

Pemanfaatan Kelapa Menjadi *Cookies* Blondo Sebagai Upaya Pencegahan Stunting

¹⁾Ai Rian Julyanti, ²⁾Alfazri, ³⁾Ira Maharani, ⁴⁾Raisya Ataina Zahara, ⁵⁾Sajida Al Falah, ⁶⁾Tania Muhlaolatunnisa

^{1,2,3,4,5,6)}Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada, Tasikmalaya, Indonesia

Email Corresponding: alfzrimaulana2017@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Stunting
Gizi
Kelapa
Blondo
Cookies

Stunting ialah suatu keadaan ketika tumbuh kembang anak terganggu dimana diakibatkan kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu lama. Stunting mempunyai pengaruh yang sangat besar pada kesehatan anak. Optimalisasi kebutuhan gizi anak supaya tumbuh kembangnya maksimal dan terhindar dari stunting. Kelapa banyak mengandung serat, lemak sehat, dan banyak vitamin sekaligus mineral dimana nutrisi yang baik bagi tubuh. Pembuatan *cookies* blondo diharapkan mampu menjadi salah satu upaya pencegahan stunting dengan memanfaatkan produk sampingan dari satntan kelapa yang mengandung banyak nutrisi baik bagi tubuh. Hasil pre dan post-test sebelum dilakukan penyuluhan sebagian besar kompetensi peserta berada pada kategori kurang baik (60%), sebanyak 19 orang (40,42%). Sebanyak 17 orang (36,17%) termasuk dalam kategori cukup (70-80%) dan 11 orang (23,4%) termasuk dalam kategori baik (90-100%). Setelah dilakukan penyuluhan materi, pengetahuan peserta sebagian besar berada pada kategori baik sejumlah 34 orang (72,34%) dan kategori cukup sejumlah 13 orang (27,66%). Hasil yang dicapai sebesar 72,34% yang menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat. sesudah pemaparan materi dan tes yang diberikan pengetahuan mengenai stunting dan manfaat produk olahan kelapa yakni blondo sebagai pencegah stunting.

ABSTRACT

Keywords:

Stunting
Nutrition
Coconut
Blondo
Cookies

Stunting is a condition in which a child's growth and development is impaired due to chronic malnutrition over a long period of time. Stunting has a huge influence on children's health. Optimize children's nutritional needs so that they grow optimally and avoid stunting. Coconut contains a lot of fiber, healthy fats, and many vitamins and minerals which are good nutrients for the body. Making blondo cookies is expected to be one of the efforts to prevent stunting by utilizing by-products from coconut satntan which contains many good nutrients for the body. The results of pre and post-test before counseling most of the participants' competence were in the poor category (60%), as many as 19 people (40.42%). A total of 17 people (36.17%) were in the moderate category (70-80%) and 11 people (23.4%) were in the good category (90-100%). After the material counseling, the participants' knowledge was mostly in the good category of 34 people (72.34%) and the moderate category of 13 people (27.66%). The results achieved were 72.34% which showed an increase in community knowledge. after the presentation of material and tests given knowledge about stunting and the benefits of processed coconut products, namely blondo as a prevention of stunting.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



I. PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi terganggunya tumbuh kembang anak akibat kekurangan gizi kronis dalam jangka waktu lama. Stunting menghambat tumbuh kembang anak yang ditandai dengan tinggi badan anak lebih pendek dibanding usianya. Stunting pada anak kecil dapat meningkatkan risiko kematian, menyebabkan rendahnya kemampuan kognitif dan perkembangan motorik, serta ketidakseimbangan fungsi tubuh di masa dewasa (Suryagustina dan Araya, 2019). Stunting pada usia dini menandakan kelainan patologis yang berhubungan dengan peningkatan angka kesakitan dan kematian yang mempengaruhi peluang pertumbuhan fisik, fungsi kognitif, dan perkembangan saraf secara optimal, serta meningkatkan risiko kapasitas ekonomi,

produktivitas, penurunan kesehatan, serta penurunan metabolisme dan penyakit kronis di kemudian hari (Onis dan Branca, 2016; Djauhari, 2017; Predergast dan Humphrey, 2014).

