

Pemberdayaan Pangan Lokal Melalui Inovasi Pengolahan MP-ASI dan Modifikasi PMT sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Rejosari, Kangkung, Kendal

Hifni Ardhan Asykari^{*1}, Siti Nuraini², Aliyah Nurhasanah³, Laras Kartika⁴, Ade Amalia⁵, Andita Firly Saputri⁶, Badriyatul Ariya Maldina⁷, Miftakhul Nikmah Efriani⁸, Khothibul Umam Akhmad Mansur⁹, Azhilla Mahmuda¹⁰, Andika Putra Pratama¹¹, Nafisatin Nadhiroh¹², Kana Safrina Rouzi¹³

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13}Universitas Alma Ata, Indonesia

*e-mail: 202300106@almaata.ac.id²

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan dan tumbuh kembang anak yang serius, terjadi ketika anak gagal mencapai pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang optimal akibat kekurangan gizi jangka Panjang. Pencegahan stunting pada balita yang dilakukan adalah dengan memberikan edukasi kepada masyarakat tentang perlunya pemberian gizi seimbang melalui demonstrasi penyediaan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dan modifikasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan memanfaatkan bahan pangan lokal di Desa Rejosari, Kecamatan Kangkung, Kabupaten Kendal. Metode yang digunakan yaitu dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan observasi dan berkunjung ke bidan desa untuk mencari data mengenai stunting di Desa Rejosari, melakukan koordinasi dengan kader Desa, dan menyebarkan undangan kepada tamu undangan (Kepala Desa Rejosari, masyarakat memiliki baduta/batita/balita, dan ibu hamil). Pada tahap pelaksanaan yaitu penyampaian informasi, tanya jawab antara audiens dan presenter, dan praktek langsung pembuatan MP-ASI dan PMT serta diakhir acara ditutup dengan foto bersama. Tahap yang terakhir yaitu tahap evaluasi. Hasil dari pelaksanaan kegiatan ini yaitu peserta semuanya mendapatkan cara pengolahan MP-ASI yang memiliki kandungan gizi seimbang dari bahan-bahan yang mudah didapat (lokal), dan peserta mengetahui cara pengolahan PMT dengan menu Nugget berbahan lokal yang berprotein tinggi. Selain itu, masyarakat, kader posyandu, dan tamu undangan yang turut hadir terlihat sangat antusias dalam berpartisipasi dalam percakapan dan tanya jawab tentang informasi dan teknik pengolahan MP-ASI dan PMT yang telah disajikan.

Kata kunci: MP-ASI, PMT, Stunting

Abstract

Stunting is a serious child health and growth problem, occurring when children fail to achieve optimal physical growth and cognitive development due to long-term malnutrition. The prevention of stunting in toddlers is carried out by providing education to the community about the need to provide balanced nutrition through demonstrations of preparing Complementary Food for Breast Milk (MP-ASI) and modification of Additional Feeding (PMT) by utilizing local food ingredients in Rejosari Village, Kangkung District, Kendal Regency. The method used is the preparation stage, implementation stage and evaluation stage. In the preparation stage, observations were carried out and visits to the village midwife to look for data regarding stunting in Rejosari Village, coordinating with Village cadres, and distributing invitations to invited guests (Rejosari Village Head, community members with toddlers, and pregnant women). The implementation stage includes conveying information, questions and answers between the audience and the presenter, and direct practice in making MP-ASI and PMT and at the end of the event closed with a group photo. The final stage is the evaluation stage. The result of carrying out this activity is that all participants learned how to process MP-ASI which has balanced nutritional content from ingredients that are easily available (local), and participants learned how to process PMT with a nugget menu of local ingredients that are high in protein. Apart from that, the community, posyandu cadres and invited guests who were present looked very enthusiastic in participating in conversations and questions and answers about the information and techniques for processing MP-ASI and PMT that had been presented.

Keywords: MP-ASI, PMT, Stunting

1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan komponen Tri Dharma Perguruan Tinggi dan bentuk pengabdian mahasiswa kepada masyarakat agar mahasiswa dapat merasakan pengembangan diri, belajar, mengajar, mengabdikan, dan memahami potensi masyarakat yang sebenarnya, maka program KKN-T sangatlah penting (Bima Nugraha et al., n.d.). Kegiatan KKN-T juga merupakan bagian dari penerapan hasil penelitian dan pendidikan di perguruan tinggi, yang diharapkan dapat memberikan berbagai manfaat dan dampak baik bagi pemangku kepentingan, desa, dan pembangunan daerah. Program KKN ini dilaksanakan di Desa Rejosari yang merupakan bagian dari Kabupaten Kangkung Kabupaten Kendal. Dalam pelaksanaan KKN Universitas Alma Ata di Desa Rejosari memuat tema “Sinergi Optimalisasi Potensi Daerah untuk Ketahanan Pangan dan Kesehatan Keluarga Dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting”.

