



Journal of Human And Education
Volume 4, No. 4, Tahun 2024, pp 1054-1059
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Inovasi Pengolahan Paoproni Dan Jus Proni Cegah Stunting Pada Balita serta Ibu Hamil

Lina Yuliyanti Safitri¹, Angelica Tarigan²[✉], Aldhis Cintya Nanda³
Program Studi D3 Keperawatan ,Fakultas Keperawatan Bisnis dan Teknologi
Universitas Widya Husada Semarang
Email: angelicatarigan1@gmail.com ²[✉]

Abstrak

Suatu permasalahan gizi kronis yang diakibatkan kondisi malnutrisi terkait dengan kekurangan gizi sebelumnya disebut dengan stunting. Salah satu gejala stunting adalah anak lebih pendek dari anak-anak lain seusianya. Apabila dimaknai dalam konteks sederhana, stunting mengacu pada kelainan perkembangan anak. Banyak orang tidak menyadari bahwa perawakan kecil anak dapat mengindikasikan masalah pola makan jangka panjang. Perlu disebutkan bahwa stunting tidak selalu dialami oleh anak-anak pendek. Namun, anak-anak dengan penyakit ini mempunyai kecil. Pertumbuhan terhambat merupakan kemungkinan bagi anak-anak yang asupan makanannya tidak memadai selama masa kanak-kanak dan telah berlangsung lama. Kegiatan pembuatan Paoproni dan Jus Proni dimulai dengan melakukan kunjungan ke desa binaan untuk melakukan koordinasi. Setelah itu tim melakukan sosialisasi tentang apa itu stunting dan cara dalam pembuatan Paoproni dan Jus Proni untuk mencegah stunting pada balita dan ibu hamil. Dalam proses pemasaran produk paoproni ini kami akan bekerja sama dengan kantin sekolah/Puskesmas dan posyandu yang ada di Kota Semarang untuk mencegah terjadinya stunting di Kota Semarang. Kegiatan ini diharapkan akan terus berjalan agar dapat menurunkan angka stunting di kota Semarang. Proses pembuatan paoproni ini melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan alat dan bahan, mencampurkan bahan-bahan, Mengisi dengan ayam dan sayur, membentuk adonan, mengukus serta paking produk. Hasil uji sensori parameter warna paoproni memiliki warna kuning alami, memiliki rasa gurih, tekstur lembut, aroma labu kuning, dan memiliki kenampakan yang menarik. Proses pembuatan jus proni sendiri yaitu melalui tahap persiapan alat dan bahan kemudian pemotongan pisang dan pencampuran dengan susu sapi murni lalu pemblenderan dan pengemasan.

Kata kunci: Paoproni, Jus Proni, Stunting, Balita, Ibu hamil

Abstract

Chronic nutritional problems caused by malnutrition related to previous nutrient deficiencies are referred to as stunting. One of the symptoms of stunting is that children are shorter than their peers of the same age. Simply put, stunting refers to developmental disorders in children. Many people do not realize that a child's short stature may indicate long-term dietary issues. It should be noted that stunting is not always experienced by short children; however, those affected by this condition tend to be smaller. Growth impairment is a possibility for children whose dietary intake has been inadequate for a prolonged period during childhood. The activities of making Paoproni and Jus Proni began with a visit to the assisted village for coordination. After that, the team conducted socialization about stunting and the preparation of Paoproni and Jus Proni to prevent stunting in toddlers and pregnant women. In the marketing process of the Paoproni product, we will collaborate with school canteens, community health centers, and posyandu in Semarang City to prevent stunting. This initiative is expected to

continue to reduce the stunting rate in Semarang City. The process of making Paoproni involves several stages: preparation of tools and ingredients, mixing the ingredients, filling them with chicken and vegetables, shaping the dough, steaming, and packaging the product. Sensory testing results show that Paoproni has a natural yellow color, a savory taste, a soft texture, an aroma of pumpkin, and an appealing appearance. The process of making Jus Proni includes preparing tools and ingredients, cutting bananas, mixing with pure cow's milk, blending, and packaging.

