

MENINGKATKAN KESEHATAN MASYARAKAT MELALUI KONSUMSI SOTO AYAM KAMPUNG PANTI ASUHAN BERKAH AR-RAHIM, KELURAHAN GUNUNG LINGKAS, TARAKAN

Nurul Hidayat¹, Nirwandi², Nabila Ibrahim³, Fitria Oktaviani⁴, Lia Roslianti⁵, Ridho Syaputra⁶,
Indah Chaerunnisa⁷, Hana Nurrahma⁸

¹Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Borneo Tarakan, Tarakan

²³⁴⁵⁶⁷⁸ Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi, Universitas Borneo Tarakan, Tarakan

Email Korespondensi : ¹nurul.hidayat8910@gmail.com

Article History:

Received: September 20th, 2024

Revised: December 10th, 2024

Published: December 12th, 2024

Abstract: *Kampung Chicken, also called Gallus gallus domesticus, is a non-breed chicken cultivated in Indonesia. During the growing period, free-range chickens can be given a ration containing crude protein greater than or equal to 18%. Apart from protein, fat is needed by chickens to increase efficiency in using rations as a source of energy which is higher than carbohydrates and has a role in calcium absorption. The free-range chicken processing program is in the form of free-range chicken soup for the children of the Berkah Ar - Rahim Orphanage, Gunung Lingkas Village, Tarakan. Improving Community Health is one of the important efforts to improve the quality of life, especially for children in orphanages who face limited nutrition. This service activity was carried out at the Berkah Ar - Rahim Orphanage, Gunung Lingkas Village, Tarakan City, North Kalimantan Province on September 21 2024 at 08.00 – 16.00 WITA. Soto ayam, as a traditional Indonesian food that is rich in protein and nutrients, is expected to provide adequate nutritional intake for the children at the Berkah Ar - Rahim Orphanage. This program can be developed by combining social culture in its implementation, such as learning the values of togetherness and mutual cooperation.*

Keywords: *Kampung Chicken, Kampung Chicken Soto, Berkah Ar - Rahim Orphanage*

Abstrak

Ayam Kampung, disebut juga Gallus gallus domesticus merupakan ayam bukan ras yang dibudidayakan di Indonesia. Ayam kampung pada masa pertumbuhan dapat diberikan ransum yang mengandung protein kasar lebih besar atau sama dengan 18%. Selain protein, lemak dibutuhkan ayam untuk meningkatkan efisiensi dalam penggunaan ransum sebagai sumber tenaga yang lebih tinggi dari karbohidrat dan mempunyai peran dalam penyerapan kalsium, Program pengolahan ayam kampung berupa soto ayam kampung kepada anak-anak Panti Asuhan Berkah Ar – Rahim Kelurahan Gunung Lingkas, Tarakan. Peningkatan Kesehatan Masyarakat adalah salah satu upaya penting dalam meningkatkan kualitas hidup khususnya bagi anak-anak panti asuhan yang menghadapi keterbatasan nutrisi, Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Panti Asuhan Berkah Ar –

Rahim Kelurahan Gunung Lingkas, Kota Tarakan, Provinsi Kalimantan Utara pada 21 September 2024 pukul 08.00 – 16.00 WITA. Soto ayam, sebagai makanan tradisional Indonesia yang kaya akan protein dan nutrisi, diharapkan dapat memberikan asupan gizi yang memadai bagi anak-anak di Panti Asuhan Berkah Ar – Rahim. Program ini bisa dikembangkan dengan memadukan sosial budaya dalam pelaksanaannya seperti, pembelajaran nilai kebersamaan serta gotong royong.

Kata Kunci: Ayam Kampung, Soto Ayam Kampung, Panti Asuhan Berkah Ar - Rahim

PENDAHULUAN

Anak-anak dengan status gizi kurang masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia (Kalma Lailani & Yulastri, 2022). Kurang gizi akan berdampak pada perkembangan otak dimana hubungan tersebut juga berkaitan dengan kemampuan berpikir. Anak yang mengalami status gizi kurang, secara langsung akan berpengaruh pada perkembangan motorik. Hal tersebut didukung dengan penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara status gizi dengan perkembangan motorik kasar pada anak usia prasekolah sehingga perlu dilakukan tindakan untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak yaitu dengan memberikan asupan gizi yang seimbang kepada anak seperti memberikan kalori, protein dan vitamin, yodium, zat besi dan mineral lainnya (Papotot et al., 2021)

Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi. Tak satu pun jenis makanan yang mengandung semua zat gizi, yang mampu membuat seseorang untuk hidup sehat, tumbuh kembang dan produktif. Oleh karena itu, setiap orang perlu mengonsumsi aneka ragam makanan; kecuali bayi umur 0-4 bulan yang cukup mengonsumsi Air Susu Ibu (ASI) saja. Bagi bayi 0-4 bulan, ASI adalah satu-satunya makanan tunggal yang penting dalam proses tumbuh kembang dirinya secara wajar dan sehat. Makan makanan yang beranekaragam sangat bermanfaat bagi kesehatan. Makanan yang beraneka ragam yaitu makanan yang mengandung unsur-unsur zat gizi yang diperlukan tubuh baik kualitas maupun kuantitasnya, dalam pelajaran ilmu gizi biasa disebut triguna makanan yaitu, makanan yang mengandung zat tenaga (Kalma Lailani & Yulastri, 2022).

Salah satu bahan makanan yang baik untuk asupan nutrisi anak adalah daging ayam. Pasalnya, daging ayam punya banyak manfaat untuk tumbuh kembang dan kesehatan anak-anak. Mengonsumsi daging ayam dalam pola makan mereka adalah pilihan yang baik dan daging ayam adalah sumber protein hewani yang berkualitas tinggi.

Protein adalah pondasi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan otot, tulang, serta jaringan tubuh lainnya pada anak-anak dan protein yang terkandung dalam daging ayam juga mengandung asam amino esensial yang diperlukan oleh tubuh. Untuk fungsi yang optimal dan agar kandungan protein yang didapat maksimal, pastikan beri bagian dada pada anak, karena bagian tersebut rendah lemak namun tinggi protein.

Gizi kurang pada anak masih menjadi masalah kesehatan dunia dan dianggap sebagai salah satu penyebab utama peningkatan morbiditas dan mortalitas (Ansuya, B et al., 2023) (Ati &

Agustina, 2023). Menurut WHO, lebih dari 155 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting (22,9%), 41 juta kelebihan berat badan (6%), dan 52 juta kekurangan berat badan (7,2%) (Development Initiatives, 2018). Menurut data UNICEF, sekitar satu dari sepuluh anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting atau pendek untuk usia mereka. Anak-anak obesitas atau kelebihan berat badan merupakan seperlima dari siswa sekolah dasar (UNICEF Indonesia, 2019)

Fenomena gizi buruk dapat terjadi seiring dengan berbagai macam faktor yang melatarbelakangi timbulnya masalah gizi, baik dari faktor kesehatan, pendidikan, pengetahuan, kesadaran gizi, lingkungan, hingga asupan gizi yang diperoleh oleh balita. Oleh karena itu, diperlukan suatu upaya melalui program intervensi, edukasi dan promosi kesehatan untuk menurunkan risiko terjadinya gizi buruk pada balita (Lestari, 2022)

Daging ayam merupakan sumber protein hewani yang paling direkomendasikan oleh para ahli gizi sebagai pemenuhan sumber protein hewani, karena daging ayam merupakan sumber protein hewani yang bernilai tinggi dan dapat memenuhi kebutuhan bayi dan balita selama proses pertumbuhan dan perkembangannya.

Daging ayam kampung diyakini memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Pasalnya, cara pemeliharaannya masih alami tanpa adanya bahan-bahan kimia. Protein adalah zat pembangun yang penting bagi kesehatan tubuh. Selain itu, protein juga menjadi sumber energi yang dapat menghasilkan sekitar 4 kkal dari 1 gram protein. Maka dari itu, sumber nutrisi yang satu ini tidak boleh dilewatkan. Apalagi protein pada ayam kampung menjadi solusi bagi anak-anak.

Di Indonesia terkait tumbuh kembang anak masih perlu diperhatikan lebih serius karena masih cukup tingginya angka keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan (Kalma Lailani & Yulastri, 2022) Anak menjadi salah satu fokus utama dalam suatu negara, ini menjadikan anak mendapat perhatian besar khususnya di Indonesia (Munawaroh et al., 2022)

Mengatasi stunting atau keterbatasan gizi memerlukan upaya yang komprehensif dan terkoordinasi dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, organisasi non-pemerintah, dan masyarakat. Dengan meningkatkan akses dan kualitas gizi, pendidikan gizi, layanan kesehatan, serta sanitasi, diharapkan angka stunting di Indonesia dapat ditekan dan anak-anak Indonesia dapat tumbuh sehat serta berkembang dengan optimal.

