



## **Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Ibu Hamil yang Diperkaya Protein Sorgum Sebagai Alternatif Makanan Pengentas Stunting Masa Dini di Desa Kuta**

**Melycorianda Hubi Ndapamuri<sup>1</sup>, Marten U Nganji<sup>2</sup>, Yonce M Killa<sup>3</sup>, Uska P Jawang<sup>4</sup>, Lusya D Lewu<sup>5</sup>,  
Suryani K K L Kapoe<sup>6</sup>, Italia D Hinda<sup>7</sup>, Mia K A Djawa<sup>8</sup>, Michelle A O Radjah<sup>9</sup>, Mersi Mandaha<sup>10</sup>,  
Intan D R Come<sup>11</sup>**

Agroteknologi, Universitas Kristen Wira Wacana Sumba, Indonesia <sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11</sup>

E-mail : [melycorianda@unkriswina.ac.id](mailto:melycorianda@unkriswina.ac.id)<sup>1</sup>, [martennganji@unkriswina.ac.id](mailto:martennganji@unkriswina.ac.id)<sup>2</sup>, [yonce@unkriswina.ac.id](mailto:yonce@unkriswina.ac.id)<sup>3</sup>,  
[uska@unkriswina.ac.id](mailto:uska@unkriswina.ac.id)<sup>4</sup>, [lusya@unkriswina.ac.id](mailto:lusia@unkriswina.ac.id)<sup>5</sup>, [suryani@unkriswina.ac.id](mailto:suryani@unkriswina.ac.id)<sup>6</sup>, [italiahinda70@gmail.com](mailto:italiahinda70@gmail.com)<sup>7</sup>,  
[miakahiatadjawa80@gmail.com](mailto:miakahiatadjawa80@gmail.com)<sup>8</sup>, [putryradjah753@gmail.com](mailto:putryradjah753@gmail.com)<sup>9</sup>, [mersimandaha99@gmail.com](mailto:mersimandaha99@gmail.com)<sup>10</sup>,  
[intancome2@gmail.com](mailto:intancome2@gmail.com)<sup>11</sup>

### **Abstrak**

Watar Hamu merupakan jenis sorgum lokal yang berasal dari pulau Sumba, Nusa Tenggara Timur. Terdapat 4 jenis sorgum lokal yang dibudidayakan oleh masyarakat Sumba sebagai tanaman pelindung (biasanya dibudidayakan di pinggir sawah), pakan ternak dan sebagai makanan selingan. Padahal sorgum dapat diolah menjadi makanan pengganti beras atau tepung sebagai bahan dasar untuk diversifikasi pangan. Tujuan pengabdian ini adalah mengedukasi masyarakat Desa Kuta terlebih para calon ibu, ibu hamil dan ibu mengasahi untuk mengolah sorgum sebagai makanan alternative. Metode pengabdian masyarakat ini dengan memberikan penyuluhan kepada masyarakat warga di wilayah Desa Kuta dengan memberikan ceramah dan informasi tentang manfaat tepung sorgum sebagai pangan alternative. Hasil observasi awal melalui diskusi, 15 orang peserta belum mengetahui cara memanfaatkan tepung sorgum. Setelah dilakukan penyuluhan dan praktek langsung pengolahan tepung sorgum, seluruh peserta memahami cara mengolah tepung sorgum. Hasil pengabdian ini diharapkan dapat memberikan dukungan dalam rangka menerapkan dan mengembangkan pangan alternative di Nusa Tenggara Timur sebagai pengentas stunting masa dini. Kesimpulan pengabdian masyarakat kali ini adalah kegiatan berjalan dengan baik dan lancar serta antusias peserta pengabdian masyarakat sangat tinggi.