World Health Organization (WHO) menyatakan, stunting ialah keadaan dimana tumbuh kembang anak menjadi lambat. Deformasi bisa berlangsung pada anak yang kekurangan gizi, sering terpapar infeksi, atau tidak mendapat rangsangan psikososial layak. Anak bisa dinyatakan stunting apabila tinggi badannya tidak sesuai dengan standar grafik pertumbuhan dunia (Mediani et al., 2020). Stunting ialah keadaan dimana anak < 5 tahun tidak bisa tumbuh subur akibat kekurangan gizi kronis, khususnya di 1000 HPK. Penurunan tersebut berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. otak sehingga meningkatkan risiko terjadinya penyakit kronis di usia dewasa (Kemendesa, 2017).

Kasus stunting masih menjadi masalah global yang harus diatasi secara global, sehingga stunting menjadi salah satu prioritas utama untuk memperbaiki gizi global di tahun 2025 (Asri, 2022). WHO melaporkan di tahun 2021 jika jumlah kasus stunting di seluruh dunia meningkat menjadi 22% atau 149,2 juta di tahun 2020. Indonesia menduduki peringkat kedua tertinggi stunting di Asia Tenggara sesudah Timor Timur. Di Indonesia, proporsi stunting pada balita mencapai 36,4% di tahun 2015 yang menunjukkan sepertiga dari jumlah anak Indonesia atau sekitar 8,8 juta anak mengalami kondisi stunting. Anak-anak mengalami masalah gizi ketika mereka berada di bawah batas usia tersebut, dengan prevalensi stunting yang melampaui ambang batas 20 persen yang ditetapkan oleh WHO. Di Indonesia, prevalensi stunting ialah yang tertinggi kedua di Asia Tenggara sesudah Laos, dengan angka menyentuh 43,8 persen. Menurut Surveilans Status Gizi (PSG) tahun 2017, sebanyak 26,6% anak kecil mengalami stunting, dimana meliputi 9,8% kategori sangat pendek dan 19,8% kategori pendek.

Cara untuk mengatasi stunting pada bayi ialah dengan memberikan makanan pendamping ASI (PMT) (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 51 Tahun 2016). Pendekatan menarik yang dapat diterapkan ialah pemanfaatan bahan pangan tambahan berbasis kearifan lokal yang dapat menjadi solusi yang efektif dan berkelanjutan, yaitu pemanfaatan kelapa. Kelapa merupakan Sumber Daya Alam (SDA) yang melimpah di Indonesia, memiliki potensi besar dalam meningkatkan status gizi anak (Sutrisna, 2018). Kelapa kaya akan nutrisi penting seperti serat, berbagai vitamin, lemak sehat dan mineral. Selain itu, kelapa juga dapat diolah menjadi berbagai produk makanan tambahan yang mudah diakses dan terjangkau oleh masyarakat khususnya di Desa Cilumba yang banyak menghasilkan kelapa. Dengan demikian, peneliti tertarik guna melakukan riset yang berjudul "Pemanfaatan Kelapa yang Diolah Menjadi Cookies Blondo Sebagai Upaya Pencegahan Stunting".

Beberapa studi sebelumnya telah mengeksplorasi penggunaan blondo, yang merupakan produk sampingan dari produksi minyak kelapa, dalam upaya pencegahan stunting. Sebagai contoh, penelitian oleh Murlan et al. (2015) dan Wijana et al. (2018) menemukan bahwa cookies blondo mengandung sekitar 8% protein. Di sisi lain, penelitian yang dilakukan oleh Aini (2014) dan Nurlita Oktavia (2021) mengidentifikasi kandungan protein yang lebih tinggi, mencapai 14%. Hasil-hasil ini menunjukkan bahwa blondo memiliki potensi untuk dijadikan sumber protein, meskipun hingga kini belum sepenuhnya dieksplorasi sebagai komponen makanan yang dapat berkontribusi dalam penanganan gizi buruk, khususnya stunting pada anak-anak.