Keywords: Paoproni, Jus Proni, Stunting, Toddlers, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Suatu kondisi tubuh yang kekurangan zat gizi atau malnutrisi di masa lalu dikategorikan kedalam permasalahan gizi kronis berupa stunting (Sutarto, 2019). Salah satu gejala stunting adalah anak lebih pendek dari anak seusianya. Stunting, dalam bentuknya yang paling mendasar, mengacu pada kelainan perkembangan anak (Promkes Dinkes Kota Bandung, 2024). Banyak orang tidak menyadari bahwa perawakan anak yang kecil dapat mengindikasikan masalah pola makan jangka panjang. Perlu disebutkan bahwa pertumbuhan terhambat tidak selalu dialami oleh anak-anak yang pendek. Namun, anak-anak dengan penyakit ini pasti akan bertubuh kecil. Pertumbuhan terhambat merupakan kemungkinan bagi anak-anak yang asupan makanannya tidak memadai selama masa kanak-kanak dan telah berlangsung dalam jangka waktu yang lama (Pemerintah Kota Pontianak, 2023). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), suatu negara dianggap memiliki masalah stunting jika proporsi kasusnya melebihi 20%. Sementara itu, Kementerian Kesehatan Indonesia melaporkan bahwa 24,4% balita di sana mengalami stunting pada tahun 2021. Oleh karena itu, ini menjadi salah satu masalah yang harus ditangani (PPID Semarang Kota, 2024). Seorang ibu yang menjaga status gizi yang baik selama masa kehamilannya memiliki kemungkinan lebih besar untuk melahirkan anak yang sehat. Status gizi ibu hamil, seperti halnya masyarakat umum, adalah kondisi fisik yang disebabkan oleh konsumsi, penyerapan, dan penggunaan berbagai jenis zat gizi, baik makro maupun mikro. Ibu hamil harus mengonsumsi lebih banyak zat gizi untuk memenuhi kebutuhannya karena proses kehamilan melibatkan perubahan fisiologis, seperti perubahan hormon dan peningkatan volume darah untuk pertumbuhan bayi (Kemenkes RI, 2019).

Indonesia memiliki masalah gizi yang signifikan, seperti yang terlihat dari tingginya jumlah balita dan anak usia sekolah, laki-laki dan perempuan, yang kekurangan gizi di negara ini. Ketika seseorang masih bersekolah, gizi yang buruk dapat menyebabkan tingginya angka ketidakhadiran, tingginya angka putus sekolah, dan rendahnya kualitas pendidikan. Pemerintah masih terus mendorong upaya pengembangan gizi, khususnya di wilayah Kota Semarang, dengan menerapkan program bantuan keluarga untuk mempercepat penurunan angka stunting, (Aryanto, 2021) karena pemberian asupan gizi yang sehat bagi ibu hamil dan anak merupakan hal yang sangat penting. Pemerintah Kota Semarang telah menetapkan delapan aksi konvergensi untuk memperkuat efektivitas intervensi mulai dari perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan evaluasi. Hal ini dikarenakan jumlah kasus stunting di Indonesia, khususnya di Kota Semarang semakin meningkat, dan asupan gizi yang baik bagi ibu hamil dan balita menjadi salah satu hal yang perlu mendapat perhatian. Aksi tersebut berdasarkan pada Peraturan Presiden Nomor 79 Tahun 2021 tentang Percepatan Penanggulangan Stunting (BPK RI, 2019).

Mengacu pada permasalahan diatas, kami mahasiswi program studi D3 Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang ingin menciptakan suatu inovasi yakni inovasi bakpao dan jus olahan protein hewani sebagai upaya nutrisi pencegahan stunting yang mana didalamnya kaya akan berbagai macam vitamin, serat, kalsium, protein, folat, potassium, dan juga magnesium.

