

## PEMBENTUKAN “MPOK DARTING” SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN MASYARAKAT LABUHAN BAJO DALAM MENGGONSUMSI GARAM BERYODIUM

Khatimah, Fitri Asriyanti, Yulianti, Dwi Mardhia\*

Universitas Samawa, Sumbawa Besar, Indonesia

Email: [kemang.kuneng@gmail.com](mailto:kemang.kuneng@gmail.com)

---

### ABSTRAK

Berdasarkan data tim koordinasi penanggulangan GAKY bahwa hanya sebesar 23 % masyarakat di desa Labuhan Bajo yang mengonsumsi garam beryodium. Rendahnya tingkat konsumsi garam beryodium dikarenakan kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Desa Labuhan Bajo juga termasuk kategori zona merah (masalah berat) kasus stunting (37,09 % angka kejadian stunting). Kejadian stunting salah satunya diakibatkan oleh konsumsi garam tidak beryodium. Sebagian besar masyarakat di Labuhan Bajo mengonsumsi garam krosok, sehingga 2 dari 3 bayi lahir di Labuhan Bajo beresiko terkena GAKY khususnya stunting. Mengingat tingginya angka stunting di desa Labuhan Bajo, maka perlu dilakukan kegiatan penyuluhan, pembentukan kelompok dan pendampingan dalam meningkatkan kepedulian dan pengetahuan masyarakat untuk mengonsumsi garam beryodium. Kelompok yang terbentuk disebut MPOK DARTING (Kelompok Sadar Stunting), akan menjadi agent penerus keberlanjutan program PKM ini sehingga cakupan masyarakatnya semakin luas dan semakin banyak masyarakat yang tahu dan sadar akan pentingnya mengonsumsi garam beryodium. Hasil yang sudah dicapai yaitu (1) peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya mengonsumsi garam beryodium dan stunting, (2) video kegiatan, (3) publikasi koran dan media online, (4) buku panduan Mpok Darting, (5) terbentuknya Mpok Darting, (6) terdistribusinya garam beryodium pada setiap kegiatan mpok darting.

**Kata Kunci** – garam beryodium, mpok darting, stunting

---

Tanggal Diterima: Mei 2019

Tanggal Publikasi: Juni 2019

---

### I. PENDAHULUAN

Masyarakat mitra yang menjadi sasaran utama program pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu rumah tangga di Desa Labuhan Bajo yang terletak di Kecamatan Utan, Kabupaten Sumbawa, Provinsi NTB. Jumlah perempuan di desa Labuhan Bajo 943 jiwa. Dilihat dari tingkat pendidikan maka sebagian besar merupakan tamatan Sekolah Dasar (SD) atau Sekolah Menengah Pertama (SMP). Berdasarkan pendidikan yang ditempuh menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dan kesadaran mengenai konsumsi garam beryodium masih rendah. Sementara ibu-ibu yang menjadi mitra memiliki peran penting dalam keluarga.

Dimana ibu-ibu rumah tangga atau kelompok ibu-ibu PKK yang memenuhi kebutuhan gizi terutama dalam penggunaan bumbu dapur untuk segala makanan yang disajikan, salah satunya garam. Garam yang digunakan yaitu garam krosok. Banyaknya ibu-ibu yang mengonsumsi garam krosok dikarenakan harga yang murah dan merupakan garam hasil produksi kepala keluarga mereka yang bekerja sebagai petambak garam. Mereka belum mengetahui pentingnya yodium dalam garam. Berdasarkan wawancara dengan perwakilan ibu rumah tangga di desa Labuhan Bajo menyatakan bahwa garam itu yang penting asin sudah cukup. Ketika tim mencoba menanyakan tentang stunting,

mereka sama sekali tidak mengerti apa itu stunting. Sedangkan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh dinas kesehatan Kabupaten Sumbawa, desa Labuhan Bajo termasuk kategori zona merah (masalah berat) kasus stunting dengan persentase sebesar 37,09 % angka kejadian stunting. Oleh karena itu perlu dilakukan kegiatan dalam rangka meningkatkan kesadaran dan jumlah masyarakat yang mengkonsumsi garam beryodium sehingga mencegah tingginya angka kejadian stunting.

