Dedikasi KBJ: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol 2 (1), 2024 Edisi Desember 2024, Page 42-48
https://ojs.stikeskeluargabunda.ac.id/index.php/dedikasi-kbj

PENYULUHAN TENTANG PEMBUATAN KERIPIK JAGUNG SEBAGAI INOVASI CEMILAN SEHAT UNTUK GIZI IBU HAMIL DAN BALITA DI DESA TANGKIT KEC. SUNGAI GELAM KAB. MUARO JAMBI

Nisa Kartika Ningsih[1], Sunarti Lubis[2,] Endang Sari[3]

[1)]Program Studi Kebidanan Program Sarjana, STIKES Keluarga Bunda Jambi
[2)]Program Studi Profesi BIdan Program Profesi, STIKES Keluarga Bunda Jambi
[3)]Program Studi Kebidanan Program Diploma, Universitas Sumatera Barat

Abstrak

Di Indonesia, jagung tersebar di berbagai kawasan dari Sumatera Utara, Sumatera Selatan, Lampung, Jawa Tengah, Jawa Timur, Nusa Tenggara, Sulawesi Utara, Sulawesi Selatan, sampai Maluku. Selama lima tahun terakhir, produksi jagung secara nasional meningkat. Namun, kebutuhan jagung terutama untuk bahan baku ternak juga terus meningkat sehingga Indonesia masih mengimpor jagung (Mangunwidjaja, 2003).

Penerapan gizi seimbang perlu dilakukan pendampingan terkait penerapan tersebut dan menjadi salah satu strategi untuk mengajak anak-anak untuk mengubah pola hidup menjadi sehat dan menjadi bekal ketika mereka tumbuh besar. Terkait tujuan melanjutkan perjuangan dan citacita bangsa, generasi muda seperti anak-anak memiliki peranan penting untuk membangun dan memajukan bangsa ini. Oleh karena itu, perlu peningkatkan sumber daya manusia seperti halnya pemahaman mengenai gizi seimbang sehingga dapat meminimalkan rentannya terkena penyakit (Asiyah 2021). Peningkatan sumber daya manusianya perlu strategi dalam mengoptimalkan status gizi baik dan konsumsi pangan yang sehat (Utari, Rohmani, dan Prabasiwi 2022). Hal ini penting dilakukan karena seseorang tidak dapat mengembangkan kapasitas dirinya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status gizi dan kesehatan yang baik (Thamaria 2017).

Kata Kunci: Penyuluhan Gizi Seimbang, Jagung

Abstract

In Indonesia, corn is spread in various regions from North Sumatra, South Sumatra, Lampung, Central Java, East Java, Nusa Tenggara, North Sulawesi, South Sulawesi, to Maluku. Over the last five years, national corn production has increased. However, the need for corn, especially as raw material for livestock, also continues to increase so that Indonesia is still importing corn (Mangunwidjaja, 2003).

The implementation of balanced nutrition requires assistance

regarding this implementation and becomes one of the strategies to encourage children to change their lifestyle to be healthy and provide provisions for when they grow up. Regarding the goal of continuing the nation's struggle and ideals, the younger generation, such as children, have an important role to play in building and advancing this nation. Therefore, it is necessary to increase human resources, such as understanding balanced nutrition, so as to minimize susceptibility to disease (Asiyah 2021). Increasing human resources requires a strategy to optimize good nutritional status and healthy food consumption (Utari, Rohmani, and Prabasiwi 2022). This is important to do because a person cannot develop his or her capacity to the maximum if the person concerned does not have good nutritional and health status (Thamaria 2017).

Keywords: Balanced Nutrition Counseling, Corn

A. PENDAHULUAN

Di Indonesia, jagung tersebar di berbagai kawasan dari Sumatera Utara, Sumatera Selatan, Lampung, Jawa Tengah, Jawa Timur, Nusa Tenggara, Sulawesi Utara, Sulawesi Selatan, sampai Maluku. Selama lima tahun terakhir, produksi jagung secara nasional meningkat. Namun, kebutuhan jagung terutama untuk bahan baku ternak juga terus meningkat sehingga Indonesia masih mengimpor jagung (Mangunwidjaja, 2003).

