yang asupan energinya lebih dari 80% AKG (Punuh *et al*., 2024). Hasil penelitian Ratnayani *et al*. (2024) juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dengan kejadian stunting pada balita. Balita yang asupan karbohidratnya tidak tercukupi lebih berisiko mengalami stunting.

Karbohidrat merupakan sumber energi utama bagi tubuh. Meskipun asupan protein cukup, tetapi jika asupan karbohidratnya tidak tercukupi maka tubuh akan menggunakan protein sebagai sumber energi sehingga manfaat protein untuk pertumbuhan balita tidak optimal.

Asupan energi dapat diperoleh dari menu makan utama maupun dari jajanan atau kudapan. Ada hubungan yang signifikan antara konsumsi jajanan dengan kejadian stunting. Anak yang mulai mengonsumsi jajanan sebelum usia lima tahun dan mengonsumsi jajanan lebih dari satu kali per hari memiliki peluang hampir dua kali lipat lebih tinggi mengalami stunting. Buruknya kualitas asupan gizi anak disebabkan oleh konsumsi jajanan yang tidak sehat (Basuki *et al*., 2021).

Konsumsi jajanan yang tidak sehat atau kurang padat gizi dapat disebabkan karena minimnya jajanan sehat yang tersedia di pasaran. Padahal, Indonesia memiliki banyak jenis pangan lokal yang dapat dimanfaatkan sebagai jajanan sehat. Salah satu pangan lokal tersebut adalah ubi jalar. Ubi jalar ungu merupakan pangan sumber karbohidrat dan energi. Penelitian Meisara *et al*. (2021) mengembangkan produk bubur instan berbasis ubi jalar kuning sebagai makanan pend, amping air susu ibu (MPASI) untuk pencegahan stunting. Program pengabdian Rulviana *et al.* (2023) menunjukkan manfaat positif penyuluhan tentang pembuatan bolu kukus berbasis ubi jalar sebagai MP-ASI untuk pencegahan stunting.

Produksi ubi jalar di Indonesia cukup melimpah, yaitu 1,4 juta ton pada 2023. Jawa Barat merupakan daerah dengan produksi ubi jalar yang paling banyak di Indonesia, yaitu dengan jumlah produksi 387.061 ton pada 2023 (Kementan, 2021). Jasinga merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Bogor, Jawa Barat yang cukup banyak produksi ubi jalarnya namun, pemanfaatannya masih belum optimal. Ubi jalar ungu dapat diolah langsung ataupun dengan dibuat tepung terlebih dahulu untuk selanjutnya bisa dibuat menjadi berbagai ragam *snack* untuk balita. Ubi jalar ungu memiliki rasa manis sehingga dalam pembuatan *snack* bisa menjadi pemanis alami, mengurangi penggunaan gula tambahan pada *snack* untuk balita. Selain itu, warna ungu yang menarik juga akan menjadi daya tarik bagi balita. Ubi jalar telah beberapa kali dikembangkan dan diteliti sebagai pangan potensial untuk pencegahan stunting. Namun, implementasinya di individual atau rumah tangga dirasa masih belum optimal. Oleh karena itu, pelatihan pemanfaatan ubi jalar sebagai *snack* sehat padat energi bagi balita perlu dilakukan dengan harapan dapat membantu dalam pengendalian stunting.

METODE

Mitra pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Pimpinan Cabang Muhammadiyah (PCM) Kecamatan Jasinga Kabupaten Bogor. Peserta kegiatan merupakan ibu hamil dan ibu yang memiliki balita di Jasinga. Mitra berperan dalam mengkoordinir peserta. Jumlah peserta pada kegiatan ini ada 17 peserta. Ada beberapa langkah yang dilakukan pada program pengabdian masyarakat ini, yakni sebagai berikut:

Persiapan

Kegiatan persiapan yang dilakukan meliputi komunikasi dengan pihak puskesmas terkait prevalensi stunting di Kecamatan Jasinga, observasi kebiasaan makan balita, dan observasi potensi pangan lokal hingga diputuskan pemanfaatan ubi jalar ungu sebagai snack sehat bagi balita. Setelah itu, tim pengabdian masyarakat mengurus perizinan untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian.