## II. SOLUSI/TEKNOLOGI

Kegiatan pelatihan dan pendampingan diperlukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengkonsumsi garam beryodium untuk mengurangi angka kejadian stunting. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Irwan (2017) kejadian *stunting* pada anak merupakan suatu proses kumulatif yang terjadi sejak kehamilan, masa kanak-kanak dan sepanjang siklus kehidupan khususnya pada masa didalam kandungan. Pada masa ini merupakan proses terjadinya *stunting* pada anak dan peluang peningkatan *stunting* terjadi dalam 2 tahun pertama kehidupan. Faktor asupan garam bryodium pada saat ibu sebelum dan selama kehamilan merupakan penyebab tidak langsung yang memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin khususnya stunting (Sapoetra, 2015). Dalam hal ini kejadian *stunting* banyak terjadi pada ibu yang megunakan garam tidak beryodium. Hal ini sesuai dengan Ariant (2013) Kekurangan asupan garam beryodium pada saat ibu hamil merupakan penyebab tidak langsung yang berpengaruh terhadap kejadian *stunting*. Berdasarkan permasalahan yang ditemui pada mitra program pengabdian ini, maka alternatif pemecahan masalah yang kami rumuskan adalah sebagai berikut:

- Penyuluhan yang bersifat penyadaran dan transfer IPTEK untuk membangkitkan motivasi dan pengetahuan masyarakat tentang perlunya mengkonsumsi garam beryodium serta pengetahuan tentang stunting;
- Adanya buku panduan gerakan sadar garam beryodium dan stunting yang dapat menjadi sumber bacaan masyarakat
- Membentuk kelompok sadar stunting (Mpok Darting) beranggotakan 10 orang yang merupakan ibu PKK dan kader posyandu yang akan menjadi agent yang meneruskan keberlanjutan kegiatan PKM
- Pembagian garam beryodium setiap pelaksanaan posyandu

Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan ini adalah (1) Sosialisasi; (2) Penyuluhan; (3) Pelatihan; (4) Penguatan kelompok dan aksi Mpok Darting; (5) Pendampingan; (6) Monitoring dan Evaluasi Kegiatan.

## III. HASIL DAN DISKUSI

### Lokasi Kegiatan Pengabdian

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Desa Labuhan Bajo yang terletak di Kecamatan Utan Kabupaten Sumbawa Provinsi NTB. Jarak dari lokasi PT Pengusul ke desa Mitra adalah  $\pm$  87.7 Km. Adapun peta lokasi kegiatan adalah sebagai berikut:



Gambar 1 Peta Lokasi Kegiatan

### Sosialisasi Kegiatan Pengabdian Kepada Pihak Pemerintah Desa Labuhan Bajo

Hasil yang diperoleh dari kegiatan sosialisasi ini ialah pihak pemerintah Desa Labuhan Bajo menerima dan memberi dukungan terhadap rencana penyuluhan dan pelatihan Mpok Darting. Hal tersebut dibuktikan dengan Adanya kesepakatan mengenai waktu pelaksanaan, penentuan peserta yang akan dilibatkan pada kegiatan serta fasilitasi lokasi kegiatan. Waktu pelaksanaan kegiatan yang disepakati adalah pada tanggal 18-25 Mei 2019. Ibu-ibu PKK Desa Labuhan Bajo yang dilibatkan secara aktif dalam kegiatan ini dipilih oleh pihak pemerintah Desa Labuhan Bajo berjumlah 10 orang.



