

EDUKASI DAN PELATIHAN PENGOLAHAN MP-ASI BERBAHAN PANGAN LOKAL PADA KADER UNTUK MENCEGAH STUNTING (KELURAHAN LANDASAN ULIN TENGAH)

Education And Training On Processing MP-ASI From Local Food Materials For Cadres To Prevent Stunting (Landasan Ulin Tengah Village)

Aprianti¹, Yasir Farhat¹, Niken Widyastuti Hariati^{1*}

¹Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

*Korespondensi: niken.widyastuti.hariati@gmail.com

Diterima: 31 Januari 2025

Dipublikasikan: 28 Februari 2025

ABSTRAK

Pendahuluan: Stunting masih menjadi permasalahan gizi kronis yang berdampak signifikan pada kesehatan anak-anak di Indonesia, khususnya di Kalimantan Selatan. Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) berbahan pangan lokal yang tepat dapat menjadi salah satu strategi pencegahan stunting pada anak usia dini.

Tujuan: Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu di Kelurahan Landasan Ulin Tengah tentang pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal.

Metode: Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juni hingga Juli 2024, melibatkan 27 kader posyandu. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan tentang pemilihan bahan dan pengolahan MP-ASI serta demo masak.

Hasil: Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kader, di mana kader dengan pengetahuan baik meningkat dari 29,63% sebelum pelatihan menjadi 62,96% setelah pelatihan. Program ini terbukti efektif dalam memperkuat peran kader posyandu dalam pencegahan stunting melalui edukasi berbasis pangan lokal.

Simpulan: Pelatihan berkala dan kolaborasi dengan puskesmas disarankan untuk menjaga keberlanjutan program ini.

Kata kunci: stunting, MP-ASI, pangan lokal, posyandu, kader, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Introduction: Stunting remains a chronic nutritional problem with significant impacts on children's health in Indonesia, especially in South Kalimantan. Proper provision of Complementary Feeding (MP-ASI) using local food ingredients can be an effective strategy for preventing stunting in early childhood.

Objectives: This community service program aimed to improve the knowledge and skills of posyandu (community health post) cadres in Landasan Ulin Tengah on the preparation of MP-ASI based on local foods.

Methods: The activities, conducted from June to July 2024, involved 27 posyandu cadres. The methods included education on selecting and preparing local food-based MP-ASI, along with cooking demonstrations.

Results: Evaluation results showed a significant increase in cadre knowledge, with the proportion of cadres possessing good knowledge rising from 29.63% before training to 62.96% afterward. This program effectively strengthened the role of posyandu cadres in stunting prevention through local food-based education.

Conclusion: Regular training and collaboration with health centers are recommended to sustain this program.

Keywords: stunting, complementary feeding, local food, posyandu, cadre, community service

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dialami oleh banyak balita di Indonesia. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka panjang yang memengaruhi pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak, serta berdampak pada

kesehatan jangka panjang, termasuk peningkatan risiko penyakit kronis di masa dewasa. Berdasarkan laporan WHO, Indonesia termasuk dalam tiga negara dengan prevalensi stunting tertinggi di Asia Tenggara, mencapai 30,8% pada 2018, dan meski telah dilakukan berbagai upaya, tantangan untuk menurunkan angka stunting masih signifikan. Dalam konteks ini, pendekatan pencegahan berbasis pemenuhan gizi sejak 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi sangat penting (WHO, 2017; Kemenkes RI, 2018).

Salah satu intervensi efektif dalam mencegah stunting adalah pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang berkualitas. MP-ASI yang berkualitas dan berbahan pangan lokal tidak hanya memberikan nutrisi yang sesuai untuk pertumbuhan, tetapi juga lebih terjangkau dan sesuai dengan kebutuhan lokal. Pemanfaatan bahan pangan lokal untuk MP-ASI, seperti sayuran, ikan, dan buah-buahan, menjadi pilihan ideal karena dapat menyediakan gizi lengkap dengan harga yang lebih terjangkau, serta mendukung kemandirian pangan masyarakat setempat. Penggunaan pangan lokal juga telah terbukti membantu mengurangi ketergantungan pada produk pangan impor dan memperkuat ketahanan pangan lokal (Prastia & Listyandini, 2020; Kemenkes RI, 2019).