Pelaksanaan

Kegiatan ini meliputi pemaparan materi, demonstrasi dan praktik pengolahan *snack* sehat padat energi berbasis ubi jalar ungu, serta lomba kreasi *snack* sehat berbasis ubi jalar ungu. Kegiatan ini dilaksanakan di rumah salah satu kepala dusun di Desa Cikopomayak Kecamatan Jasinga Kabupaten Bogor. Peserta pada kegiatan pelatihan ini berjumlah 17 orang. Ada dua *snack* padat energi berbasis ubi jalar ungu yang diperkenalkan pada program ini yakni lumpur surga lumer ubi (Sumerbi) dan puding ubi ungu. Peralatan yang digunakan pada demonstrasi dan praktik pengolahan puding ubi ungu adalah pisau, talenan, baskom, kukusan, panci, sendok, garpu, centong, saringan, cetakan puding, gelas ukur, timbangan. Sementara itu, bahan-bahan yang digunakan adalah ubi ungu 75 g, agar-agar bubuk 1 bungkus, santan 65 ml, gula pasir 40 g, garam 1/2 sdt, vanili bubuk 1 sdt, dan air 385 ml. Berikut ini adalah cara pembuatan puding ubi ungu: (a) ubi dikupas, dicuci bersih, lalu dikukus atau direbus untuk kemudian dihaluskan, (b) ubi dimasukkan ke dalam wadah, dicampur dengan air, dan diaduk hingga merata, (c) adonan ubi dan air kemudian disaring sampai tidak ada gumpalan, (d) santan ditambahkan lalu dituang ke dalam panci dan dipanaskan, (e) agar-agar bubuk, gula pasir, vanili bubuk, dan garam dimasukkan lalu diaduk hingga merata, (f) dimasak hingga adonan puding mendidih, (g) dituang kedalam cetakan lalu dibiarkan hingga dingin, (h) puding disimpan di dalam lemari es dan lebih enak disajikan dingin.

Monitoring dan evaluasi

Kegiatan monitoring dan evaluasi *output* dilakukan dengan menggunakan daftar tilik untuk menilai praktik peserta dalam pengolahan *snack* padat energi berbasis ubi jalar ungu. Daftar tilik digunakan untuk menilai keterampilan peserta dalam mengolah *snack* seperti yang dicontohkan oleh narasumber. Tim pengabdian mengisi daftar tilik sesuai tingkat kecakapan atau keterampilan peserta ketika mengolah *snack* padat energi berbasis ubi jalar ungu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan

Berdasarkan data yang diperoleh pada observasi pendahuluan, masalah stunting pada balita banyak disebabkan karena sebagian besar balita mengalami defisiensi asupan energi dan karbohidrat. Kurangnya asupan energi dan karbohidrat pada sebagian besar balita di Jasinga disebabkan karena tidak tepatnya praktik pemberian makan pada balita. Pemberian makan pada balita dianjurkan tiga kali waktu makan utama dan dua kali waktu makan *snack*. Namun, sebagian besar balita tidak memenuhi frekuensi tiga kali makan utama. Balita lebih sering *snacking* dibandingkan makan utama. Selain dari segi frekuensi, kuantitas atau porsi makan dan kualitas makanan balita juga masih sangat kurang. Pedoman gizi seimbang memuat anjuran makan berdasarkan isi piringku. Isi piringku balita untuk sekali makan memuat 35% makanan sumber karbohidrat, 35% makanan sumber protein (hewani dan nabati), serta 30% untuk sayur dan buah. Faktanya sebagian balita di Jasinga makan utamanya sering kali hanya memuat dua bahan makanan saja seperti nasi dan telur. Porsi makanan pokoknya pun sedikit. Oleh karena itu, balita banyak yang mengalami defisit energi dan karbohidrat.