Mangsa pasar yang akan dibidik untuk usaha bakpao dan jus proni cegah stunting ini adalah ibu hamil dan juga balita. Untuk pemasaran akan dilakukan dengan menyetorkan produk ke posyandu, puskesmas, serta kantin sekolah TK mengingat di lokasi-lokasi tersebut

akan lebih mudah untuk menjangkau target mangsa pasar. Bakpao paoprni dengan isian ayam diperlukan untuk ibu hamil sebagai tambahan asupan protein hewani. Alasan kami memilih isian daging ayam karena lebih terjangkau dibanding daging sapi yang mahal dan tidak selalu bisa dikonsumsi setiap hari karena kadar kolesterolnya, ada baiknya jika memenuhi protein yang mudah didapat seperti daging ayam sehingga mudah di produksi(Suryana, 2020).Sedangkan jus proni yang terbuat dari susu sapi dan pisang kami memilih pisang sebagai bahan jus karena memiliki banyak manfaat kesehatan yang luar biasa, rasanya yang lezat sebagai pemanis alami yang dipadukan dengan susu sapi murni, ketahanan pisang setelah dibuat jus jika ditaruh di kulkas sebaiknya tidak lebih dari 24 jam (Junus et al., 2022). Jus proni ini menggunakan kemasan botol jus plastik ukuran 200 ml sehingga lebih praktis dan lebih menarik karena dapat terlihat bentuk bakpao didalamnya dan juga jus yang tampak segar dan juga sehat.

METODE DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pembuatan Paoprni dan Jus Proni dimulai dengan melakukan kunjungan ke desa binaan untuk melakukan koordinasi.Setelah itu tim melakukan sosialisai tentang apa itu stunting dan cara dalam pembuatan Paoprni dan Jus Proni untuk mencegah stunting pada balita dan ibu hamil.Kegiatan ini kemudian dilanjutkan dengan pembuatan Paoprni dan Jus Proni yang nantinya diharapkan dapat menunjang pemasaran produk Paoprni dan Jus Proni yang dapat membantu mencegah stunting pada balita dan ibu hamil.

Alat dan bahan Paoprni meliputi:

1. Alat
Tabung gas,kukusan,baskom,kocokan,wadah,mika plastik
2. Bahan
Ayam,labu kuning,mentega,gula pasir,baking powder,ragi,garam,daun bawang,wortel,bawang bombay,tepung terigu,air

Alat dan bahan Jus Proni meliputi :

1. Alat:
Blender,botol plastik ukuran 200 ml,pisau
2. Bahan
Susu sapi murni,buah pisang ambon

Proses pembuatan paoprni :

1. Mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk membuat Paoprni
2. Membuat adonan dilakukan dengan mencampur tepung terigu,mentega,labu kuning yang sudah di rebus,gula pasir,ragi,garam,baking powder,dan air secukupnya kemudian aduk sampai kalis.
3. Setelah adonan tercampur dengan merata kemudian pindahkan kedalam wadah lalu tutup dan biarkan adonan sampai mengembang.
4. Untuk membuat isian dari paoprni tumis daun bawang,bawang bombay,wortel dan ayam yang sudah dipotong dadu kecil.
5. Jika adonan Paoprni sudah mengembang lalu bagi menjadi beberapa bagian setelah itu bentuk adonan dan masukan ayam dan sayur yang sudah ditumis.
6. Kukus bakpao kurang lebih selama 15-20 menit
7. Setelah matang kemudian pindahkan ke wadah lalu diamkan sampai dingin
8. Jika sudah dingin bakpao bisa dikemas.

