

## **OPTIMALISASI GIZI BALITA MELALUI EDUKASI DAN PELATIHAN MPASI BERBAHAN LOKAL UNTUK KADER DUSUN NGANYANG**

### ***OPTIMIZATION OF TODDLER NUTRITION THROUGH EDUCATION AND LOCAL-BASED COMPLEMENTARY FEEDING TRAINING FOR COMMUNITY CADRES IN DUKUH NGANYANG***

**Endah Tri Wahyuni<sup>1\*</sup>, Nining Sulistyawati<sup>2</sup>, Ratna Wulan Purnami<sup>3</sup>, Dyah Muliawati<sup>4</sup>,  
Ery Fatmawati<sup>5</sup>, Christina Antika Sari<sup>6</sup>**

<sup>1,2,3,4,5</sup> Prodi D III Kebidanan STIKes Madani

<sup>6</sup>Laboran Prodi D III Kebidanan

Email: endahtri19@yahoo.com

\*Corresponding Author

#### **Abstrak**

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah dari standar usianya. Stunting berpotensi memperlambat perkembangan otak dengan dampak jangka panjang berupa keterbelakangan mental, rendahnya kemampuan belajar dan resiko serangan penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi hingga obesitas. Dusun Nganyang berada di wilayah Kalurahan Sitimulyo Kecamatan Piyungan Kabupaten Bantul, terdapat 56 balita, 3 balita diantaranya mengalami gizi kurang. Kurangnya pengetahuan ibu mengenai proses pengolahan MPASI yang baik dan benar serta pemilihan makanan yang tepat merupakan salah satu faktor yang menyebabkan ibu tidak bisa optimal dalam menyiapkan MP ASI. Metode pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi MPASI dan pelatihan praktik pembuatan MPASI bahan lokal dengan demonstrasi langsung serta praktik kelompok. Tujuan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah memberikan edukasi dan pelatihan pembuatan MPASI kepada kader posyandu Dusun Nganyang. Jumlah kader yang mengikuti pelatihan sejumlah 12 orang yang di bagi menjadi 3 kelompok. Penilaian edukasi dan pelatihan dilihat dari nilai *pre test* dan *posttest* dengan hasil mean *pretest* sebesar 58,7 dan mean *posttest* sebesar 90. Peningkatan ketrampilan kader juga terlihat dari hasil olahan MPASI yang dibuat sesuai kelompok.

**Kata Kunci:** MP-ASI, Gizi Balita, Stunting, Olahan Makanan Lokal

#### **Abstract**

*Stunting is a chronic malnutrition problem caused by a prolonged lack of nutritional intake, resulting in growth disorders in children, characterized by a height lower than the standard for their age. Stunting has the potential to slow brain development, leading to long-term impacts such as mental retardation, low learning ability, and an increased risk of chronic diseases such as diabetes, hypertension, and obesity. Dusun Nganyang, located in Kalurahan Sitimulyo, Piyungan District, Bantul Regency, has 56 toddlers, three of whom suffer from malnutrition. The lack of maternal knowledge regarding the proper preparation of complementary feeding (MPASI) and appropriate food selection is one of the factors preventing mothers from optimally preparing MPASI.*

*The community service method involves MPASI education and hands-on training in preparing MPASI using local ingredients through direct demonstrations and group practice. The aim of this community service is to provide education and training on MPASI preparation to the posyandu (integrated health post) cadres in Dusun Nganyang. A total of 12 cadres participated in the training, divided into three groups. The evaluation of the education and training was assessed based on pre-test and post-test scores, with a mean pre-test score of 58.7 and a mean post-test score of 90. The improvement in cadres' skills was also evident from the quality of MPASI products made in groups.*

*Keywords: Complementary Feeding, Toddler Nutrition, Stunting, Local Food Processing*

## PENDAHULUAN

Kesehatan pada periode emas anak menjadi perhatian dalam pembangunan Kesehatan karena merupakan sasaran Pembangunan dengan target 2030 yaitu menurunkan undernutrisi pada balita. Status gizi merupakan salah satu faktor yang menentukan sumber daya manusia dan kualitas hidup. Permasalahan gizi kurang pada balita akan rentan berlanjut kepada stunting.