**Kata Kunci:** desa Kuta, pengentas stunting, watar hamu.

### **Abstract**

*Watar Hamu is a local sorghum species originating from the island of Sumba, East Nusa Tenggara. There are 4 types of local sorghum that are cultivated by the people of Sumba as protective crops (usually cultivated on the edge of rice fields), animal feed and as a side dish. Whereas sorghum can be processed into food substitutes for rice or flour as a basic ingredient for food diversification. The purpose of this service is to educate the people of Kuta Village, especially expectant mothers, pregnant women and loving mothers to process sorghum as an alternative food. The method of this community service is by providing counseling to residents in the Kuta Village area by providing lectures and information about the benefits of sorghum flour as an alternative food. The results of initial observations through discussion, 15 participants did not know how to utilize sorghum flour. After counseling and direct practice of sorghum flour processing, all participants understood how to process sorghum flour. The results of this service are expected to provide support in order to implement and develop alternative food in East Nusa Tenggara as an early childhood stunting alleviator. The conclusion of this community service is that the activities run well and smoothly and the enthusiasm of community service participants is very high.*

**Keywords:** Kuta village, stunting alleviator, watar hamu.

Copyright (c) 2024 Melycorianda Hubi Ndapamuri, Marten U. Nganji, Yonce M. Killa, Uska P. Jawang, Lusya D. Lewu, Suryani K. K. L. Kapoe, Italia D. Hinda, Mia K. A. Djawa, Michelle A. O. Radjah, Mersi Mandaha, Intan D. R. Come

✉ Corresponding author

Address : Universitas Kristen Wira Wacana Sumba

Email : [melycorianda@unkriswina.ac.id](mailto:melycorianda@unkriswina.ac.id)

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v5i6.1039>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

## PENDAHULUAN

Desa Kuta merupakan salah satu desa di Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur. Desa ini memiliki jumlah penduduk sebanyak 1.299 jiwa pada Tahun 2020 (BPS Kabupaten Sumba Timur, 2024), dengan jumlah penduduk laki-laki sebanyak 673 jiwa dan jumlah penduduk perempuan sebanyak 626 jiwa. Berdasarkan data tersebut, tercatat jumlah ibu hamil sebanyak 34 jiwa, bayi sebanyak 29 jiwa dan balita sebanyak 98 jiwa. Berdasarkan hasil diskusi dengan Kepala Desa Kuta, saat ini desa sedang mengusahakan kegiatan pengentas stunting melalui polindes dan posyandu yaitu penyediaan makanan sehat tinggi protein untuk peningkatan gizi balita dan anak, perawatan kesehatan untuk ibu hamil dan menyusui selama 90 hari. Akan tetapi hal ini masih dinilai kurang mencukupi karena menu makanan yang disajikan kurang beragam. Kurangnya penyediaan sumber protein lain selain kacang-kacangan dan telur menjadi salah satu alasan.

Terpenuhinya gizi dan pangan merupakan salah satu hal penting dalam membangun sumber daya manusia yang berkualitas. Saat ini masalah yang dihadapi di Indonesia khususnya daerah Sumba Timur adalah kekurangan gizi pada ibu hamil. Cici-ciri anak yang dilahirkan mengalami stunting (ukuran badan pendek), wasting (bertubuh kurus) dan anemia (Eva Lestari et al., 2023). Selain karena pola konsumsi masyarakat pada umumnya yang hanya bergantung pada beras yang memiliki kandungan karbohidrat yang tinggi dan kadar gizi lainnya kurang, serta kurangnya memanfaatkan pangan alternative yang memiliki nilai gizi tinggi.

Sorgum merupakan salah satu sumber karbohidrat yang memiliki potensi untuk dimanfaatkan sebagai pangan pokok alternatif di Nusa Tenggara Timur. Biji sorgum dapat diolah

menjadi tepung sebagai pengganti gandum. Produk pangan yang terbuat dari sorgum diketahui menjadi makanan bebas gluten, memiliki antioksidan dan indeks glukemik yang rendah sehingga dapat dimanfaatkan sebagai pangan fungsional (Przybylska-Balcerak et al., 2019). Pemanfaatan sorgum sebagai super food bagi ibu hamil karena selain sumber pangan alternative, kandungan protein dalam sorgum dapat membantu tumbuh kembang janin. Sorgum kaya akan protein 12.3%, lemak 3.60% dan karbohidrat 83%.