Tinggi tanaman jagung pada umumnya berkisar antara 60-300 cm, tergantung dari varietas (Purwono dan Hartono, 2011). Salah satu jenis tanaman jagung adalah Jagung manis yang merupakan komoditas palawija dan termasuk dalam keluarga (famili) rumput-rumputan (Gramineae) genus Zea dan spesies Zea mays saccharata.

Jagung manis memiliki ciri-ciri ciri-ciri endosperm berwarna bening, kulit biji tipis, kandungan pati sedikit, pada waktu masak biji berkerut. Produk utama jagung manis adalah buah/tongkolnya, biji jagung manis mempunyai bentuk, warna dan kandungan endosperm yang bervariasi tergantung pada jenisnya, biji jagung manis terdiri atas tiga bagian utama yaitu kulit biji (seed coat), endosperm dan embrio (Koswara, 2009). Batang tanaman jagung padat, ketebalan sekitar 2 – 4 cm tergantung pada varietasnya. Genetic memberikan pengaruh yang tinggi pada tanaman. Tinggi tanaman yang sangat bervariasi ini merupakan karakter yang sangat berpengaruh pada

klasifikasi karakter tanaman jagung (Singh, 1987).

Biji jagung merupakan jenis serealia dengan ukuran biji terbesar dengan berat rata-rata 250-300 mg. biji jagung memiliki bentuk tipis dan bulat melebar yang merupakan hasil pembentukan dari pertumbuhan biji jagung. Biji jagung diklasifikasikan sebagai kariopsis. Hal ini disebabkan biji jagung memiliki struktur embrio yang sempurna. Serta nutrisi yang dibutuhkan oleh calon individu baru untuk pertumbuhan dan perkembangan menjadi tanaman jagung (Johnson, 1991).

Tongkol pada jagung adalah bagian dalam organ betina tempat bulir duduk menempel. Istilah ini juga dipakai untuk menyebut seluruh bagian jagung betina (buah jagung). Bongkol terbungkus oleh kelobot (kulit buah jagung). Secara morfologi, tongkol jagung adalah tangkai utama malai yang termodifikasi. Malai organ jantan pada jagung dapat memunculkan bulir pada kondisi tertentu. Bongkol jagung muda, disebut juga babycorn, dapat dimakan dan dijadikan sayuran. Tongkol yang tua ringan namun kuat, dan menjadi sumber furfural, sejenis monosakarida dengan lima atom karbon. Tongkol jagung tersusun atas senyawa kompleks lignin, hemiselulose dan selulose . Masing-masing merupakan senyawa-senyawa yang potensial dapat dikonversi menjadi senyawa lain secara biologi. Selulose merupakan sumber karbon yang dapat digunakan mikroorganisme sebagai substrat dalam proses fermentasi untuk mengahasilkan produk yang mempunyai nilai ekonomi tinggi (Suprapto dan Rasyid, 2002).

Jagung manis mempunyai nilai gizi yang berbeda tergantung dari varietasnya dan ukuran, struktur serta komposisi dari butir-butir jagung manis tersebut. Pada umumnya masyarakat selalu mengiginkan sesuatu yang berbeda, tidak terkecuali dengan hal kuliner atau makanan. Oleh karena itu dengan keripik jagung dari buah jagung ini masyarakat bisa memanfaatkan jagung dengan bai, terlebih lagi jagung sangat mudah ditemukan dan tumbuh subur di daerah Tangkit. Oleh karena itu

peneliti ingin megolah jagung menjadi keripik yang bercita rasa, yang bisa dimakan sebagai cemilan ataupun disajikan bersama nasi.

B. METODE PELAKSANAAN

1. Metode Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui penyuluhan pada masyarakat di Desa Tangkit yang dilakukan oleh Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana Stikes Keluarga Bunda Jambi dan Program Studi Kebidanan Program Diploma Universitas Sumatera Barat.