Penelitian yang direncanakan akan memusatkan perhatian pada pelatihan masyarakat Desa Cilumba Kecamatan Cikatomas Kabupaten Tasikmalaya, dalam mengolah blondo menjadi cookies. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman warga mengenai manfaat blondo serta teknik pengolahannya.

II. MASALAH

Masalah yang dihadapi dalam pemanfaatan Kelapa yang Diolah Menjadi Cookies Blondo sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Cilumba ialah sebagai berikut:

1. Kurangnya Kesadaran dan Edukasi Banyak warga Desa Cilumba yang belum menyadari akan pentingnya gizi dalam pencegahan stunting. Edukasi mengenai manfaat Cookies Blondo yang berasal dari kelapa perlu ditingkatkan agar masyarakat mengerti dan mau untuk mengkonsumsinya.
2. Akses terhadap Bahan Baku: Meskipun kelapa cukup banyak di Desa Cilumba, tetapi ada tantangan dalam memastikan pasokan bahan baku yang konsisten dan berkualitas untuk produksi Cookies Blondo. Hal ini penting untuk meningkatkan kualitas dan efektivitas produk dalam pencegahan stunting.
3. Metode dalam Pengolahan yang Efektif Proses Pengolahan kelapa menjadi Cookies Blondo memerlukan pengetahuan dan teknologi yang tepat untuk memastikan kandungan gizi agar tetap terjaga. Kurangnya

akses terhadap teknologi dan pelatihan bisa menjadi hambatan dalam menghasilkan produk yang berkualitas.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Edukasi Pemanfaatan Kelapa di Desa Cilumba

III. METODE

Untuk mencapai tujuan yang diharapkan dari program KKN di Desa Cilumba, maka pemberdayaan masyarakat yang dilakukan melalui sosialisasi langsung kepada masyarakat di Desa Cilumba, Dusun Jatiwangi, Kecamatan Cikatomas, Kabupaten Tasikmalaya, Jawa Barat, akan dilaksanakan pada tanggal 19 Juli 2024. Berikut ini akan dilaksanakan pada tanggal 19 Juli 2024. Berikut tata cara pelaksanaannya:

1. Tes Awal (*pre-test*)

Tes ini digunakan selama penyajian materi untuk mengetahui seberapa baik responden memahami materi yang disampaikan. Soal ujian yang diberikan harus berkaitan dengan topik pengajaran. Materi *pre-test* dibagikan langsung kepada responden oleh siswa. Siswa juga membantu membaca soal sebelum ujian jika responden sudah lanjut usia atau memiliki masalah penglihatan.

2. Penyuluhan

Penyuluhan tentang pemanfaatan kelapa yang diolah menjadi kue Blondo untuk mencegah stunting diberikan sesudah responden menyelesaikan *pre-test*. Kemudian nasehat yang diberikan oleh mahasiswa, nasehat tersebut dijelaskan oleh mahasiswa Program Studi S1 Fakultas Farmasi Universitas Bakti Tunas Husada.

3. Tes Akhir (*post-test*)

Tes ini diberikan di akhir proses pembelajaran dengan maksud guna mengetahui seberapa jauh responden menguasai informasi mengenai pemanfaatan kelapa yang diolah menjadi *Cookies Blondo* untuk mencegah stunting. Soal *post-test* ini mirip dengan soal *pre-test* sebelumnya, sehingga memungkinkan untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman sesudah proses pemaparan materi selesai.