Kurangnya pengetahuan akan bahan-bahan yang berpotensi untuk dijadikan sumber protein contohnya sorgum. Terdapat 4 varietas sorgum local (*water hamu*) yang telah banyak dibudidayakan masyarakat sumba (Pekuwali, 2023), akan tetapi pemanfaatannya paling banyak untuk pakan ternak. Pelatihan ini kiranya dapat mempraktekkan dan adanya transfer ilmu proses pengolahan makanan dengan bahan utama tepung sorgum sebagai sumber protein.

## METODE

Pelaksanaan kegiatan PkM dilaksanakan dalam 1 (satu) hari pada 27 Oktober 2023 dengan beberapa langkah, yaitu perencanaan tindakan, observasi dan evaluasi. Kegiatan-kegiatan atau aktivitas-aktivitas dari masing-masing tahapan adalah sebagai berikut:

Tindakan dalam kegiatan ini berupa implementasi program pelatihan. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam implementasi program adalah:

1. Peningkatan pengetahuan pembuatan biscuit sorgum kepada masyarakat desa Kuta. Metode yang ditawarkan adalah ceramah, tanya jawab, diskusi.
2. Pelaksanaan pelatihan dilakukan baik secara teori maupun praktek dengan narasumber ahli,

yaitu dari tim pengabdian kepada masyarakat. Materi yang diberikan adalah pelatihan teori dan praktek pembuatan biskuit sorgum. Metode pelatihan yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, diskusi dan latihan.

3. Pembinaan dan pelatihan dimulai dari persiapan dan pembuatan biskuit. Pembinaan manajemen bisnis dan pemasaran juga dilakukan bersamaan dengan pelatihan pengolahan. Metode pelatihan yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, diskusi dan latihan. Untuk mendukung keberhasilan pelatihan dan produksi diberikan bantuan bahan pembuatan biskuit sorgum.

Observasi dilakukan selama masa kegiatan. Beberapa hal yang diobservasi adalah kendala-kendala, kekurangan-kekurangan dan kelemahan-kelemahan yang muncul dalam proses penyuluhan dan pelatihan pembuatan biskuit sorgum. Bentuk evaluasi dalam kegiatan ini dilakukan menggunakan beberapa pertanyaan dan jawaban yang dikemukakan oleh peserta terkait pemahamannya tentang materi penyuluhan.

Peserta pelatihan pembuatan biskuit sorgum ini merupakan masyarakat Desa Kuta, Kecamatan Kanatang, Kabupaten Sumba Timur, sejumlah 15 orang. Selain itu kegiatan ini dihadiri oleh 5 orang Mahasiswa S-1 program studi Agroteknologi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Kristen Wira Wacana Sumba.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Program PKM terdapat 2 strategi yang diterapkan yaitu pemaparan materi stunting dan manfaat sorgum serta praktek pelatihan produk biskuit. Kegiatan PKM dilaksanakan di ruang terbuka kantor Desa Kuta. Sebelum pemaparan materi, peserta diberikan pre-test terlebih dahulu

melalui tanya jawab langsung terkait pengetahuan peserta tentang sorgum dan cara pembuatan biskuit.

Kegiatan ini dibuka langsung oleh Kepala Desa Kuta dan dilanjutkan dengan pemaparan materi yang disampaikan oleh tim dosen Agroteknologi Unkriswina (Gambar 1) terkait stunting dan pencegahannya, manfaat dari sorgum yang kaya akan nutrisi yang sangat cocok untuk asupan nutrisi pada ibu hamil agar bayi yang dikandung tidak mengalami stunting. Stunting yang dapat terjadi salah satunya yaitu minimnya pengetahuan ibu akan stunting. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Desi et al., (2016) menyatakan bahwa ibu dengan pengetahuan yang kurang baik mempunyai resiko sebesar 1,644 kali memiliki balita stunting jika dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan baik.