Berdasarkan hasil penilaian konsumsi pangan pada observasi pendahuluan, kurangnya frekuensi makan utama dan sedikitnya porsi makanan pokok yang dikonsumsi balita disebabkan karena balita terlalu banyak *snacking* mendekati waktu makan utama. Jadi balita sudah kenyang makan *snack* sebelum makan utama. Namun

sayangnya *snack* yang dikonsumsi sebagian besar balita tidak padat kandungan energinya. *Snack* yang dikonsumsi balita memiliki kualitas gizi yang rendah. Orang tua atau pengasuh balita memilih snack berdasarkan apa yang banyak tersedia di sekitar mereka.

Ketersediaan *snack* bergizi yang padat energi berdasarkan pangan lokal masih sangat terbatas. Padahal di Jasinga pangan lokal cukup melimpah. Salah satu pangan lokal yang ketersediaannya melimpah di Jasinga adalah ubi jalar seperti ubi jalar ungu. Beberapa warga menanam sendiri ubi jalar ungu di kebun. Selama ini hasil panen ubi jalar sebatas dijual ke pasar atau dikonsumsi sendiri untuk direbus atau digoreng.

Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian diawali dengan pemaparan materi terkait permasalahan stunting yang mencakup besaran, penyebab, dan dampak stunting; serta potensi ubi jalar ungu sebagai *snack* sehat padat energi untuk pengendalian stunting. Pada saat pemaparan materi juga dijelaskan langkah dan bahan-bahan yang dapat ditambahkan untuk meningkatkan kepadatan energi pada *snack* ubi jalar ungu bagi balita. Pemaparan materi menggunakan media poster dan *leaflet*. Melalui pemaparan materi dan tanya jawab diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan peserta terkait stunting dan ubi ungu sehingga dapat menjadi landasan untuk peningkatan sikap dan keterampilan peserta.

Setelah pemaparan materi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pengolahan *snack* sehat padat energi berbasis ubi jalar ungu yaitu lumpur surga lumer ubi (sumerbi) dan puding ubi ungu. Kedua *snack* tersebut merupakan *snack* padat energi dengan tekstur yang lembut serta memiliki perpaduan rasa manis dan gurih sehingga dapat dengan mudah diterima oleh balita. Keduanya dapat disajikan dingin sehingga dapat menjadi aternatif pangan padat energi ketika anak tidak nafsu makan saat tumbuh gigi. Proses pembuatannya pun cukup mudah dan tidak memerlukan peralatan yang rumit. Sumerbi diolah dengan cara dikukus sedangkan puding ubi ungi diolah dengan cara direbus. Peserta terlihat penasaran dengan kedua produk olahan ubi ungu tersebut karena sebagian besar peserta belum pernah melihat lumpur surga lumer dan puding yang terbuat dari ubi ungu. Pada saat demonstrasi narasumber menjelaskan takaran bahan-bahan yang digunakan dan langkah-langkah krusial yang wajib dilakukan agar produk yang dibuat tidak gagal. Selain itu, narasumber juga menjelaskan tentang kandungan zat gizi pada kedua produk tersebut. Produk sumerbi mengandung energi 230 kkal sedangkan puding ubi ungu 130 kkal per takaran saji.

Gambar 1. Demonstrasi pembuatan sumerbi dan puding ubi

Kegiatan selanjutnya adalah peserta mempraktikan pembuatan sumerbi dan

puding ubi ungu. Peserta dibagi menjadi enam kelompok: tiga kelompok (kelompok 1-3) mengolah sumerbi dan tiga kelompok (kelompok 4-6) mengolah puding ubi ungu. Peserta sangat antusias dalam mengolah snack padat energi berbasis ubi ungu tersebut.