Hasil dari *pre-test* dan *post-test* akan dianalisis memakai *Ms. Excel* untuk analisis data lebih lanjut.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) ini diselenggarakan untuk masyarakat desa Cilumba lebih tepatnya di Dusun Jatiwangi di wilayah Cikatomas Kabupaten Tasikmalaya. Penyuluhan mengenai pemanfaatan blondo pada kelapa menjadi *cookies* untuk pencegahan stunting dilakukan di Madrasah Dusun Jatiwangi yang bertempat tepat di depan Kantor Desa Cilumba. Partisipan yang terlibat dalam penyuluhan ini yakni ibu-ibu yang memiliki anak-anak kecil dan yang belum memiliki anak dengan jumlah total orang yakni 47 orang atau partisipan.

Dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan mengenai pemanfaatan blondo pada kelapa menjadi *cookies* untuk pencegahan stunting. Pemanfaatan pada kelapa yang diolah menjadi VCO (*Virgin Coconut Oil*) yang difermentasi, sisa hasil fermentasi tersebut menghasilkan blondo atau biasa disebut dengan galendo. Dimana blondo yang dihasilkan tersebut bisa diolah atau dikembangkan kembali menjadi banyak produk, salah satunya yakni menjadi *cookies blondo*. Pembuatan *cookies* ini didasarkan pada kejadian stunting yang biasanya terjadi pada anak-anak, sehingga apabila blondo dikembangkan menjadi *cookies* diharapkan akan menarik untuk dikonsumsi oleh anak-anak.

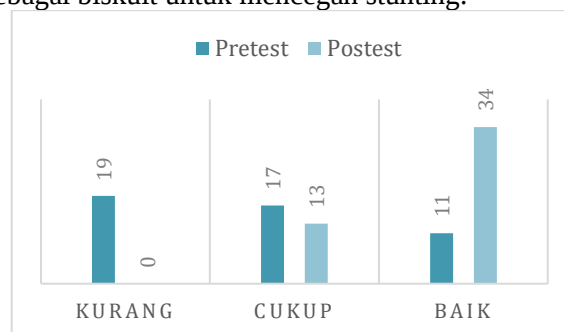
Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan pengenalan kegiatan, kemudian dilakukan *pre-test* awal tujuannya ialah guna mengetahui kemampuan awal peserta pada materi dimana hendak disampaikan. Sesudah dilakukan *pre-test* selama 10 menit, dilanjutkan dengan pemaparan materi mengenai pemanfaatan blondo

dalam upaya pencegahan stunting selama 30 menit. Post-test bertujuan untuk mengetahui sudah sejauh mana kemampuan partisipan mengenai materi yang sudah disampaikan selama 10 menit, terakhir dilakukan pembagian produk *cookies* blondo yang sudah dibuat. Dilanjutkan dengan kegiatan foto bersama selama 5 menit dan penutupan.



Gambar 2. (a) Pelaksanaan *pre-test* dan *post-test*; (b) Penyuluhan Materi Stunting dan Penanganannya

Materi konsultasi yang diberikan berhasil meningkatkan kapasitas peserta mengenai pemanfaatan kelapa emas untuk pembuatan biskuit guna mencegah stunting. Hal ini terlihat dengan menelusuri baik penilaian verbal, penilaian tertulis dan juga keterampilan. Peserta mampu menjawab beberapa pertanyaan instruktur mengenai materi yang diberikan dan memberikan penjelasan secara runtut dan komprehensif mengenai pemanfaatan kelapa kuning sebagai biskuit untuk mencegah stunting.



Gambar 3. Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Melakukan Penyuluhan Mengenai Pemanfaatan Blondo Kelapa menjadi *Cookies* Untuk Pencegahan Stunting

Hasil *pre-test* dan *post-test* tampak di Gambar 3. Terlihat pada Gambar 3 jika sebelum dilakukan konsultasi, pengetahuan peserta mempunyai proporsi peserta kategori kurang terbanyak (< 60%) ada yang sampai 19 orang (40,42%), kategori baik (70-80%) sebanyak 17 orang (36,17%) dan kategori baik (90-100%) sebanyak 11 orang (23,4%). Sebaliknya sesudah diberikan nasehat yang bermanfaat, proporsi pengetahuan peserta dengan kategori baik sebanyak 34 (72,34%) dan 13 (27,66%) dengan kategori cukup.