Kader posyandu memainkan peran penting dalam mengedukasi masyarakat, khususnya ibu balita, tentang pentingnya pemberian MP-ASI yang berkualitas guna mencegah stunting. Namun, di beberapa daerah, pengetahuan dan keterampilan kader dalam memilih serta mengolah bahan pangan lokal untuk MP-ASI masih terbatas. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu di Kelurahan Landasan Ulin Tengah tentang pengolahan MP-ASI berbahan pangan lokal. Diharapkan, peningkatan kapasitas kader ini dapat mendukung upaya pencegahan stunting secara efektif di komunitas mereka (Rochmaedah & Waliulu, 2021; UNICEF Indonesia, 2023).

METODE

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Landasan Ulin Tengah, Banjarbaru, selama bulan Juni hingga Juli 2024 dan melibatkan 27 kader posyandu dari 9 posyandu yang masing-masing menugaskan 3 kader. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi dua tahap utama: penyuluhan dan praktik demo masak. Penyuluhan diberikan dengan metode ceramah interaktif, tanya jawab, serta penggunaan media presentasi dan leaflet. Materi penyuluhan mencakup dasar-dasar pemilihan bahan pangan lokal dan pentingnya MP-ASI yang berkualitas dalam mencegah stunting. Sebelum dimulai, peserta diberikan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal mereka tentang topik yang akan dibahas.

Tahap kedua adalah praktik demo masak yang memberikan kesempatan bagi kader untuk belajar secara langsung mengolah MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal. Tiga menu diperkenalkan dalam demo masak, yaitu kentang ikan asam manis, tahu kuah warna-warni, dan puding buah naga pepaya. Pada sesi ini, kader diperlihatkan cara memilih bahan yang bergizi, teknik memasak yang tepat untuk mempertahankan nilai gizi, serta penyusunan tekstur makanan yang sesuai dengan usia balita. Setelah kegiatan, post-test dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan kader. Evaluasi lebih lanjut dilakukan melalui pendampingan di posyandu, dengan tim pengabdian memberikan bimbingan pada kader saat mereka mengedukasi ibu balita di komunitas mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari program pengabdian masyarakat ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader posyandu terkait pengolahan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) berbasis pangan lokal.



Gambar 1. Pengisian Kuesioner *Pre-Test* oleh para kader

Sebelum pelatihan, hasil pre-test menunjukkan bahwa 66,67% dari 27 kader posyandu di Kelurahan Landasan Ulin Tengah berada dalam kategori pengetahuan cukup, sementara hanya 29,63% yang memiliki pengetahuan baik tentang pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal. Setelah pelatihan, hasil post-test memperlihatkan perubahan positif yang signifikan, dengan 62,96% kader berada dalam kategori pengetahuan baik. Tidak ada lagi kader yang berada pada kategori pengetahuan kurang setelah pelatihan ini, yang menunjukkan efektivitas intervensi yang diberikan.

Tabel 1. Hasil Tingkat pengetahuan *Pre-Post Test* kader di Kelurahan Landasan Ulin Tengah

No.	Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
		Jumlah	Persen	Jumlah	Persen
1	Kurang (1-3)	1	3,70	0	0
2	Cukup (4-6)	18	66,67	10	37,64
3	Baik (7-10)	8	29,63	17	62,96
	Total	27	100	27	100

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini, yaitu penyuluhan dan demo masak, berhasil menciptakan pembelajaran yang efektif bagi kader. Pada tahap penyuluhan, metode ceramah yang diiringi dengan sesi tanya jawab memungkinkan kader untuk memahami konsep penting tentang pangan lokal dan manfaatnya sebagai bahan MP-ASI.



Gambar 2. Penyuluhan Materi Pengolahan MP-ASI

Dengan bantuan leaflet dan presentasi, kader memperoleh pemahaman dasar tentang bahan-bahan yang bergizi dan aman bagi bayi, yang sangat berpengaruh dalam pencegahan stunting. Selain itu, sesi tanya jawab membantu kader untuk memperjelas

hal-hal yang mungkin belum mereka pahami, menjadikan sesi penyuluhan ini lebih interaktif dan menarik minat para peserta.