Orang tua memiliki peranan yang sangat penting dalam pemenuhan gizi anak, agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai tahap usianya dan terhindar dari masalah gizi salah satunya stunting dan keterbatasan gizi (Munawaroh et al., 2022)

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Panti Asuhan Berkah Ar-Rahim, yang terletak di Kelurahan Gunung Lingkas, Kota Tarakan, Provinsi Kalimantan Utara, pada tanggal 21 September 2024, dari pukul 08.00 hingga 16.00 WITA. Kegiatan memasak dilakukan di rumah Nabila Ibrahim di Kampung Bugis Dalam.

Metode Kegiatan:

1. Doa Bersama: Kegiatan dimulai dengan doa bersama untuk memohon kelancaran

dan keberkahan dalam aktivitas hari itu.

2. Kuis dan Tanya Jawab: Anak-anak berpartisipasi dalam kuis seputar gizi, di mana mereka ditantang untuk menyebutkan nutrisi penting yang terkandung dalam soto ayam kampung. Tanya jawab ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman anak-anak tentang pentingnya gizi.
3. Praktik Memasak: Anak-anak diajak untuk memasak soto ayam kampung, sehingga mereka dapat langsung melihat dan merasakan manfaat dari bahan-bahan yang digunakan.

Selama kegiatan berlangsung, dokumentasi dilakukan dengan mengambil gambar dan merekam video. Alat yang digunakan untuk mendokumentasikan aktivitas ini adalah kamera ponsel, yang memungkinkan pengambilan gambar secara langsung dan mudah. Dokumentasi ini bertujuan untuk menciptakan arsip kegiatan serta untuk memberikan laporan tentang aktivitas yang telah dilaksanakan.

Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa rangkaian yang dirancang untuk menciptakan momen kebersamaan dan berbagi. Pertama, kegiatan diawali dengan pengenalan diri dari masing-masing anak panti. Setiap anak diperkenankan untuk menyebutkan nama, umur, nama sekolah, dan kelas mereka. Ini bertujuan untuk membangun rasa saling mengenal dan kebersamaan di antara peserta. Setelah sesi pengenalan, kegiatan dilanjutkan dengan doa bersama yang dipimpin oleh salah satu anak panti, yaitu Darma. Doa bersama ini diharapkan dapat memberikan suasana yang penuh harapan dan kebersamaan, serta memohon keberkahan atas kegiatan yang sedang berlangsung.

Setelah doa, kami melanjutkan dengan kuis tanya jawab. Kuis ini tidak hanya menguji pengetahuan anak-anak, tetapi juga dirancang untuk menghibur dan melibatkan mereka secara aktif. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan berkaitan dengan pengetahuan umum, cerita-cerita inspiratif, dan juga pelajaran yang mereka dapatkan di sekolah. Anak-anak panti terlihat antusias dan bersemangat menjawab pertanyaan, menciptakan suasana yang ceria dan penuh tawa.

Selanjutnya, kegiatan berlanjut dengan permainan yang melibatkan semua anak panti. Permainan ini dirancang untuk meningkatkan kerja sama dan keakraban di antara mereka. Dengan bermain bersama, mereka tidak hanya bersenang-senang, tetapi juga belajar untuk saling mendukung dan menghargai satu sama lain.

Setelah rangkaian kegiatan tersebut, kami membagikan kotak makanan yang berisi soto ayam kampung kepada setiap anak panti. Makanan ini dipilih dengan cermat untuk memberikan kelezatan dan kehangatan. Proses pembagian berlangsung dengan penuh suka cita, di mana setiap anak tampak senang menerima makanan yang telah disiapkan dengan penuh kasih.

Kegiatan ditutup dengan sesi dokumentasi, di mana kami mengabadikan momen-momen berharga yang terjadi selama acara. Semua peserta berkumpul untuk berfoto bersama sebagai kenang-kenangan. Sebagai penutup, kami mengucapkan hamdalah secara bersama-sama, sebagai ungkapan syukur atas kesempatan dan kebersamaan yang telah terjalin.