Gambar 2. Praktik pembuatan sumerbi dan puding ubi ungu

Setelah masing-masing kelompok selesai mengolah *snack*, tim pengabdian bertindak sebagai panelis yang memberikan penilaian organoleptik penerimaan terhadap rasa, aroma, warna, dan tekstur produk yang telah dibuat oleh masing-masing kelompok. Dari hasil penilaian organoleptik sebagian besar hasil olahan dari masing-masing kelompok disukai oleh panelis dari parameter rasa, warna, aroma, dan penampilan. Namun, ada beberapa kelompok yang tekstur produknya kurang disukai oleh panelis karena ada yang terlalu kental (padat) dan ada yang terlalu lembek. Hal tersebut diduga karena peserta kurang tepat dalam menyaring ubi ungu yang telah dihaluskan serat yang banyak pada produk membuat produk tersebut terlalu padat. Tekstur yang lembek diduga karena peserta terlalu banyak menambahkan cairan pada pembuatan puding.

Gambar 3. Hasil pengolahan sumerbi dan puding ubi ungu oleh peserta

Satu minggu setelah pelatihan pembuatan *snack* sehat pada energi berbasis ubi jalar ungu, dilakukan lomba kreasi ubi jalar ungu. Setiap kelompok mengolah produk kreasi mereka di rumah dan kembali kumpul di rumah kepala dusun untuk mempresentasikan hasil kreasi mereka. Setelah itu, dilakukan penilaian oleh tim pengabdian.

Berdasarkan Gambar 4 di atas dapat dilihat hasil dari kreasi ibu hamil dalam memanfaatkan bahan pangan lokal ubi jalar ungu. Kreasi peserta dalam menggunakan ubi jalar ungu cukup kreatif. Snack berbasis ubi ungu padat energi hasil kreasi peserta adalah kue bugis ubi ungu, kue lapis ubi ungu, bolu ubi ungu, gabin ubi ungu, bicok ubi ungu, dan klepon ubi ungu. Penggunaan kelapa parut dan gula aren pada pengolahan kue bugis dan klepon ubi ungu dapat meningkatkan kepadatan energi. Penggunaan

santan pada kue lapis dan juga keju pada bolu ubi ungu cukup untuk meningkatkan kandungan kalorinya. Sementara itu, pada menu gabin dan bicok ubi ungu peningkatan kepadatan energi melalui teknik pengolahan dengan cara digoreng. Minyak yang digunakan saat menggoreng bukan merupakan minyak jelantah.

Gambar 4. Hasil kreasi *snack* padat energi berbasis ubi ungu

Monitoring dan evaluasi

Ada dua daftar tilik yaitu daftar tilik untuk pengolahan sumerbi dan daftar tilik untuk pengolahan puding ubi ungu. Daftar tilik merupakan instrumen yang dapat digunakan untuk pengukuran keterampilan peserta sebagai output kegiatan pelatihan di masyarakat seperti halnya pada pelatihan kader posyandu (Fitriani dan Purwaningtyas, 2020). Pada kegiatan ini daftar tilik digunakan untuk menilai keterampilan peserta, apakah peserta cakap dalam mengolah menu *snack* padat energi yang sebelumnya telah dicontohkan oleh narasumber saat demonstrasi. Pada daftar tilik ini diisi menggunakan skor yang sesuai dengan yang dilakukan peserta. Peserta diberikan skor 1 apabila kelompok tidak melakukan langkah-langkah yang tertera pada pedoman dan yang telah dicontohkan oleh narasumber saat demonstrasi. Peserta diberikan skor 2 apabila kelompok melakukan langkah- langkah yang telah dicontohkan, tetapi hanya sebagian tidak sampai tuntas. Peserta diberikan skor 3 apabila kelompok melakukan sepenuhnya langkah- langkah yang tertera dan yang telah dicontohkan. Ada 13 poin yang dinilai pada daftar tilik pengolahan sumerbi sedangkan pada pengolahan puding ubi ungu ada 15 poin. Penilaian berdasarkan daftar tilik untuk pengolahan sumerbi dan puding ungu secera berturut-turut disajikan pada Tabel 1 dan Tabel 2 berikut.