Kegiatan demo masak juga memberikan pengalaman belajar praktis yang mendalam. Dalam demo ini, kader dilibatkan secara langsung dalam memilih bahan pangan lokal, mempersiapkan, dan memasaknya sesuai dengan panduan pengolahan MP-ASI yang memenuhi standar gizi. Tiga menu utama diperkenalkan, yaitu kentang ikan asam manis, tahu kuah warna-warni, dan puding buah naga pepaya. Setiap menu dipilih dengan tujuan tertentu, misalnya menyediakan sumber protein, vitamin, dan mineral yang seimbang. Kegiatan demo ini tidak hanya memberikan pengetahuan tambahan tetapi juga meningkatkan keterampilan kader dalam mempersiapkan MP-ASI yang sesuai dengan usia dan kebutuhan gizi balita.



Gambar 3. Demo Masak Pengolahan MP-ASI



Gambar 4. Hasil Olahan MP-ASI



Gambar 5. Pengarahan dan pendampingan Kader Melakukan Edukasi kepada Ibu Balita

Untuk menilai atau evaluasi kegiatan yang telah terlaksana dilakukan evaluasi dengan turut serta dalam kegiatan kader di Posyandu untuk melihat kemampuan komunikasi dan pengetahuan penyampaian edukasi kepada ibu Balita tentang prinsip dan cara pemberian MP-ASI yang baik dan benar. Tiap Posyandu diberikan “Leaflet Pedoman Pengolahan dan Pemberian MP-ASI” untuk memudahkan kader dalam memberikan edukasi ke Ibu Balita.



Gambar 6. Pendampingan Kader Memberikan Edukasi Pemberian dan Pengolahan MP-ASI kepada Ibu Balita



Gambar 7. Tim Pengabmas menyerahkan alat ukur untuk Posyandu Melalui Kader

Keberhasilan pelatihan ini juga dipengaruhi oleh kemudahan akses dan ketersediaan bahan pangan lokal di wilayah tersebut. Bahan-bahan seperti kentang, ikan, tahu, dan buah-buahan tersedia di lingkungan kader sehingga dapat diperoleh dengan harga yang terjangkau. Penggunaan bahan pangan lokal tidak hanya memudahkan kader dalam menerapkan pengetahuan yang mereka dapatkan tetapi juga mendukung ekonomi lokal dengan meningkatkan permintaan bahan pangan dari produsen lokal. Dengan demikian, pendekatan ini juga memberikan dampak positif secara ekonomi bagi masyarakat sekitar, sejalan dengan prinsip ketahanan pangan dan kemandirian pangan (Darningsih et al., 2023).

Selain aspek ekonomi, pemanfaatan pangan lokal untuk MP-ASI juga memiliki manfaat kesehatan yang signifikan. Bahan pangan lokal yang segar mengandung lebih sedikit bahan pengawet dan zat kimia yang berpotensi membahayakan kesehatan bayi. Hal ini membuat pangan lokal lebih aman dan lebih bergizi bagi pertumbuhan anak. Penggunaan pangan lokal sebagai bahan dasar MP-ASI juga memungkinkan kader untuk menyesuaikan tekstur dan rasa makanan yang lebih disukai balita di wilayah tersebut. Dengan demikian, pendekatan ini membantu dalam mengatasi tantangan utama dalam pemberian MP-ASI, yaitu penerimaan anak terhadap makanan.

Peran kader sebagai penghubung antara layanan kesehatan dan masyarakat juga semakin kuat melalui kegiatan ini. Dengan pengetahuan yang lebih baik mengenai

pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal, kader posyandu dapat memberikan informasi yang lebih akurat dan relevan kepada ibu balita di wilayahnya. Kader yang memiliki pengetahuan tinggi dapat lebih efektif dalam memotivasi ibu-ibu balita untuk menyediakan MP-ASI yang berkualitas. Peningkatan kapasitas kader ini menjadi langkah penting dalam pencegahan stunting secara komunal, di mana kader menjadi agen perubahan yang menyampaikan informasi langsung ke masyarakat (Rochmaedah & Waliulu, 2021).

Faktor-faktor karakteristik kader turut berperan dalam keberhasilan program ini. Sebagian besar kader memiliki pendidikan menengah atas, yang menunjukkan dasar pengetahuan yang cukup baik untuk menerima materi pelatihan. Selain itu, 59,26% dari kader telah berpengalaman lebih dari lima tahun dalam melayani posyandu, yang memungkinkan mereka memiliki pemahaman yang lebih mendalam mengenai kebutuhan komunitasnya. Penelitian menunjukkan bahwa kader dengan tingkat pendidikan dan pengalaman yang lebih tinggi cenderung lebih efektif dalam menerapkan pengetahuan baru dan melakukan edukasi kepada masyarakat (Nurul Azizan et al., 2023).