Proses pembuatan jus proni :

1. Mempersiapkan alat dan bahan yang akan digunakan untuk membuat Jus Proni
2. Potong-potong buah pisang kemudian masukkan kedalam blender
3. Tuangkan susu sapi segar secukupnya kedalam blender

4. Jika bahan-bahan sudah masuk semua kedalam blender kemudian blender sampai halus
5. Setelah itu tuangkan kedalam botol berukuran 200 ml
6. Paking produk

Dalam proses pemasaran produk paoprni ini kami akan bekerja sama dengan kantin sekolah/Puskesmas dan posyandu yang ada di Kota Semarang untuk mencegah terjadinya stunting di Kota Semarang. Kegiatan ini diharapkan akan terus berjalan agar dapat menurunkan angka stunting di kota Semarang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses pembuatan paoprni ini melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan alat dan bahan, mencampurkan bahan-bahan, mengisi dengan ayam dan sayur, membentuk adonan, mengukus serta paking produk.

Proses awal pembuatan produk paoprni ini dimulai dengan mencampurkan tepung terigu dengan ragi, mentega, labu kuning yang sudah di rebus, gula pasir, ragi, garam, baking powder, dan air secukupnya kemudian aduk mix sampai kalis lalu masukkan kedalam wadah dan tutup untuk menunggu adonan mengembang kurang lebih 30-40 menit. Adonan bakpao yang dicampur ragi dan hasilnya akan mengembang karena ragi yang dimasukkan ke dalam campuran mengeluarkan gas CO₂ sehingga terdapat gelembung-gelembung udara yang membuat adonan bakpao dapat mengembang. Tujuan dari pencampuran adalah untuk membuat adonan yang sempurna agar adonan mengembang dan mempunyai tekstur yang lembut, pori-pori kecil, dan tidak bantat. Labu kuning sendiri digubakan untuk campuran adonan bakpao karena memiliki gizi yang baik serta dapat memberikan warna kuning alami pada bakpao serta menjadikan ciri khas rasa dari paoprni itu sendiri sehingga memiliki cita rasa yang berbeda dari bakpao lainnya.

Proses selanjutnya adalah proses menumis bahan-bahan yang akan digunakan untuk isian paoprni yaitu daun bawang, bawang bombay, wortel dan ayam yang sudah dipotong dadu kecil. Ayam dan wortel sendiri digunakan sebagai isian paoprni karena memiliki gizi yang baik untuk digunakan sebagai makanan untuk mencegah stunting. Bahan-bahan tersebut ditumis sampai matang.

Setelah adonan mengembang dengan baik mulai masuk kedalam tahap pembentukan yaitu adonan dibagi beberapa bagian dan dibentuk bulat-bulat kemudian masuk kedalam tahap pengisian yaitu adonan yang sudah dibentuk diisi ayam dan sayur yang sudah ditumis tadi. Kemudian adonan yang sudah terisi dikukus kurang lebih selama 15-20 menit dan tutup kukusan harus dilapisi dengan kain agar air tidak menetes ke bakpao. Jika bakpao sudah matang bisa di diamkan sampai dingin terlebih dahulu dan bisa di paking dengan mika plastik lalu dipasang logo brand dan siap pasarkan.

Hasil uji sensori parameter warna paoprni memiliki warna kuning alami, memiliki rasa gurih, tekstur lembut, aroma labu kuning, dan memiliki kenampakan yang menarik

Uji parameter warna, Paoprni memiliki warna kuning alami yang berasal dari labu kuning sehingga tidak memerlukan pewarna makanan lagi untuk memberikan warna pada Paoprni.

Uji parameter rasa, Paoprni memiliki rasa manis dan gurih, rasa manis berasal dari roti paoprni dan rasa gurih berasal dari ayam dan sayur sebagai isiannya.

Uji parameter tekstur, Paoprni memiliki tekstur yang lembut, tekstur lembut ini karena pencampuran dengan ragi.

Uji parameter aroma, Paoprni memiliki aroma labu kuning karena pencampuran dengan labu kuning.

Uji parameter kenampakan, Paoprni memiliki kenampakan yang menarik dengan warna kuning sehingga akan menarik perhatian konsumen.