Kelapa yang melimpah di desa Cilumba sangat berpotensi bagi Masyarakat untuk dikembangkan dalam suatu bentuk usaha, selain itu pada kelapa juga banyak terkandung zat yang sangat baik bagi anak-anak khususnya dalam pencegahan stunting. Stunting tidak hanya terjadi pada anak sesudah 1000 hari pertama sesudah kelahiran saja, tetapi dapat juga terjadi pada bayi yang masih dalam kandungan. Kondisi ini dapat terjadi karena kekurangan gizi yang berkepanjangan. Stunting yakni suatu kondisi dimana fisik tidak normal atau tinggi tubuh yang kurang tinggi menurut usianya.

Pertambahan jumlah penduduk saat ini tentunya mendorong daya tanggap yang lebih baik terhadap masyarakat. Faktor penting pada pemenuhan kebutuhan manusia terletak pada sektor pangan. Pemerintah maupun individu sudah melakukan banyak upaya untuk meningkatkan kualitas pangan yang dikonsumsi, terutama dari segi kesehatan. Salah satu tanaman dimana bisa dipakai selaku produk untuk mencegah stunting di Desa Cilumba ialah kelapa, dimana kelapa mengandung asam lemak jenuh dalam jumlah besar. Asam lemak

jenuh ini dapat membuat minyak tidak mudah teroksidasi oleh radikal bebas. Dari kelapa kita bisa menghasilkan minyak kelapa murni (VCO) dan jenis minyak kelapa murni lainnya.

Virgin Coconut Oil mengandung asam lemak jenuh rantai sangat pendek sekaligus rantai sedang. Di dalam tubuh, asam lemak ini mudah dicerna serta diserap usus dikarenakan asam lemak ini memiliki ukuran molekul yang relatif kecil, jadinya bisa dibakar secara langsung oleh tubuh agar dapat menghasilkan energi. Oleh karena itu, *Virgin Coconut Oil* itu sangat banyak manfaatnya bagi tubuh, diantaranya yakni mampu memusnahkan penyakit dimana diakibatkan oleh mikroba maupun jamur, contohnya herpes, keputihan, cacar, influenza serta HIC atau AIDS; mampu mengatasi berbagai penyakit degneratif seperti jantung, kolesterol, diabetes mellitus, obesitas dan osteoporosis; mampu menghindari penyakit dimana disebabkan oleh radikal bebas contohnya kanker, katarak, serta penyakit kardiovaskular dan inflamasi; sebagai anti penuaan dini pada kulit; dan bisa juga untuk membantu tumbuh kembang anak, seperti meningkatkan kecerdasan dan daya tahan tubuh anak.

Blondo yang terdapat dari kelapa itu dapat dimanfaatkan sebagai sumber gizi tambahan. Pada penggunaan blondo tidak hanya bisa di makan secara langsung, tetapi bisa juga dikreasikan menjadi produk yang lebih menarik sehingga anak-anak lebih tertarik untuk mengkonsumsinya, contoh produk inovasinya yakni *Cookies Blondo*. *Cookies Blondo* sendiri dapat digunakan secara luas baik dalam hal peningkatan dan pemanfaatan kearifan lokal daerah Desa Cilumba menjadi produk yang berguna dan dapat digunakan sebagai sumber penghasilan tambahan. Tingginya potensi gizi pada rambut pirang bermanfaat dalam peningkatan kandungan gizi pada berbagai makanan, khususnya makanan untuk anak gizi buruk.