Gambar 2 Sosialisasi Kegiatan

### Penyuluhan Mpok Darting

Kegiatan penyuluhan Mpok Darting dihadiri oleh 10 peserta. Kegiatan ini dilakukan dengan metode pemaparan materi yang dilanjutkan dengan tanya jawab. Penyuluhan dilaksanakan pada hari Sabtu 18 Mei 2019 di Aula Kantor Desa Labuhan Bajo. Sebelum dilaksanakan kegiatan sosialisasi, kami membagikan Pretest kepada peserta kegiatan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK terhadap kegiatan yang kami laksanakan. Setelah kegiatan berakhir kami juga membagikan Posttest sebagai upaya mengetahui tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK setelah adanya kegiatan



Gambar 3 Kegiatan Penyuluhan

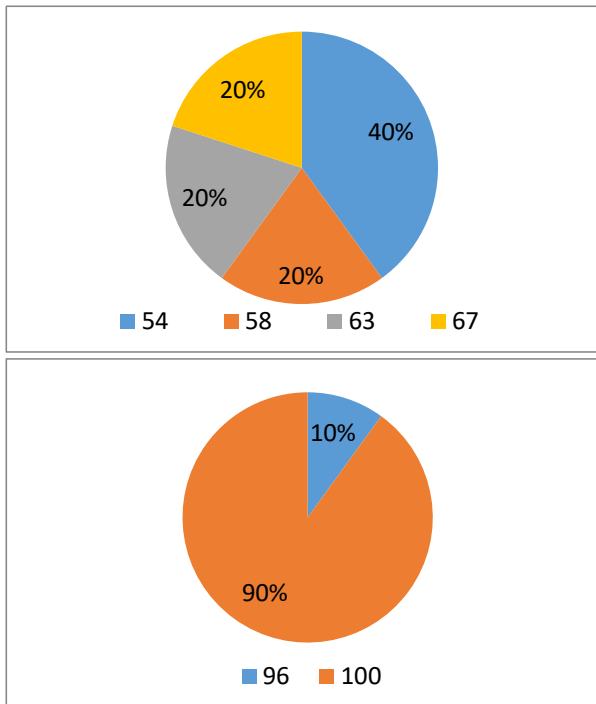
Kegiatan penyuluhan ini bertujuan memberikan edukasi secara teoritis mengenai stunting dan penyebab bahaya stunting, bahaya tidak mengkonsumsi garam beryodium, kadar garam beryodium, penjelasan mengenai manfaat garam beryodium dan dampak mengkonsumsi garam krosok.

Penilaian terhadap keberhasilan pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilihat dari kehadiran peserta dan hasil kuisioner yang disebarkan kepada peserta yang diberikan sebelum dan setelah pelaksanaan kegiatan (Mardhia dan Alia, 2018). Ditinjau dari tingkat kehadiran dan partisipasi peserta menunjukkan bahwa jumlah peserta yang hadir sesuai dengan jumlah awal yang disetujui yaitu sebanyak 10 orang. Peserta antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga hadir.

Hasil evaluasi kegiatan penyuluhan yang dilakukan melalui pretest dan posttest menunjukkan bahwa sebanyak 86 % peserta yang belum mengetahui stunting dan manfaat garam beryodium.

Hasil evaluasi terhadap pengetahuan peserta menunjukkan adanya peningkatan

rata-rata sebanyak 40,6 % dengan kondisi nilai rata-rata pretest adalah 59,2 sedangkan posttest adalah 99,6. Ini mengindikasikan bahwa penyampaian materi mudah dipahami oleh peserta dan peserta mengalami peningkatan pengetahuan.



Gambar 4 Perbandingan Hasil Pretest (atas) dan Posttest (bawah)

**Pelatihan Mengecek Kadar Yodium**

Tahap ini bertujuan untuk untuk mengetahui bagaimana cara menambahkan yodium dan mengecek kadar garam beryodium. Prosedur pengecekan kadar yodium yang diajarkan adalah yang manual dan secara otomatis menggunakan alat Yodmeter. Dalam tahap ini prosedur pembuatan garam beryodium skala rumah tangga adalah sebagai berikut:

- a) Mencuci garam krosok dengan menggunakan larutan pencuci (BRINE) yaitu merupakan air laut pekat sebelum dikristalkan menjadi garam natrium klorida (NaCl). Pencucian garam dilakukan hingga enam kali dengan cara memindahkan garam yang sudah dicuci pada tahap pertama ke wadah tahap kedua.