Tabel 1. Hasil Uji Sensori Parameter Paoprni

| Parameter | Hasil Uji Sensori |
|------------|-------------------|
| Warna | Kuning |
| Rasa | Manis dan gurih |
| Tekstur | Lembu |
| Aroma | Labu kuning |
| Kenampakan | Menarik |

Pada proses pembuatan Jus Proni sendiri sama prosesnya seperti membuat jus pada umumnya yaitu dengan persiapan alat dan bahan yang akan digunakan untuk membuat jus proni kemudian potong pisang ambon beberapa bagian tujuannya adalah agar mempermudah saat proses pemblenderan. Kemudian campurkan susu sapi murni kedalam blender. Kami menggunakan pisang ambon karena pisang ambon sangat cocok jika dicampur dengan susu dan pisang ambon dapat menjadi pemanis alami sehingga tidak perlu memakai gula lagi. Setelah tercampur jus bisa dimasukkan kedalam botol ukuran 200 ml lalu diberi logo brand dan jus proni siap di pasarkan.

SIMPULAN

Proses pembuatan paoproni melalui beberapa tahap yaitu tahap persiapan alat dan bahan, mencampurkan bahan-bahan, Mengisi dengan ayam dan sayur, membentuk adonan, mengukus serta paking produk. Hasil uji sensori parameter warna paoproni memiliki warna kuning alami, memiliki rasa gurih, tekstur lembut, aroma labu kuning, dan memiliki kenampakan yang menarik. Proses pembuatan jus proni sendiri yaitu melalui tahap persiapan alat dan bahan, pemotongan pisang, pencampuran dengan susu sapi murni lalu pemblenderan dan yang terakhir proses pengemasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryanto. (2021, December 7). *Percepatan Penurunan Stunting*. BKKBN Perwakilan Jawa Tengah Rekrut 21.931 Tim Pendamping Keluarga.
- BPK RI. (2019). Peraturan Gubernur Jawa Tengah Nomor 34 Tahun 2019 Tentang Percepatan Pencegahan Stunting di Provinsi Jawa Tengah.
- Junus, N., Karlin J. Mamu, Pisang, B., Pencegah, M., Berdasarkan, S., Menteri, P., Nomor, K., Junus, N., & Mamu, K. J. (2022). *Pelatihan Pemanfaatan Buah Pisang sebagai Makanan Pencegah Stunting berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang di Desa Lamu*. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/dassein/>.
- Kemenkes RI. (2019). *Buletin Stunting Di Indonesia*. Jakarta, Indonesia.
- Pemerintah Kota Pontianak. (2023, July 14). *Ciri-Ciri Anak Mengalami Stunting*. <https://dppkbpppa.pontianak.go.id/informasi/berita/ciri-ciri-anak-mengalami-stunting>.
- PPID Semarang Kota. (2024, January 18). *Upaya Penurunan Angka Stunting Di Kota Semarang*.
- Promkes Dinkes Kota Bandung. (2024, February 26). *Mengenal Stunting dan Dampaknya Pada Pertahanan Anak*. Dinas Kesehatan Kota Bandung. <https://dinkes.bandung.go.id/mengenal-stunting-dan-dampaknya-pada-pertumbuhan-anak/#:~:text=Stunting%20adalah%20kondisi%20yang%20ditandai,nutrisi%20selama%20masa%20pertumbuhan%20anak>.
- Suryana, A. (2020). Pangan Lokal untuk Ketahanan Pangan dan Gizi Masyarakat Pada masa Pandemi Covid - 19 . Kementerian Pertanian Pusat Sosial Ekonomi Dan Kebijakan Pertanian. <https://pse.litbang.pertanian.go.id/ind/index.php/covid-19/opini/417-pangan-lokal-untuk-ketahanan-pangan-dan-gizi-masyarakat-pada-masa-pandemi-covid19#!/ccomment>.
- Sutarto, S. T. T. , M. D. , & I. R. (2019). *Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya*. Agromedicine

Unila, 540-545.