Secara keseluruhan, kegiatan ini dilaksanakan secara teknis oleh mahasiswa sebagai sebuah tim pengabdian, yang didampingi oleh dosen mata kuliah sebagai pengarah dalam pelaksanaan

kegiatan. Kerja sama ini tidak hanya memberikan pengalaman berharga bagi mahasiswa, tetapi juga menciptakan dampak positif bagi anak-anak panti, yang menjadi pusat perhatian dan kasih sayang dalam acara ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pengabdian ini, terdapat 12 anak Panti Asuhan Berkah Ar-Rahim dan 1 orang ibu panti, serta diikuti oleh 7 anggota kelompok pengabdian. Dari pengamatan yang dilakukan, terlihat bahwa sebagian besar peserta sangat menyukai soto ayam kampung. Hal ini terbukti dengan habisnya kotak makanan yang kami bagikan, tanpa ada yang tersisa. Keterlibatan anak-anak dalam menikmati makanan ini menciptakan suasana yang ceria dan hangat.

Selama proses memasak, anggota kelompok pengabdian menunjukkan kemampuan yang baik dalam memahami langkah-langkah pembuatan soto ayam kampung. Mereka tidak hanya menyimak, tetapi juga berpartisipasi aktif dalam praktik memasak. Kegiatan ini memberikan kesempatan bagi anggota kelompok untuk belajar dan mengembangkan keterampilan kuliner yang berguna, baik untuk diri mereka sendiri maupun dalam konteks kewirausahaan di masa depan.

Kuis tanya jawab yang dilaksanakan seputar gizi juga memberikan pengetahuan baru bagi anak-anak mengenai pentingnya nilai protein dalam diet mereka. Dengan pengetahuan ini, diharapkan anak-anak dapat lebih memahami kebutuhan nutrisi mereka, serta mencegah masalah gizi yang mungkin terjadi. Kegiatan ini tidak hanya bersifat edukatif, tetapi juga mendorong anak-anak untuk lebih peduli terhadap kesehatan mereka.

Pelatihan memasak soto ayam kampung dalam kegiatan pengabdian ini memberikan peluang bagi mahasiswa untuk meningkatkan keterampilan memasak mereka. Dengan terciptanya keahlian dalam membuat soto ayam kampung, mahasiswa dapat mempertimbangkan untuk mendirikan usaha berbasis makanan, yang dapat menjadi sumber pendapatan di masa depan. Ini menjadi salah satu bentuk pemberdayaan yang diharapkan dapat bermanfaat jangka panjang.

Acara pembagian makanan dan kumpul bersama dalam kegiatan ini juga berhasil meningkatkan rasa kepedulian antar sesama di antara anak-anak Panti Asuhan Berkah Ar-Rahim, yang berlokasi di Kelurahan Gunung Lingkas, Kota Tarakan. Momen kebersamaan ini tidak hanya mempererat hubungan antar anak panti, tetapi juga menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan mendukung. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi contoh positif untuk terus menjalin hubungan baik di antara mereka, serta menumbuhkan rasa empati dan solidaritas.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan manfaat dalam bentuk makanan dan pelatihan, tetapi juga menciptakan pengalaman berharga bagi semua peserta yang terlibat. Keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan ini menumbuhkan kesadaran akan pentingnya pengabdian kepada masyarakat, sekaligus memperkuat komitmen mereka untuk berkontribusi positif dalam lingkungan sosial.

LAMPIRAN



Gambar 1. Banner Pengabdian



Gambar 2. Proses Menyiapkan Bahan



Gambar 3. Pelatihan oleh Peserta



Gambar 4. Pembuatan Kuah Soto



Gambar 5. Proses Menata ke box



Gambar 6. Perkenalan dengan anak anak dan berdoa bersama



Gambar 7. Bermain Kuis Tanya Jawab berurut



Gambar 8. Pembagian makanan secara



Gambar 9. Foto Bersama warga Panti Asuhan



Gambar 10. Foto anggota kelompok 2

KESIMPULAN

Pengabdian kepada Masyarakat ini berhasil meningkatkan kesadaran tentang konsumsi soto ayam kampung sebagai makanan bergizi. Kegiatan ini tidak hanya memperkenalkan soto ayam kampung, tetapi juga memberikan informasi mengenai pentingnya nutrisi yang terkandung di dalamnya. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilanjutkan untuk memperkenalkan kuliner tradisional lainnya yang kaya gizi, serta meningkatkan pola makan sehat di masyarakat secara keseluruhan.

Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan kesadaran akan pentingnya konsumsi makanan bergizi semakin meningkat, tidak hanya di kalangan anak-anak panti asuhan, tetapi juga

masyarakat luas. Kami percaya bahwa dengan melanjutkan program-program pengabdian serupa, kita dapat memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat melalui pola makan sehat dan pemanfaatan kuliner tradisional.

DAFTAR REFERENSI

- Ansuya, B, Nayak, B. S., B, U., N, R., N, S. Y., & Mundkur, S. C. (2023). Impact of a home-based nutritional intervention program on nutritional status of preschool children: a cluster randomized controlled trial. *BMC Public Health*, 23(1), 51. <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14900-4>
- Ati, E. P., & Agustina, R. (2023). Studi Deskriptif Permasalahan Status Gizi Pada Anak Usia 6-24 Bulan Di Kota Manado. 1(3), 184-190. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i3.422>
- Development Initiatives. (2018). 2018 Global Nutrition Report: Shining a light to spur Action on nutrition.
- Generasi Maju. (2021). Asupan gizi: Nutrisi seimbang. Diakses pada 21 November 2024, pukul 21.29, dari <https://www.generasimaju.co.id/artikel/1-tahun/nutrisi-makanan/asupan-gizi-nutrisi-seimbang>
- Kalma Lailani, F., & Yulastri, A. (2022). Literature Riview: Problems Related to Malnutrition: Causes, Effects, and Countermeasures. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(2). <https://doi.org/10.36086/jgk.v2i2>
- Lestari, D. P. (2022). Upaya Pencegahan Risiko Gizi Buruk pada Balita: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 532. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1828>
- Lembaga Penyiaran Publik Radio Republik Indonesia. (2024, July 09). Manfaat daging ayam untuk tumbuh kembang anak. Diakses pada 21 November 2024, pukul 21.00, dari <https://www.rri.co.id/kesehatan/813758/manfaat-daging-ayam-untuk-tumbuh-kembang-anak>.
- Munawaroh, H., Khoirun Nada, N., & Hasjiandito, A. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun (Vol. 3, Issue 2). <http://e-journal.ivet.ac.id/index.php/sc>
- NU Online. (2023, 21 April). Sedikit toksin hingga baik untuk pertumbuhan anak, ini resep garang asam ayam kampung. Diakses pada 21 November 2024, pukul 21.15, dari <https://www.nu.or.id/kesehatan/sedikit-toksin-hingga-baik-untuk-pertumbuhan-anak-ini-resep-garang-asam-ayam-kampung-0V0lq>.
- Papotot, G. S., Rompies, R., & Salendu, P. M. (2021). Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak. *Jurnal Biomedik:JBM*, 13(3), <https://doi.org/10.35790/jbm.13.3.2021.31830>

- Pemerintah Kabupaten Banyumas. (2024). Mengatasi stunting: Tantangan dan solusi bagi kesehatan anak Indonesia. Diakses pada 21 November 2024, pukul 21.45 dari <http://puskesmas1ajibarang.banyumaskab.go.id/news/48301/mengatasi-stunting-tantangan-dan-solusi-bagi-kesehatan-anak-indonesia>.
- Poultry Indonesia. (2019, 31 Juli). Daging ayam bantu atasi gizi buruk anak bangsa. Diakses pada 21 November 2024, pukul 21.05, dari <https://www.poultryindonesia.com/id/daging-ayam-bantu-atasi-gizi-buruk-anak-bangsa/>.
- Siloam Hospitals. (2024, Agustus 22). Makanan berprotein tinggi. Diakses pada 21 November 2024, pukul 22.00, dari <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/makanan-berprotein-tinggi>.
- Surat Dokter. (2024, 28 Januari). Benarkah ayam kampung lebih sehat dikonsumsi dibandingkan ayam broiler? Ayo kenali faktanya. Diakses pada 21 November 2024, pukul 21.23, dari <https://www.suratdokter.com/makanan-sehat/amp/1484043282/benarkah-ayam-kampung-lebih-sehat-dikonsumsi-dibandingkan-ayam-broiler-ayo-kenali-faktanya>.
- UNICEF Indonesia. (2019). Status Anak Dunia
- Universitas An-Nur. (2024, April 2). Keistimewaan ayam kampung dibandingkan dengan ayam pedaging lainnya. Diakses pada 21 November 2024, pukul 22.45, dari <https://an-nur.ac.id/blog/keistimewaan-ayam-kampung-dibandingkan-dengan-ayam-pedaging-lainnya.html>.