Demikian seterusnya. Wadah yang dapat digunakan adalah ember/nampan.

- b) Mengeringkan garam yang telah dicuci dengan cara meniriskan lalu garam tersebut di oven atau di sangria sehingga kadar airnya menjadi 5 %.
- c) Garam yang sudah kering kemudian diiodisasi dengan cara menambahkan yodium dengan formula garam :  $KIO_3$  : air pelarut = 20 kg : 10 gr : 25 cc.
- d) Garam yang sudah diiodisasi kemudian di cek kadar yodiumnya, kemudian disimpan kedalam wadah dan siap untuk dikonsumsi.

Adapun prosedur pengecekan kadar yodium secara manual adalah sebagai berikut:

- a) Menyiapkan alat dan bahanya itu tabung Erlenmeyer 300 cc pipet tetes, reagent A, reagen B, dan botol titrasi.
- b) Menimbang garam beryodium sebanyak 25 gram kemudian dimasukkan kedalam labu erlenmeyer.
- c) Menuang aquadest kedalam labu Erlenmeyer sebanyak C, kocok sehingga larutan bercampur dengan baik.
- d) Menuangkan reagent A sebanyak 5 tetes kedalam labu Erlenmeyer.
- e) Menuangkan reagent B ke dalam labu Erlenmeyer sebanyak 5 tetes, kemudian diaduk hingga larutan air garam berubah menjadi warna biru.
- f) Memasukkan reagent titrasi ke dalam jarum suntik sampai tabung jarum suntik tersebut terisi penuh dan perhatikan garis petunjuk (cc) pada jarum suntik.
- g) Memasukkan reagent titrasi pada jarum suntik, sambil memperhatikan berapa cc reagent titrasi yang dimasukan ke dalam labu Erlenmeyer.
- h) Apabila warna larutan garam yang berwarna biru pada labu Erlenmeyer sudah berubah ke warna semula (putih dan jernih) hentikan pengisian reagent filtasi.

- i) Menghitung dugaan yodium yang terlarut pada garam yang diuji dengan cara mengalirkan jumlah tetesan reagent titrasi yang dimasukkan ke dalam labu Erlenmeyer dengan angka yang terdapat pada botol reagent titrasi (7,27). Hasil perkalian tersebut menunjukkan jumlah kandungan yodium yang terdapat pada garam.



Gambar 5 Pelatihan pengecekan kadar beryodium

### Monitoring dan Evaluasi Kegiatan

Tahap evaluasi pelaksanaan program bertujuan untuk mengukur tingkat keberhasilan kegiatan PKM yang diterapkan. Tahap evaluasi meliputi evaluasi tiap tahap pelaksanaan kegiatan dan evaluasi secara keseluruhan. Evaluasi tiap tahap kegiatan dilakukan setelah selesainya tahapan kegiatan guna melihat tingkat keberhasilan dan menjadi bahan pertimbangan untuk kegiatan berikutnya. Evaluasi keseluruhan dilakukan setelah program atau kegiatan PKM selesai dilaksanakan. Evaluasi akan dilakukan pada beberapa hal sebagai berikut:

- 1) Tingkat partisipasi mitra pada setiap kegiatan.  
Evaluasi terhadap tingkat partisipasi ini akan dilakukan pada setiap rangkaian kegiatan dengan cara memonitoring dan mengevaluasi jumlah kehadiran mitra (peserta penyuluhan). Dari hasil evaluasi didapatkan bahwa partisipasi mitra sangat tinggi untuk kegiatan ini terbukti dengan tingkat kehadiran peserta sesuai dengan

yang diharapkan, disamping itu antusias mitra mengikuti kegiatan juga sangat besar dimana peserta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga kegiatan berakhir.

- 2) Tingkat pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya konsumsi garam beryodium dan pengetahuan tentang stunting

Evaluasi ini akan dilakukan pada tahap awal dan akhir kegiatan penyuluhan untuk meninjau tingkat pengetahuan mitra sebelum dan setelah diadakannya kegiatan PKM dengan metode kuesiner melalui pretest dan posttest.