Gambar 4. Pembagian Produk *Cookies Blondo*

V. KESIMPULAN

Kelapa ialah tanaman yang banyak tumbuh di desa Cilumba, Kecamatan Cikatomas Kabupaten Tasikmalaya. Penyuluhan mengenai pemanfaatan dan cara pengolahan bahan kelapa menjadi *cookies blondo* yang memiliki manfaat kesehatan untuk mencegah stunting sudah diselenggarakan pada perkumpulan pengajian rutin mingguan ibu-ibu di kampung Jatiwangi Desa Cilumba dengan hasil yang dicapai yakni sekitar 72,34% menunjukkan peningkatan pengetahuan mengenai stunting dan manfaat produk olahan kelapa yakni blondo sebagai pencegah stunting melalui *post-test* sesudah dilakukan pemaparan materi. Kami berharap untuk kedepannya, produk ini mampu untuk didaftarkan ke PIRT untuk mendapatkan izin edar secara resmi dan mampu mencapai strategi pemasaran yang efektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih pada semua pihak dimana terlibat serta membantu berjalannya kegiatan pengabmas ini, khususnya seluruh masyarakat desa Cilumba yang turut serta dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri, M. N. (2022). *Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Asi Eksklusif Untuk Pencegahan Stunting* [Universitas Andalas]. <http://scholar.unand.ac.id/113971/>
- De Onis M., F. Branca. (2016). *Childhood Stunting : A Global Perspective*. [online]. Tersedia: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/mcn.12231>
- Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (2023). *Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita*. 2(1), 1–6.
- Hatijar, H. (2023). *Angka Kejadian Stunting Pada Bayi dan Balita Pendahuluan*. 12–17.
- Hidajat, F. A. (2019). *Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan dan Penerapan Pola Hidup*

- Bersih Sehat di PAUD Tunasmulya Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Abdi Panca Mara*, 1(1), 25–29. <https://doi.org/10.51747/abdipancamarga.v1i1.480>.
- Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa Akreditasi Jurnal Nasional Sinta, J., Bibliometrik dan Analisis Konten Author, A., Rahman, H., Rahmah, M., Saribulan Affiliasi Program Studi Studi Kebijakan Publik, N., Politik Pemerintahan, F., & Rahman Institut Pemerintahan Dalam Negeri, H. (2023). *UPAYA PENANGANAN STUNTING DI INDONESIA*. 01.
- Kesehatan, J. I., Husada, S., & Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Juni*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Latifa, S. N. (2018). Kebijakan Penanggulangan Stunting di Indonesia. *Jurnal Kebijakan Pembangunan*, 13(2), 173–179.
- Mediani HS. Predictors Of Stunting Among Children Under Five Years of Age In Indonesia: A Scoping Review. (2020). *Glob J Health Sci*, 12(8):83.
- Pangadaa, D. D., Retni, A., & Lihu, F. A. (2023). *Pemanfaatan Kelapa Menjadi Cookies Blondo Dalam Mencegah Kejadian Stunting Pada Balita*. 1(1), 42–54
- Prendergast, A.J., J.H. Humphrey. (2014). The Stunting Syndrome in Developing Countries. *Pediatrics and International Child Health*, ISSN: 2046-9047 (Print) 2046-9055 [Online] Journal homepage: <http://www.tandfonline.com/loi/ypch20>.
- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). UPAYA PENANGANAN STUNTING DI INDONESIA Analisis Bibliometrik dan Analisis Konten. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa (JIPSK)*, VIII(01), 44–59.
- Setiyawati, M. E., Ardhiyanti, L. P., Hamid, E. N., Muliarta, N. A. T., & Raihanah, Y. J. (2024). Studi Literatur: Keadaan Dan Penanganan Stunting Di Indonesia. *IKRA-ITH HUMANIORA : Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 8(2), 179–186. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2.3113>
- Suryagustina, Araya W, Jumielsa (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu di Kelurahan Pahandut Palangka Raya. *Din Kesehat* ;9(2). *Tentang Asi Eksklusif Untuk Pencegahan Stunting* [Universitas Andalas]. <http://scholar.unand.ac.id/113971/>
- Waroh, Y. K. (2019). Pemberian Makanan Tambahan Sebagai Upaya Penanganan Stunting Pada Balita Di Indonesia. *Embrio*, 11(1), 47–54. <https://doi.org/10.36456/embrio.vol11.no1.a1852>
- Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwanto, T. (2022). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 155–162.