

Pelatihan Pembuatan MP-ASI Berbasis Pangan Lokal Di Desa Domas Kabupaten Gresik

Diani Octaviyanti Handajani*¹, Suprapti², Endah Mulyani³, Shinta Kurnia Dewi⁴, Zusnia Khalimatus Sa'deyah⁵

^{1, 2, 3, 4, 5} Program Studi Kebidanan; Fakultas Kesehatan; Universitas Muhammadiyah Gresik;
Jl. Proklamasi No.54, Gresik, Jawa Timur, Indonesia
e-mail correspondence*: dianocta190@umg.ac.id

Naskah di terima : 02/11/22

Naskah di revisi : 22/11/22

Naskah di setujui : 12/01/23

Abstrak

Kesehatan anak khususnya bayi dan balita merupakan salah satu aspek prioritas untuk diperhatikan karena seorang anak memiliki nilai yang sangat tinggi pada anggota keluarga dan bangsanya. Setiap orang tua menginginkan dan mengharapkan buah hati mereka dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, dengan memberikan nutrisi pada dua tahun kehidupannya, yaitu pemberian MP-ASI selain ASI. Berdasarkan studi pendahuluan diperoleh hasil bahwa kurangnya pengetahuan ibu dan belum adanya pelatihan ibu dan kader tentang pengelolaan MP-ASI, serta menyiapkan MP - ASI untuk memenuhi kebutuhan gizi balita dengan memanfaatkan sumberdaya pangan lokal yang tersedia pada Desa Domas sehingga perlu adanya pelatihan. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk membantu kader dan ibu balita dapat mengetahui dan mengelola MP – ASI sesuai dengan usia anak, dan mengetahui resep makanan anak yang bersumber dari bahan pangkal lokal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar, dihadiri 25 ibu yang terdiri dari kader dan ibu balita. 25 ibu (100%) tersebut dapat memahami dan dapat melakukan pembuatan atau pengelolaan MP-ASI dengan baik dan benar.

Kata kunci : Pelatihan, MP-ASI, Pangan Lokal

Abstract

The health of children, especially infants and toddlers, is one of the priority aspects to pay attention to because a child has a very high value to members of his family and nation. Every parent wants and expects their baby to grow and develop optimally, by providing nutrition for the first two years of life, namely complementary feeding in addition to breast milk. Based on the preliminary study, it was found that there was a lack of knowledge of mothers and there was no training for mothers and cadres on MP-ASI management, as well as preparing MP-ASI to meet the nutritional needs of toddlers by utilizing local food resources available in Domas Village so that training is needed. The purpose of this community training is to help cadres and mothers of toddlers know and manage MP-ASI according to the child's age, and know recipes for children's food that are sourced from local sources. This

community service activity ran smoothly, attended by 25 mothers consisting of cadres and mothers of toddlers. The 25 mothers (100%) could understand and be

Keywords : *Training, MP-ASI, Local Food*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan anak khususnya bayi dan balita merupakan salah satu aspek prioritas untuk diperhatikan karena seorang anak memiliki nilai yang sangat tinggi pada anggota keluarga dan bangsanya. Setiap orang tua menginginkan dan mengharapkan buah hati mereka dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Salah satu tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal adalah dengan memberikan nutrisi atau gizi yang terbaik untuk buah hati mereka. Nutrisi disini berperan penting dalam periode dua tahun pertama kehidupan, karena nutrisi yang cukup menjamin kesehatan anak, meningkatkan pertumbuhan, dan perkembangan sesuai pada diri anak, selain itu gizi merupakan dasar serta pondasi dalam berbagai aspek yang memberikan kontribusi pembangunan suatu bangsa yang berhubungan pada kualitas Sumber Daya Manusia [1]. Dalam hal ini membuat sebagaimana orang tua mengalami kecemasan dikarenakan terfokus pada kesehatan anaknya terkait masalah kenaikan berat badan bayi khususnya dalam tahun-tahun pertama kehidupannya [2].