Tabel 1. Daftar tilik peserta dalam mengolah sumerbi

Pernyataan	Kelompok 1	Kelompok 2	Kelompok 3
Ketepatan tim dalam menghaluskanubi hingga lembut tidak ada gumpalan	2	3	2
Ketepatan tim dalam mencampur ubiyang dihaluskan dengan santan, secara bertahap.	1	3	1
Ketepatan tim dalam menggunakan bahan sesuai takaran	3	2	2
Ketepatan tim dalam mencampurnya hingga tercampur sempurna	3	3	2
Ketepatan tim dalam memasukan adonan kedalam cup sebanyak ½ cup	2	3	3
Ketepatan tim dalam mengukus selama ± 10 menit	1	1	1

Pernyataan	Kelompok 1	Kelompok 2	Kelompok 3
Ketepatan tim dalam membuat lapisan santan sesuai dengan takarandan panduan	2	3	2
Ketepatan tim dalam memasak adonan santan hingga mengental	3	3	2
Ketepatan tim dalam menuang adonan santan keatas adonan ubi hingga ¾ cup.	2	3	3
Ketepatan tim dalam mengukus kembali ± 10 menit	1	1	1
Ketepatan tim dalam memastikan tangan bersih sebelum melakukan proses pemasakan	3	3	3
Ketepatan tim dalam membersihkan tempat setelah melakukan proses pemasakan	1	1	1
Kerja sama tim dalam melakukan proses pemasakan	3	3	3
Total Skor	**27**	**32**	**26**

Berdasarkan Tabel 1 di atas, langkah yang paling kurang tepat dilakukan oleh peserta adalah dalam pencampuran ubi ungu setelah ubi dihaluskan, kebanyakan peserta mencampurnya dengan air yang agak banyak. Padahal seharusnya airnya cukup sedikit saja. Air yang berlebih akan membuat puding menjadi lebih lembek. Selain itu, peserta juga paling kurang cakap dalam menyaring adonan sehingga masih terdapat gumpalan. Ketidakcakapan dalam melakukan kedua langkah tersebut sama-sama berdampak pada tekstur. Oleh karena itu, dibandingkan parameter lainnya (aroma, rasa, warna), parameter tekstur memiliki penilaian yang lebih rendah.

Tabel 2. Daftar tilik peserta dalam mengolah puding ubi ungu

Pernyataan	Kelompok 4	Kelompok 5	Kelompok 6
Ketepatan tim mencuci tangan sebelum melakukan memasak	2	2	2
Ketepatan tim dalam mengupas dan cuci bersih ubi	2	3	3
Ketepatan tim dalam mengukus/rebus ubi selama ± 15 menit	2	2	2
Ketepatan tim dalam menghaluskan ubi, buang seratnya	2	2	3
Ketepatan tim dalam mencampur ubi, sedikit air	1	1	3
Ketepatan tim dalam menggunakanbahan sesuai takaran	2	2	2

Pernyataan	Kelompok 4	Kelompok 5	Kelompok 6
Ketepatan tim dalam mencampurnya hingga tercampur sempurna	2	2	3
Ketepatan tim dalam menyaring adonan sampai tidak ada gumpalan	1	1	3
Ketepatan tim dalam menambahkansantan yang telah dicampur dengan Air	1	2	3
Ketepatan tim dalam memasukkanagar-agar bubuk, gula pasir 4 sdm, vanili bubuk ½ sdt dan garam ¼ sdtsesuai takaran	2	2	2
Ketepatan tim dalam memasak semuaadonan hingga mendidih dan kental kurang lebih ± 10 menit	3	3	3
Ketepatan tim dalam menuang kedalam cetakan puding	2	3	3
Selalu mencuci tangan sesudah memasak	2	2	2
Ketepatan tim dalam membersihkan tempat setelah selesai melakukan proses pemasakan	2	3	3
Kekompakan dalam setiap tim dalam pembuatan puding ubi ungu	3	3	3
Total Skor	**29**	**33**	**40**