Stunting masih menjadi masalah serius yang di hadapi negara Indonesia. Berdasarkan data survey status gizi nasional (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia diangka 21,6%. Jumlah ini menurun dibandingkan tahun sebelumnya yaitu 24,4%. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi gagal tumbuh pada anak balita disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu lama serta terjadinya infeksi berulang dan kedua faktor penyebab ini dipengaruhi oleh pola asuh yang tidak memadai terutama dalam 1.000 HPK. Anak tergolong stunting apabila Panjang atau tinggi badan menurut umurnya lebih rendah dari standar nasional yang berlaku.

Prevalensi balita dengan status gizi buruk/kurang tahun 2020 8,30, tahun 2021 8,50 dan tahun 2022 meningkat Kembali menjadi 10,4. Data tersebut memperlihatkan bahwa Daerah Istimewa Yogyakarta masih terus berfokus untuk mengentaskan permasalahan gizi buruk/kurang pada balita (Dinkes DIY, 2023)

Faktor yang secara langsung berhubungan dengan status gizi pada balita diantaranya asupan makanan dan penyakit infeksi, sedangkan faktor yang secara tidak langsung dapat berhubungan

dengan status gizi adalah pengetahuan ibu, tingkat pendapatan keluarga, dan besarnya keluarga (Sofiana et al., 2020). Pengetahuan ibu mempengaruhi status gizi anak. Pengetahuan yang dimiliki ibu merupakan kunci utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita agar berlanjut diterapkan dalam pemenuhan gizi anak (Anggraini et al., 2024)(Mulyani et al., 2024). Asupan gizi makro dan asupan gizi mikro yang tidak kuat dapat menghambat proses tumbuh kembang dan kemungkinan besar anak akan mengalami stunting (Mulyani et al., 2024)

Makanan pendamping ASI merupakan makanan dan minuman yang diberikan pada bayi/balita pada usia 6-24 bulan atau apabila ASI sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi (Andriani et al., 2022)(Aulia et al., 2021).

Pemberian MPASI yang tepat dan bergizi merupakan hal penting dalam mendukung tumbuh kembang anak. Kader terlatih yang tersebar di Desamerupakan garda terdepan dalam pelayanan kesehatan ibu dan anak di tingkat Desa memiliki peran penting dalam edukasi dan pendampingan ibu-ibu terkait pemberian MPASI. Oleh karena itu, diperlukan pelatihan yang komprehensif bagi kader Posyandu untuk memastikan para kader memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk membuat MPASI khususnya dari bahan olahan makanan lokal.

Kader Posyandu merupakan tenaga kesehatan yang paling dekat dengan masyarakat yang selama ini berperan aktif dalam penimbangan balita dan pencatatan/pengisian KMS, namun masih dirasakan

lemah dalam memberikan edukasi ASI dan MP-ASI. Kader bertanggungjawab terhadap masyarakat setempat dan diharapkan mereka dapat melaksanakan petunjuk yang diberikan oleh para pembimbing dalam jalinan kerja dari sebuah tim Kesehatan.. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sumardilah et al., 2018), bahwa salah satu peran kader posyandu di lihat dari sisi diseminasi informasi/inovasi adalah berupa tindakan kader posyandu kepada masyarakat melalui pendekatan komunikasi langsung tatap muka, antar personal, komunikasi antar kelompok, bahkan komunikasi dengan bantuan media. Oleh karena itu dalam mendukung pengembangan keterampilan para kader perlunya pelatihan pengembangan diri di bidang lain.

Dusun Nganyang merupakan Dusun yang berada pada wilayah Kalurahan Sitimulyo Piyungan Bantul. Luas wilayah sekitar 562,88 ha dengan jumlah Kepala Keluarga (KK) sebanyak 342 KK. Sebagian Masyarakat Dusun Nganyang ber mata pencaharian sebagai buruh, petani dan wiraswasta. Berdasarkan pengkajian awal yang dilakukan pengabdian didapatkan informasi bahwa ada 3 balita yang mengalami gizi kurang dari jumlah balita 56.

Salah satu Upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan para kader Posyandu di Dusun Nganyang mengenai pemenuhan gizi balita dengan memberikan edukasi dan pelatihan pembuatan MP-ASI olahan lokal dengan berbagai variasi menu makanan. Metode pelatihan MP-ASI cukup efektif digunakan sebagai salah satu metode yang cocok untuk para kader dalam memberikan pendampingan kepad ibu balita (Hernawan, Marlenywati dan Ridha, 2016).