Gambar 1. Pembukaan dan Pemaparan Materi

PKM ini menjelaskan bagaimana pencegahan stunting di keluarga dengan memanfaatkan protein tambahan sorgum. Tepung

sorgum dapat diformulasikan dalam bentuk sediaan nutrasetika berupa biskuit yang mudah dan praktis ketika dikonsumsi. Kegiatan selanjutnya yaitu pelatihan pembuatan biskuit (Gambar 2). Peserta sangat antusias mengikuti arahan selama proses pengolahan karena alat dan bahan yang digunakan mudah dijangkau.



Gambar 2. Pelatihan Pembuatan Biskuit

Hasil dari kegiatan ini, peserta membagikan biskuit yang telah jadi kepada ibu hamil yang berada disekitar Desa Kuta. Kandungan yang terdapat dalam biskuit menjadi sumber makanan yang mengandung protein lebih tinggi daripada tepung terigu. Setelah dilakukan demo (Gambar 3), peserta diberikan penjelasan terkait macam-macam pengemasan dan bagaimana cara memilih kemasan yang sesuai untuk biskuit agar terjaga kestabilan produk sesuai target pemasaran serta cara memasarkan produk. Hal ini dikarenakan Desa Kuta merupakan salah satu Desa wisata di Sumba Timur yang memiliki potensi wisatawan lokal maupun wisatawan dari luar untuk berkunjung.



Gambar 3. Hasil Pelatihan

Setelah dilakukan penyuluhan dan praktek langsung pengolahan tepung sorgum, seluruh peserta memahami cara mengolah tepung sorgum. Hasil pengabdian ini diharapkan dapat memberikan dukungan dalam rangka menerapkan dan mengembangkan pangan alternatif di Nusa Tenggara Timur sebagai pengentas stunting masa dini.

## SIMPULAN

Pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan di Desa Kuta telah memberikan pengetahuan dan ketrampilan baru terkait proses pengolahan makanan dengan bahan utama tepung sorgum sebagai sumber protein. Kegiatan berjalan dengan baik dan lancar serta antusias peserta pengabdian masyarakat sangat tinggi. Pemanfaatan sorgum ini diharapkan dapat membantu pengentas stunting usia dini di Desa Kuta.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Rektor dan Lembaga Penelitian dan

865 *Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Ibu Hamil yang Diperkaya Protein Sorgum Sebagai Alternatif Makanan Pengentas Stunting Masa Dini di Desa Kuta – Melycorianda Hubi Ndapamuri, Marten U. Nganji, Yonce M. Killa, Uska P. Jawang, Lusia D. Lewu, Suryani K. K. L. Kapoe, Italia D. Hinda, Mia K. A. Djawa, Michelle A. O. Radjah, Mersi Mandaha, Intan D. R. Come*  
DOI: <https://doi.org/10.31004/abdidas.v5i6.1039>

Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Kristen Wira Wacana Sumba yang telah memberikan hibah internal untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- BPS Kabupaten Sumba Timur. (2024). *Kecamatan Kanatang Dalam Angka 2024*.
- Desi, W., Aristiati, K., & Supadi, J. (2016). Analisis Determinan Kejadian Stunting Anak Balita di Pedesaan Demak. *Riset Gizi*, 4(2), 13–18. <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jrg/article/view/4497>
- Eva Lestari, Zahroh Shaluhiyah, & Mateus Sakundarno Adi. (2023). Intervensi Pencegahan Stunting pada Masa Prakonsepsi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(2), 214–221. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i2.2994>
- Pekuwali, E. 2023. Skripsi. Kajian Morfologi Pertumbuhan Vegetatif Tanaman Sorgum (*Sorghum bicolor* L) Varietas Lokal Sumba Timur.
- Przybylska-Balcerek, A., Frankowski, J., & Stuper-Szablewska, K. (2019). Bioactive Compounds in Sorghum. *European Food Research and Technology*, 245(3), 1075–1080.