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa langkah yang paling tidak cakap dilakukan oleh peserta adalah pengukusan terutama waktu pengukusan yang tidak sesuai. Hal ini dikarenakan kelompok terburu-buru saat membuat produk jadi kurang memperhatikan langkah yang harus dilakukan dengan benar. Pada saat pembuatan produk, kelompok tidak memperhatikan waktu pada saat pengukusan baik saat pengukusan pertama maupun pengukusan kedua dikarenakan pengukusan dilakukan oleh anggota kelompok. Setelah pengukusan tahap pertama, kelompok melanjutkan membuat lapisan santan sehingga fokus kelompok terpecah dua. Waktu pengukusan yang kurang dapat berdampak pada tekstur yang kurang padat. Namun semua kelompok memiliki kerja sama tim yang baik, mereka saling membantu pada saat proses memasak baik dari awal proses hingga selesai. Semua kelompok kurang memperhatikan kebersihan tempat pada saat proses masak selesai. Meskipun begitu, kegiatan dapat berjalan lancar dan peserta menyukai produk lumpur surga lumer ubi dan memberi komentar bahwa rasa manis yang pas dan mengenyangkan.

Tingkat keterampilan masing-masing kelompok dikategorikan berdasarkan total skor berdasarkan daftar tilik tersebut. Kelompok yang tidak mampu mencapai nilai 60% dari total skor dinyatakan tidak terampil, kelompok yang mencapai nilai 60-80% dari total skor dinyatakan cukup terampil, dan dinyatakan sangat terampil jika memiliki skor >80% dari total skor (Khomsan, 2021). Sebaran tingkat keterampilan peserta dapat

dilihat pada Tabel 3 berikut.

Tabel 3. Sebaran tingkat keterampilan kelompok peserta

Kategori Keterampilan	Jumlah kelompok	%
Kurang terampil	0	0
Cukup terampil	5	83,3
Sangat terampil	1	16,7
Rata-rata ± SD	71,1±10,2	

Semua kelompok tergolong terampil dengan proporsi terbesar pada kategori cukup terampil (83,3% peserta). Nilai rata-rata keterampilan kelompok peserta adalah 71,1. Hasil ini senada dengan hasil kegiatan pengabdian yang dilakuan oleh Momongan *et al*. (2024), bahwa demonstrasi pengolahan menu dapat meningkatkan keterampilan peserta pelatihan dalam mengolah MP-ASI berbasis pangan lokal.

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan ini mampu meningkatkan keterampilan peserta dalam praktik mengolah *snack* padat energi berbasis ubi jalar ungu. Peserta yang terbagi menjadi beberapa kelompok sebagian besar (83,3%) tergolong cukup terampil. Kegiatan ini juga mampu meningkatkan kreativitas peserta dalam memanfaatkan ubi jalar ungu menjadi snack padat energi khususnya bagi balita. Kegiatan posyandu setempat diharapkan dapat lebih memanfaatkan pangan lokal seperti ubi jalar ungu dengan berbagai kreasinya sebagai *snack* untuk peserta posyandu. Saran untuk program selanjutnya dapat dilakukan penelitian tentang pengaruh intervensi snack sehat padat energi berbasis ubi jalar ungu terhadap status gizi balita dengan respondennya adalah balita yang mengalami kekurangan gizi seperti *stunting*, *underweight*, maupun *wasting*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Majelis Pendidikan Tinggi Penelitian dan Pengembangan Pimpinan Pusat Muhammadiyah atas pendanaan kegiatan pengabdian ini melalui Program RisetMu. Rasa terima kasih juga kami sampaikan kepada para peserta beserta ibu-ibu kader posyandu di Jasinga Kabupaten Bogor.

DAFTAR PUSTAKA

Akseer, N., Tasic, H., Onah, M.N., Wigle, J., Rajakumar, R., Sanchez-Hernandez, D., Akuoku, J., Black, R.E., Horta, B.L., Nwuneli, N., Shine, R., Wazny, K., Japra, N., Shekar, M., Hoddinott, J. 2022. Economic Costs of Childhood Stunting to The Private Sector in Low- and Middle-Income Countries. Eclinicalmedicine. 45, 1-18. Https://Doi.Org/10.1016/J.Eclinm.2022.101320.