Tujuan pengabdian kepada Masyarakat ini adalah memberikan edukasi dan pelatihan

pembuatan MPASI kepada kader posyandu Dusun Nganyang.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Dusun Nganyang Sitimulyo Piyungan Bantul. Adapun pelatihan dilaksanakan di Aula Pertemuan Dusun Nganyang pada Hari Jum'at tanggal 26 Januari 2024 dengan jumlah peserta 12 kader posyandu.

Kegiatan dibagi menjadi beberapa sesi, yang meliputi:

- **Sesi Teori:** Pemberian materi mengenai pentingnya MPASI, komposisi gizi yang seimbang, dan panduan WHO tentang pemberian MPASI.
- **Sesi Praktik:** Demonstrasi langsung pembuatan MPASI yang meliputi pemilihan bahan baku, teknik memasak yang baik, serta penyimpanan MPASI.
- **Sesi Diskusi:** Tanya jawab dan sharing pengalaman antara peserta dengan fasilitator mengenai tantangan dan solusi dalam pembuatan MPASI di lapangan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini diawali dengan menjawab soal pre test oleh para kader. Komponen yang ada dalam lembar Pre-test dan Post-test adalah sebagai berikut :

1. Pengertian MP-ASI
2. Usia pemberian MP-ASI
3. Tujuan pemberian MP-ASI
4. Syarat MP-ASI yang benar
5. Menu MP-ASI seimbang sesuai umur
6. Tahapan dan testur MP-ASI

7. Bahan tambahan pangan yang direkomendasikan dalam MP-ASI
  8. Pemanfaatan pangan local untuk pengolahan MP-ASI
  9. Persyaratan pemilihan pangan local yang tepat
  10. Teknologi pengolahan MP-ASI
- Berdasarkan penilaian pre-test dan post test didapatkan hasil

Dari hasil terlihat adanya perubahan yang signifikan antara pre-test dan post test.

Setelah pre-test kegiatan dilanjutkan dengan memberikan edukasi terkait MP-ASI. Adapun materi yang disampaikan meliputi: pengertian MP-ASI, cara pengolahan MP-ASI yang benar dan tepat, cara pemberian MP-ASI yang benar dan tepat sesuai panduan WHO, serta memberikan contoh menu-menu MP-ASI olahan local yang sesuai dengan standar WHO yang termuat dalam “Buku Resep makanan Lokal” yang diterbitkan oleh Kemenkes (Kemenkes RI, 2023)



Gambar 1. Kegiatan penyampaian materi MP-ASI

Gambar diatas menunjukkan kegiatan edukasi MPASI kepada kader, terlihat bahwa para kader sangat antusias dengan kegiatan tersebut dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan dari kader.

Demonstrasi pembuatan MP-ASI dilakukan dengan cara membagi 3 kelompok.

Adapun pembagian menu bersarakan usianya adalah sebagai berikut :

1. Kelompok pertama MP-ASI usia 09 – 11 bulan dengan menu Nasi Tim Ayam Lele Cincang. Jumlah energi dalam sekali sajian 125 kkal, 4,5 gr protein dan 4,9 gr lemak. Bahan yang digunakan : 100 gr nasi putih, 30 gr daging ayam cincang, 10 gr daging ikan lele, 10 gr wortel, 5 ml minyak goreng, 10 ml santan kental, 1,5 sdm bawang bombing (isir halus), 200 ml kaldu ayam.

Cara membuat : Masukkan nasi, daging ayam, cincang ikan lele, bawang Bombay, minyak dan santan ke dalam mangkok tim Tambahkan air kaldu. Masukkan wortel, masak hingga lunak. Angkat dan sajikan

2. Kelompok kedua MP-ASI usia 12-23 bulan dengan menu Nasi Ikan Kuah Kuning. Bahan yang digunakan : 150 gr nasi, 360 gr ikan kembung, 75 gr labu siam, 75 gr tempe, 60 gr tomat dan 15 ml minyak goreng, 2 lembar daun salam, 1 batang sereh geprek, 2 cm laos geprek, garam secukupnya, gula secukupnya, 35 ml santan, 750 ml air, 2 buah jeruk nipis

Cara membuat : Bersihkan ikan, lumuri dengan garam dan jeruk nipis atau cuka biarkan 10 menit kemudian bilas dengan air sampai bersih. Lumuri Kembali ikan kembung dengan garam dan jeruk nipis biarkan 5 menit. Panaskan minyak goreng ikan kembung sampai matang sisihkan. Tumis bumbu halus tambahkan sereh, salam dan laos tunggu sampai air mendidih. Masukkan potongan labu siam dan tempe masak hingga matang. Tambahkan santan dan

masukkan ikan goreng. Tambahkan garam dan gula secukupnya, masukkan tomat dan koreksi rasa