2. Kerangka Konsep Kegiatan

Pemberian materi penyuluhan oleh tim pelaksana pengabdian	Tanya Jawab kegiatan tentang Pembuatan Keripik Jagung Untuk Kesehatan Ibu Hamil dan Balita	Pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang Pembuatan Keripik Jagung Untuk Kesehatan Ibu Hamil dan Balita

Ketua : Nisa Kartika Ningsih

Anggota : Sunarti Lubis

Endang Sari

Nama	Tugas
Endang Sari	Moderator
Nisa Kartika Ningsih	Pemateri
Sunarti Lubis	Tanya Jawab

No	Waktu	Kegiatan	Metode	Nara sumber
1.	5 Menit	Pembukaan: 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri	Ceramah	Peserta yang hadir, berjumlah 30 orang.

		3. Menjelaskan kontrak waktu 4. Menjelaskan topik dan tujuan penyuluhan		
2.	30 Menit	Pelaksanaan penyuluhan 1. Menjelaskan pengertian Pra Gizi Seimbang 2. Menjelaskan tanda gejala Gizi Kurang 3. Menjelaskan masalah yang terjadi jika Kurang gizi	Ceramah dan Tanya Jawab	Peserta yang hadir, berjumlah 30 orang.
3.	30 Menit	Menjelaskan cara dan pencegahan gizi kurang	Lanjutan	
4.	5 Menit	Penutup 1. Menyimpulkan materi bersama peserta penyuluhan 2. Mengucapkan salam	Ceramah	Peserta yang hadir, berjumlah 30 orang.

C. HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan kesehatan tentang pembuatan keripik jagung untuk kesehatan ibu hamil dan balita, ini dilaksanakan melalui penyuluhan di posyandu desa Tangkit, Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 02 Februari 2024. Peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu yang berjumlah 35 orang. Gizi seimbangan adalah makanan yang mengandung unsur zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dengan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh untuk memenuhi kebutuhan tubuh secara optimal. Melalui kegiatan tersebut diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan para peserta mengenai gizi seimbang.

Adapun target yang ingin di capai adalah :

Target luaran dari dilaksanakan intervensi tentang masalah gizi seimbang pada anak adalah sebagai berikut:

- Tingginya minat dan kesadaran peserta untuk ikut berpartisipasi dalam penyuluhan tentang kesehatan gizi seimbang pada anak.

- Meningkatkan pengetahuan peserta tentang pentingnya mengenai tentang kesehatan gizi seimbang pada anak
- Meningkatnya kesadaran peserta untuk memberdayakan diri baik fisik maupun psikologis dalam menghadapi gizi kurang

D. KESIMPULAN

Dengan terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk Pembuatan Keripik Jagung Untuk Kesehatan Ibu Hamil Dan Balita oleh Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Program Studi Profesi Bidan Program Profesi Stikes Keluarga Bunda Jambi diharapkan Sesuai dengan hasil yang dicapai, maka dapat dinyatakan kegiatan pengabdian masyrakat dalam bentuk Penyuluhan tentang kesehatan gizi seimbang pada anak di posyandu dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DOKUMENTASI



DAFTAR PUSTAKA

Hidayah dkk. Pemanfaatan Keripik Jagung (Zea Mays) Sebagai Bahan Dasar Pembuatan Keripik Jagung Untuk Meningkatkan Perekonomian Masyarakat Di Desa Panca Tunggal

Ngabito M. dkk. 2022. Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengolahan Jagung Menjadi Keripik Jagung Saraga Kecamatan Asparaga Kabupaten Gorontalo Utara. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Gorontalo.* Vol. 4 No. 1

Rahmah dkk. 2024. Sistem Digital Pedesaan untuk Optimalisasi hasil Produk Jagung Kuning di Kecamatan Polongbankeng Utara Kabupaten Takalar. *Jurnal Pengabdian dan Kesejahteraan Masyarakat.* Vol. 1 No. 4

Suryandari K.N. 2021. Jagung. Jakarta: Bumi Aksara