Untuk memenuhi gizi seorang anak pada usia 6 bulan pertama kehidupannya anak akan mendapatkan ASI eksklusif, dimana semua kebutuhan nutrisi yaitu protein, karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral sudah tercukupi dalam pemberian ASI tersebut [3]. Kemudian asupan gizi setelah itu dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI atau yang biasa dikenal dengan MP-ASI, hal ini sesuai dengan rekomendasi *World Health Organization* (WHO) bahwa setelah anak diberikan ASI mulai dari satu jam pertama kelahiran sampai anak usia 6 bulan, maka makanan pelengkap bergizi selanjutnya kemudian harus ditambahkan sambil terus menyusui hingga 2 tahun atau lebih [4].

MP-ASI sendiri merupakan singkatan dari Makanan Pendamping Air Susu Ibu dimana merupakan makanan tambahan yang diberikan pada bayi selain ASI, dimana ketika ASI saja tidak dapat mencukupi kebutuhan nutrisi anak untuk memenuhi gizi serta tumbuh kembang anak yang optimal, dan diberikan dengan tepat waktu, adekuat, aman, secara responsive kepada anak [5]. [6] juga menjelaskan bahwa MP-ASI dibutuhkan oleh anak pada usia 6-24

bulan, dimana ASI hanya menyediakan setengah kebutuhan gizi bayi, dan pada usia 12 - 24 bulan, ASI menyediakan sepertiga dari kebutuhan gizinya. Maka dari itu dengan status gizi yang baik akan mencapai tumbuh kembang pada anak secara adekuat, tetapi bila seorang anak terdapat kekurangan gizi akan menimbulkan gangguan pertumbuhan serta perkembangan pula, dan bila tidak diatasi secara dini akan berlanjut hingga usia anak mencapai dewasa [7]. Pentingnya orang tua mampu mengetahui pemberian tentang gizi, serta memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan pada buah hati mereka. Selain itu, di usia 6 bulan sampai dengan 24 bulan merupakan masa rawan bagi pertumbuhan bayi dan anak. Data hasil Riskesdas (2013) yang menunjukkan bahwa prevalensi balita kurus dan prevalensi balita pendek, masing-masing sebesar 12,1% dan 37,2%, sedangkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2016 menunjukkan bahwa prevalensi *stunting* pada balita sebesar 27,5%, balita kurus 8,0%, balita sangat kurus 3,1%, dan balita risiko kurus 22,8%.

Terbatasnya pengetahuan ibu tentang gizi dan keterampilan ibu dalam menyiapkan makanan balita untuk memenuhi kebutuhan gizi bayinya merupakan permasalahan utama yang masih dialami seorang ibu sampa saat ini, apalagi dimasa sekarang dimana mengalami kondisi dunia seperti sekarang ini yang mengalami penurunan perkonomian akibat terjadinya wabah penyakit virus COVID - 19 mempengaruhi terhadap pemberian makanan pada anak. Padahal tingkat pengetahuan ibu tentang gizi akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam memilih makanan untuk seluruh anggota keluarga khususnya anak balitanya yang berdampak pada asupan gizi [8].

Oleh karena itu perlunya keterampilan ibu dalam menyiapkan makanan anak untuk memenuhi kebutuhan gizinya dengan sumberdaya yang tersedia, dengan memanfaatkan berbagai makanan lokal yang tersedia di rumah, taman atau pasar lokal [9]. Hasil studi pendahuluan juga menerangkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu dan belum adanya pelatihan ibu dan kader tentang pengelolaan MP-ASI. Untuk itu semua perlunya adanya kerjasama antara ibu bayi dan kader posyandu yang membantu hal pembuatan MP-ASI untuk bayi ibu dengan