3. Kelompok ketiga MP-ASI usia 06-08 bulan dengan menu Bubur Soto Ayam Santan.

Bahan yang digunakan adalah sebagai berikut : 60 gr nasi putih, 45 gr daging ayam cincang, 30 gr tahu, 30 gr labu siam, 15 gr wortel, 1 lembar salam, 1 batang sereh, 1 lembar daun salam, 1 lembar daun jeruk, 5 gr minyak goreng, 30 ml santan, 300 ml air kaldu ayam, 1 siung bawang merah, 1 siung bawang putih, 1 cm kunyit, 1 cm jahe.

Cara membuat : Tumis bumbu halus sampai harum, masukkan ayam cincang sampai berubah. Masukkan air kaldu ayam, santan, salam, sereh dan daun jeruk masak sampai mendidih. Masukkan nasi, tahu dan labu siam dan wortel yang sudah diiris kecil-kecil masak sampai semua bahan matang dan empuk. Haluskan sampai tekstur lumat dan kental. Kegiatan demonstrasi pembuatan MPASI dan hasil olahannya terlihat dalam gambar berikut :



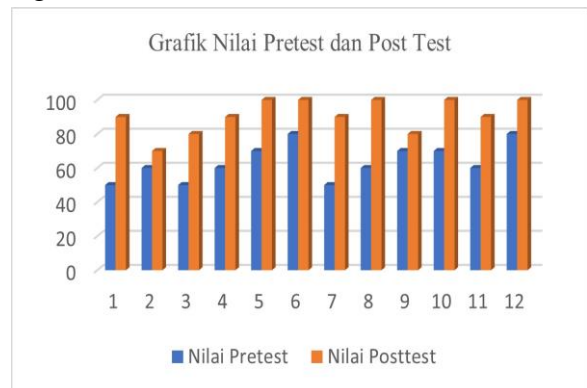
Gambar 2. Kegiatan Pembuatan MPASI



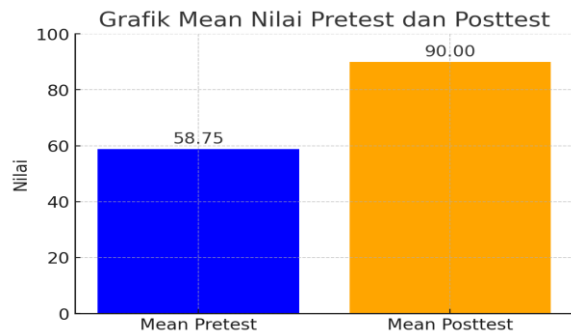
Gambar 3. Hasil Olahan Menu MPASI

Dari hasil evaluasi yang dilakukan pengabdian, terlihat adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan kader Posyandu terkait pembuatan MPASI. Sebelum pelatihan, pengetahuan dasar tentang MPASI sebagian besar peserta masih terbatas pada informasi yang diperoleh dari pengalaman pribadi dan sumber yang tidak selalu valid. Setelah pelatihan, para kader menunjukkan peningkatan pemahaman tentang pentingnya MPASI yang seimbang dan teknik-teknik pembuatan yang aman.

Perubahan pengetahuan tentang MP-ASI juga terlihat dalam nilai *pre-test* dan *post-test* yang nilainya naik secara signifikan.



Gambar 4. Perubahan nilai Pretest dan Posttest



Gambar 5. Rata-rata nilai pretest dan posttest

Grafik diatas menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan terkait pengetahuan kader tentang MPASI dengan nilai rata-rata *pretest* sebesar 58,7 dan *posttest* 90. Nilai yang didapatkan pada setiap peserta juga terlihat bahwa semua peserta mengalami peningkatan nilai dari pretest dan nilai posttest.

Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan melalui edukasi. Salah satu edukasi yang diberikan kepada ibu untuk mengoptimalkan gizi pada balita adalah edukasi MPASI. Hasil penelitian (Andriani et al., 2022) menyimpulkan bahwa meningkatkan pengetahuan ibu mengenai MPASI guna memenuhi gizi anak. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian dari (Manikyamba et al., 2015) yang menyampaikan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu tentang pemberian MP-ASI. Penelitian lain yang sejalan juga menyebutkan bahwa seseorang dengan Pendidikan tinggi dengan Tingkat pengetahuan yang cukup baik akan mempengaruhi terhadap perilaku (Wahyuni & Utami, 2023). Kegiatan ini juga merupakan salah satu Upaya menyeimbangkan antara pengetahuan yang didapatkan untuk bisa diimplementasikan dalam bentuk perilaku terutama dalam pembuatan MPASI bagi balita.