Bappenas. 2019. Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional. Jakarta: Badan Perencanaan Pembangunan Nasional.

Basuki, S.R., Sastramihardja, H.S., Setiowulan, W. 2021. Hubungan Pola Konsumsi Kudapan dengan Stunting pada Anak Kelas 1-2 SDN 036 Ujungberung Kota Bandung. Sari Pediatri. 23(2), 121-128. Https://Doi.Org/10.14238/Sp23.2.2021.121-8.

Fitriani, A., Purwaningtyas, D.R. 2020. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan

Kader Posyandu dalam Pengukuran Antropometri di Kelurahan Cilandak Barat Jakarta Selatan. Jurnal Solma. 9(2), 367-378. Https://Doi.Org/10.22236/Solma.V9i2.4087.

Kemenkes. 2022. Hasil Survei Status Gizi Indonesia tahun 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kemenkes. 2023. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kementan. 2021. Laporan Tahunan Direktorat Jenderal Tanaman Pagan. Jakarta: Kementerian Pertanian Republik Indonesia.

Khomsan, A. 2021. Teknik Pengetahuan Gizi. IPB Press: Bogor.

Mahfouz, E.M., Mohammed, E.S., Alkinaly, S.F., Rahman, T.A.A. 2022. The Relationship Between Dietary Intake and Stunting Among Pre-School Children in Upper Egypt. Public Health Nutrition. 25(8), 2179-2187. Https://Doi.Org/10.1017/S136898002100389x.

Meisara, N.D., Rialita, T., Herminiati, A. 2021. Karakteristik Bubur Instan Berbasis Ubi Jalar Kuning sebagai Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-ASI) intuk Pencegahan Stunting. Jurnal Gizi, Pangan dan Aplikasinya. 5(1), 41-52. Https://Doi.Org/10.21580/Ns.2021.5.1.5269.

Momongan, N.R., Imbar, H.S., Sineke, J., Junus, R., Otoluwa, F.M. 2024. Pelatihan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-ASI) Berbasis Pangan Lokal pada Keluarga Balita Rawan Stunting di Wilayah Silian I. Jurnal Pengabmas Pangan dan Gizi. 1(1), 21-32. https://ejurnal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/jurnalpangi/article/view/2331

Mustakim, M.R.D., Irwanto, Irawan, R., Irmawati, M., Setyoboedi, E. 2022. Impact of Stunting on Development of Children Between 1-3 Years of Age. Ethiopian Journal Of Health Sciences. 32(3), 569-578. https://doi.org/10.4314/ejhs.v32i3.13

Punuh, M.I., Akili, R.H., Tucunan, A. 2024. The Relationship Between Energy Intake with Stunting and Wasting Among Toddlers in Aertembaga Subdistrict, Bitung City. International Journal of Community Medicine and Public Health. 11(3), 1045-1048. Https://Doi.Org/10.18203/2394-6040.Ijcmph20240601.

Ratnayani, R., Sunardi, D., Fadilah, Hegar, B. 2024. Nutrient Intake and Stunting in Children Aged 2-5 Years in A Slum Area of Jakarta. The Indonesian Journal of Pediatrics and Perinatal Medicience. 64(2), 132-138. Https://Doi.Org/10.14238/Pi64.2.2024.132-8.

Rulviana, V., Putri, A.D.A.M., Saputra, A.R., Amanda, A.S., Liyanti, F.A, Firdaus, F., Krisdewanti, Qamara, N.D., Fajar, Y.K. 2023. Penyuluhan Pembuatan dan Pemberian Mp-ASI Bolu Kukus Ubi Jalar pada Balita untuk Gizi Seimbang dan Pertumbuhan Optimal dalam Rangka Cegah Stunting. Jurnal Masyarakat Mandiri. 7(6), 5562-5571. https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/17782