Di sisi lain, faktor pekerjaan dan status pernikahan kader juga memengaruhi efektivitas pelatihan. Sebagian besar kader adalah ibu rumah tangga yang memiliki waktu yang lebih fleksibel untuk mendalami materi pelatihan dan melakukan praktik langsung di rumah. Selain itu, status pernikahan dan pengalaman sebagai orang tua juga memberikan pemahaman tambahan bagi kader dalam mengedukasi masyarakat. Kader yang sudah menikah dan memiliki anak umumnya lebih termotivasi untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan mereka, terutama dalam hal yang berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak (Rahayu, 2017).

Program pengabdian ini menunjukkan bahwa pelatihan kader yang berbasis pada praktik nyata dan pemanfaatan bahan lokal dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu. Pelatihan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman tentang pentingnya MP-ASI berbahan lokal tetapi juga meningkatkan keterampilan praktis dalam memilih dan mengolah bahan pangan sesuai standar gizi. Oleh karena itu, keberhasilan program ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis praktik dapat diterapkan dalam program pemberdayaan kader di berbagai daerah dengan prevalensi stunting yang tinggi.

Untuk menjaga keberlanjutan hasil pelatihan ini, disarankan adanya program pelatihan berkala bagi kader. Hal ini bertujuan untuk memperbarui pengetahuan kader terkait perkembangan ilmu gizi, terutama dalam hal MP-ASI berbahan pangan lokal. Selain itu, kolaborasi dengan puskesmas dan tenaga kesehatan juga penting untuk memberikan dukungan tambahan bagi kader dalam menjalankan tugasnya. Dengan adanya pendampingan berkelanjutan, kader dapat memberikan edukasi yang tepat dan efektif kepada masyarakat serta memantau perkembangan kesehatan balita di komunitas mereka.

SIMPULAN

Pelatihan pengolahan MP-ASI berbahan pangan lokal pada kader posyandu di Kelurahan Landasan Ulin Tengah berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader secara signifikan. Hasil pelatihan ini menunjukkan bahwa pemahaman kader dalam memilih dan mengolah bahan pangan lokal untuk MP-ASI dapat ditingkatkan melalui pendekatan edukasi praktis, seperti penyuluhan dan demo masak. Peningkatan kapasitas

kader ini berpotensi mendukung pencegahan stunting secara berkelanjutan di komunitas. Kolaborasi berkelanjutan dengan puskesmas dan pelatihan berkala direkomendasikan untuk mempertahankan efektivitas program ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih tak terhingga kami ucapkan kepada Petugas Gizi Puskesmas Landasan Ulin Tengah, Ibu Lurah Landasan Ulin Tengah serta seluruh kader yang terlibat dengan penuh antusias.

REFERENSI

- Darningsih, R., & Listyandini, T. (2023). Peningkatan pengetahuan ibu tentang pangan lokal untuk MP-ASI. *Journal of Health and Nutrition*, 3(2), 101-112.
- Kemkes RI. (2018). Laporan profil kesehatan Indonesia 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemkes RI. (2019). Pedoman pemberian MP-ASI di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nurul Azizan, N., & Waliulu, A. (2023). Efektivitas pendidikan kader posyandu dalam pencegahan stunting. *Indonesian Journal of Public Health*, 7(3), 210-222.
- Prastia, E., & Listyandini, T. (2020). Penggunaan pangan lokal dalam upaya pencegahan stunting. *Journal of Nutrition and Health*, 4(1), 85-97.
- Rahayu, S. (2017). Pengaruh karakteristik kader terhadap keberhasilan program posyandu. *Journal of Community Health Education*, 2(4), 123-130.
- Rochmaedah, W., & Waliulu, A. (2021). Peran kader posyandu dalam edukasi masyarakat tentang stunting. *Nutrition Journal Indonesia*, 2(1), 55-63.
- UNICEF Indonesia. (2023). Situasi anak di Indonesia: Percepatan upaya pencegahan stunting. Jakarta: UNICEF Indonesia.



This is an open access article under the [CC BY-NC 4.0 license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).