Implementasi di lapangan juga menunjukkan bahwa kader Posyandu yang telah mengikuti pelatihan mampu memberikan edukasi yang lebih baik kepada ibu-ibu mengenai pembuatan MPASI. Mereka juga mampu mempraktikkan pembuatan MPASI dalam kegiatan Posyandu dan memberikan contoh langsung kepada ibu-ibu. Hal lain yang ditekankan selain pemberian MPASI, sesuai dengan hasil penelitian (Wahyuni & Purnami, 2020) bahwa sebelum mengoptimalkan MPASI, keberhasilan pemberian ASI Eksklusif juga mempengaruhi terhadap status gizi anak.

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pemahaman dan ketrampilan kader dalam pembuatan MPASI berbahan lokal melalui edukasi dan pelatihan pembuatan MPASI. Hasil evaluasi memperlihatkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan kader tercermin dari adanya kenaikan pre-test dan post-test. Kemudian ketrampilan para kader juga mengalami peningkatan dibuktikan dari hasil olahan MPASI yang dibuat sesuai dengan kelompoknya masing-masing.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada 1) anggota Tim Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) Universitas Madani Prodi Kebidanan 2) LPPM Universitas Madani; 3) Kepala Dukuh dan para kader Dusun Nganyang yang telah berpartisipasi dan mendukung suksesnya kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, R., Anggarini, I. A., & Valencia, F. V. (2022). Efektivitas Edukasi Melalui Aplikasi Mipasi Terhadap Pengetahuan Ibu. *Jurnal Delima Harapan*, 9(1), 59–70.
- Angraini, C. D., Putriana, D., Saputri, W. S., Haryani, V. M., Isnawati, Z., Ramadhita, S., Jania, I. S., Sarwendah, N. H., Syula, S. A., & Riskianti, Y. (2024). Edukasi dan Pelatihan Pembuatan MP-ASI Pangan Lokal di Desa Sendangmulyo. *Jurnal BINAKES*, 4(2), 61–66.
- Aulia, F., Lestari, P. P., & Ulfah, B. (2021). Education of Mother Milk Companion Food (MP-ASI) According to Balanced Nutrition Guidelines. *OMNICODE Journal (Omnicompetence Community Development Journal)*, 1(1), 18–22.
- Dinkes DIY. (2023). *Profil Kesehatan D.I.Yogyakarta Tahun 2022*. <http://dinkes.jogjapro.go.id>
- Kemenkes RI. (2023). Makanan Lokal. *Buku Resep Makanan Lokal Bayi, Balita Dan Ibu Hamil*, 1–52.
- Manikyamba, D., Vidya, D. L., Satyavani, A., Prasad, A. K., & Deepthi, K. T. (2015). Impact of nutritional education on the knowledge of mothers regarding infant and young child feeding practices. *Scholars J Appl Med Sci*, 3(3A), 1074–1078.
- Mulyani, E. Y., Sari, Y., & Widiastuti, M. (2024). Pemberdayaan Kader Posyandu Tentang Praktik Pembuatan MPASI-Lokal” Ikan Kembung Como” di Wilayah RW021 Serua-Ciputat: Indonesia. *Jurnal Abdimas Madani Dan Lestari (JAMALI)*, 25–35.
- Sofiana, L., Sabrina, N. K., Aprilia, P. S., & Kusumaningrum, D. M. (2020). Edukasi Asi dan MP-ASI pada Ibu Balita di Pedukuhan Dayakan, Desa Dadapayu, Kecamatan Semanu. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 85–90.
- Sumardilah, D. S., Rahmadi, A., & Rusyantia, A. (2018). Pelatihan pembuatan mp-asi who berbasis pangan lokal bagi kader posyandu dan ibu baduta di desa sidosari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sakai Sambayan*, 2(2), 1–9.
- Wahyuni, E. T., & Purnami, R. W. (2020). Kombinasi Massage Nape dan Teknik Marmet terhadap Percepatan Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 236–242.
- Wahyuni, E. T., & Utami, I. (2023). Hubungan Pendidikan dan Status Pekerjaan dengan Pemberian ASI Eksklusif *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 18(1), 22–27.