pemanfaatan berbagai bahan local yang tersedia di rumah, taman atau pasar. Kader disini adalah anggota masyarakat yang bersedia, mampu dan memiliki waktu untuk menyelenggarakan kegiatan posyandu secara sukarela. Kader posyandu sendiri merupakan tenaga kesehatan yang paling dekat dengan masyarakat, selain itu kader merupakan ujung tombak kesehatan di suatu desa. Kinerja kader selama ini berperan aktif dalam membantu pertumbuhan anak dan balita baik pada masalah gizi pada anak balita yang bisa ditangani, karena sampai saat ini besaran masalah gizi yang masih tinggi dikaitkan dengan kinerja kader yang belum optimal dan tidak aktif dalam menjalankan tugasnya [10]. Oleh karena itu kader juga diharapkan dapat membantu memenuhi tujuan SDGs yang terkait dengan kemiskinan, kelaparan, ketahanan pangan, peningkatan gizi, serta hidup sehat dan kesejahteraan, selain itu dengan adanya kader diharapkan dapat membantu, membimbing dalam jalinan kerja dari sebuah tim kesehatan [11]. Peran kader juga di lihat dari sisi informasi dan inovasi yang diberikan, yaitu berupa tindakan kader posyandu kepada masyarakat melalui komunikasi tatap muka, antar personal, komunikasi antar kelompok, bahkan komunikasi dengan bantuan media [12].

Diharapkan dengan memberikan MP – ASI yang tepat diharapkan tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi, namun juga merangsang keterampilan makan dan rasa percaya diri pada bayi [13], dan sebagai kemampuan mengunyah dan menelan maupun kemampuan bayi menerima berbagai rasa dan tekstur makanan [5].

2. METODE

Tim bekerjasama dengan mitra melakukan pengabdian masyarakat kepada kader dan ibu balita di Desa Domas Kabupaten Gresik. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dimulai adalah melakukan survei tempat, melakukan penyusunan proposal dan melakuakn tanda tangan kerjasama mitra, kemudian melaksanakan pengabdian masyarakat, dengan memberikan pengetahuan melalui sosiaalisasi tentang pengertian, mengapa MP-ASI harus diberikan, kapan harus diberikan MP-ASI, syarat pemberian MP-ASI, MP-ASI aman dan higienis, mengelola makanan, contoh jadwal makan bayi, dan pengelolaan MP-ASI. Sebelum diberikan informasi melalui sosialisasi kader dan ibu balita diberikan buku MP-ASI Baik Bayiku Sehat, dan

memberikan kuesioner awal sebelum pelatihan. Kemudian tim memberikan demonstrasi bagaimana cara mengelola MP-ASI yang baik dan benar, setelah memberikan demonstrasi kemudian kader dan ibu balita membagi kelompok kecil – kecil untuk melakukan pelatihan pembuatan atau pengelola MP-ASI yang dibimbing secara langsung oleh tim, dan tim melakukan monitoring, dengan memberikan kuesioner setelah mengikuti pelatihan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada hari Selasa, tanggal 07 April 2021 pukul 09.00 s/d 13.00 wib. Tempat pelaksanaan kegiatan di Balai Desa Domas Kab. Gresik. Pelaksanaan pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini secara keseluruhan berjalan dengan baik dan lancar. ibu kader dan ibu balita yang menghadiri acara sebanyak 25 ibu, yang dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 1. Jumlah Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat

Jumlah Ibu Balita	Jumlah Peserta Hadir	Jumlah Peserta Tidak Hadir	Presentase Kehadiran	Keterangan
25	25	-	100%	

Sedangkan hasil dari Pelatihan Pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal didaparkan :

Tabel 2. Hasil Pengetahuan MP-ASI

Pengetahuan MP-ASI	Jumlah	Presentase
Baik	25	100%
Kurang	-	-
Total	25	100%

Tabel 3. Hasil Pelatihan Pembuatan MP-ASI

MP-ASI	Jumlah	Presentase
Dapat membuat MP-ASI	25	100%
Tidak dapat membuat MP-ASI	-	-
Total	25	100%

Ibu balita dan ibu kader diberi pelatihan pembuatan :

PUDING JAGUNG SANTAN

Bahan :

- 1 Buah Jagung Manis dihaluskan, 15 ml Fiber Cream (Penganti Santan), 1 Telur Ayam, 1 Sdt Agar – Agar,
- 2 Sdt Gula Pasir, 20 Gram Keju Parut

Pembuatannya :

1. Siapkan panci / wajan, masukan jagung
2. Tambahkan air dan fiber cream (Penganti Santan)
3. Tambahkan agar-agar dan gula
4. Hidupkan api kompor dan dengan api kecil, aduk dengan rata
5. Masukan telur, aduk sampai dengan merata
6. Tambahkan keju parut (sisakan sedikit untuk topping), aduk kembali dengan rata
7. Setelah mendidih dan semua matang matikan api kompor
8. Tuangkan ke wadah cetak, beri topping keju
9. Tunggu sampai dingin dan sajikan