- 3) Penguatan Mpok Darting dan Aksi Mpok Darting

Evaluasi ini dilaksanakan melalui kegiatan pendampingan untuk menguatkan kelompok dan membantu kelancaran pelaksanaan Aksi Mpok Darting. Evaluasi juga dilakukan untuk menggali permasalahan-permasalahan yang dihadapi kelompok.

### PENUTUP

Ketercapaian target luaran kegiatan dibuktikan dengan pencapaian program yang terlaksana sebagai berikut:

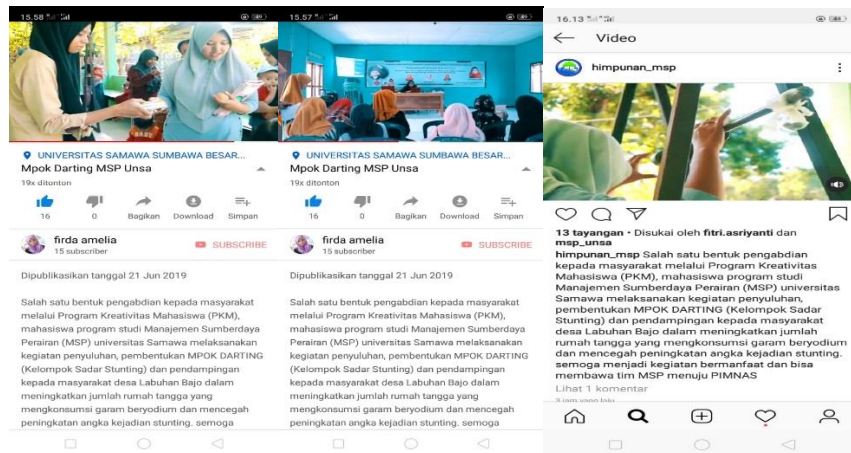
- 1) Terbentuknya Mpok Darting (Kelompok Sadar Stunting)



Gambar 6 Mpok Darting

- 2) Peningkatan pengetahuan ibu-ibu PKK Desa Labuhan Bajo. Hasil perbandingan 10 sampel pretest dan posttest menunjukkan persentase peningkatan.

- 3) Adanya video mengenai segala kegiatan yang dilakukan tim PKM-M dan masyarakat Desa Labuhan Bajo.



Gambar 7 Video PKM yang di share melalui media online

- 4) Publikasi koran lokal Suara NTB dan koran online Rungan Samawa yang sudah dibaca oleh masyarakat yang lebih luas.



Gambar 8 Publikasi Koran Gaung NTB

**UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dirjen Pendidikan Tinggi (DIKTI) yang telah mempercayai dan membiayai kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Labuhan Bajo, Kecamatan Utan Kabupaten Sumbawa, Provinsi NTB. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bagian Kemahasiswaan Universitas Samawa dan Pihak Pemerintah Desa Labuhan Bajo yang telah memfasilitasi kegiatan ini sehingga dapat terlaksana dengan baik.

**REFERENSI**

Ariant, Dika, 2013, Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting

Pada Balita Usia 2-5 tahun *Skripsi*. Universitas Brawijaya. Malang.  
 Irwan, 2017, Pengaruh Penggunaan Garam Beryodium dalam Keluarga Terhadap Tinggi Badan Balita pada Pemantauan Status Gizi Provinsi Aceh Tahun 2015, *Jurnal Kesehatan Ilmiah Nasuwakes*, vol 10, no 1, hal 88-96  
 Mardhia, Dwi., dan Alia Wartiningih, 2018, Pelatihan Pengolahan Sampah Skala Rumah Tangga di Desa Penyaring, *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat UNRAM*, vol 1, no 1, hal 88-96.  
 Sapoetra, Karta, 2015, *Kebutuhan Gizi dan Perkembangan Bayi*. Jakarta: Selemba Medika.