ROLADE TEMPE

Bahan :

- 100 Gram Tempe → Haluskan, 50 Gram Daging Sapi → Giling Halus, 2 Telur Ayam → Kocok Lepas
- 1 Sdm Tepung Roti, ½ Sdm Tepung Terigu, Garam Secukupnya, Merica Secukupnya, Daun Pisang Bumbu Halus : 1 Siung Bawang Putih, 2 Butir Bawang Merah, Ketumbar Secukupnya

Pembuatannya :

1. Sisakan sedikit telur untuk dibuat dadar
2. Campurkan semua bahan dan bumbu halus, aduk hingga merata
3. Gulung adonan tempe dengan dadar
4. Bungkus dengan daun pisang, lalu kukus hingga matang
5. Setelah matang, potong serong, lalu goreng hingga kecoklatan



Gambar 1. Memberikan Pengetahuan Tentang MP-ASI



Gambar 2. Demonstrasi Pembuatan MP-ASI



Gambar 3. Membantu / Membimbing Kader Desa Ibu Balita Membuat MP-ASI



Gambar 4. Hasil Pelatihan Pembuatan MP-ASI

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah seluruh peserta terlihat antusias saat tim memberikan pelatihan pembuatan MP-ASI yang diberikan kepada bayi mereka dengan memanfaatkan bahan lokal dan bisa dijadikan ladang usaha untuk Desa Domas sendiri, dan kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar.

Hasil dari pelatihan ini didapatkan ibu kader dan ibu balita di Desa Domas Kab. Gresik dapat

memahami dan dapat melakukan pembuatan atau pengolahan MP-ASI dengan baik dan benar sebanyak 25 ibu (100%).

Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP ASI)
Lokal. Jakarta.

5. SARAN

Saran - saran untuk untuk program pengabdian masyarakat lebih lanjut yaitu sering melakukan kegiatan atau pelatihan – pelatihan untuk kader dan ibu balita mengenai pembuatan MP-ASI dengan berbasis pangan lokal sehingga selain pemanfaatan bahan yang bisa digunakan di Desa Domas, juga anak akan mendapatkan gizi yang baik untuk masa pertumbuhan dan perkembangan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Husnah. 2017. Nutrisi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*. Vol. 17. no. 3 : 179–183.
2. Roesli. 2011. *Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0-3 Bulan*. Niaga Swadaya.
3. Fikawati. S., Syafiq. A., Karima K 2015. *Gizi Ibu dan Bayi*. Jakarta : Raja Wali Pers.
4. World Health Organization. 2017. *World Breastfeeding Week*. Mediacentre : World Health Organization
5. Hanindita M. 2020. *Fakta tentang MPASI*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
6. Kemenkes RI. 2015. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*. Jakarta. Kementerian Kesehatan RI.
7. Provensi Sumatera Barat. D.K. 2006. *Petunjuk Pelaksanaan Dan Teknis Pemberian MP-ASI Lokal,* Profinsi Sumatera Barat.
8. Supariasa. 2012. *Pendidikan Dan Konsultasi Gizi*. Jakarta : EGC.
9. World Health Organization. 2013. *Global strategy for infant and young child feeding*. Geneva Geneva. World Health Organization.
10. Lubis. 2015. *Pengetahuan Dan Tindakan Kader Posyandu Dalam Pemantauan Pertumbuhan Anak Balita*. *Jurnal. Kesehatan Masyarakat*. Vol. 11. (1) 65.
11. D. S. Meilani., et al. 2009. *Kebidanan Komunitas*. Yogyakarta: Fitramaya, Yogyakarta.
12. D. S. Dewi. 2017. *Peran Komunikator Kader Posyandu dalam Meningkatkan Status Gizi Balita di Posyandu Nuri Kelurahan Makroman Kecamatan Sambutan Kota Samarinda*. *e- Journal Ilmu Komunikasi*. Vol. 5, no. 1.
13. Depkes RI. 2006. *Pedoman Umum Pemberian*