Desa Rejosari merupakan Desa yang berada di Kecamatan Kangkung Kabupaten Kendal. Desa Rejosari memiliki luas 104.225 km², berpenduduk 2.594 jiwa, 91 KK, dan terdiri dari dusun Wates, Wuluh, dan Bokingkin. Desa Rejosari terletak di bagian paling timur Kabupaten Kangkung dan berbatasan dengan Desa Kalirejo di utara, Karangayu-Lebosari di selatan, TanjungMojo di barat, dan Karangayu di timur. Tingkat pendidikan masyarakat ini sangat beragam, mulai dari yang hanya tamat sekolah dasar hingga yang tamat perguruan tinggi. Namun, sebagian besar masyarakat sudah mengetahui mana penyakit yang menular dan mana yang tidak.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Alma Ata yang memuat tema “*Sinergi Optimalisasi Potensi Daerah untuk Ketahanan Pangan dan Kesehatan Keluarga Dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting*”. Stunting merupakan masalah ketika anak-anak gagal mencapai pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang optimal akibat kekurangan gizi kronis, maka akan timbul masalah kesehatan dan pertumbuhan yang serius pada anak-anak. Hilangnya nutrisi dalam waktu lama pada masa krusial 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang menjadi salah satu penyebab stunting bisa saja terjadi. Asupan gizi anak akan sangat dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran orang tua (Riska, 2021). Sejak janin masih dalam kandungan hingga anak berusia dua tahun, stunting bisa terjadi. Tumbuh kembang anak akan terdampak bila hal ini tidak diimbangi dengan catch-up growth (Astuti et al., 2022). Pada dasarnya makanan, pertumbuhan, dan kesehatan janin mempunyai pengaruh yang cukup besar terhadap kesehatan ibu hamil. Berat badan bayi saat lahir bisa saja kurang jika rahimnya tidak membesar. Selain itu, sosial ekonomi dalam keluarga menjadi salah satu faktor yang mungkin berkontribusi terhadap penurunan tersebut, seperti rendahnya pendapatan keluarga, orang tua yang tidak berpendidikan, ibu yang buta huruf, dan lain sebagainya (Fitri Ariyaning Tiyas et al., n.d.). Stunting kini diakui sebagai masalah kesehatan masyarakat karena menempatkan anak-anak pada risiko lebih tinggi terhadap penyakit, kematian, dan tantangan perkembangan baik dalam perkembangan motorik maupun otak mereka (Rahmadhita, 2020). WHO mencatat Indonesia memiliki angka kejadian tertinggi ketiga di Asia Tenggara, dengan angka 27,7% (Hidayah et al., 2021).

Kasus stunting menunjukkan bahwa Indonesia berada pada peringkat 115 dari 151 negara dalam hal prevalensi stunting secara global dan belum mencapai tujuan nasional untuk menurunkan kejadian stunting, menurut data Bank Dunia tahun 2020 (Astuti et al., 2022). Ada banyak faktor sering menyebabkan stunting pada bayi. Faktor-faktor yang berhubungan langsung dengan masalah tersebut perlambatan yaitu asupan makanan dan status kesehatan. Faktor implisit stunting yaitu pola asuh orang tua, pelayanan kesehatan, faktor ibu dan lingkungan ilmu pengetahuan dalam negeri. Penyebab permasalahan yang menyebabkan pertumbuhan tersebut adalah kondisi keuangan keluarga Sangat rendah (Semba & Bloem, n.d.). Angka kejadian stunting pada anak di Kabupaten Kendal dilaporkan sebesar 13,3% atau 7.892 anak pada Rabu 20 Juli 2022 (kendakab.go.id), menurut statistik Dinas Kesehatan Kabupaten Kendal. Dari sekitar 120 total balita di Desa Rejosari, data balita stunting menunjukkan 10 anak terindikasi stunting, 6 anak terindikasi stunting, dan 8 anak terindikasi gizi buruk.

Di Desa Rejosari, Kangkung, Kendal, kasus stunting menjadi perhatian utama serta diperlukan upaya khusus untuk mencegah stunting dan meningkatkan kualitas gizi anak di desa Rejosari. Hal ini dilakukan karena parahnya dampak stunting terhadap balita, perlunya asupan nutrisi yang cukup, dan upaya pencegahan stunting di Desa Rejosari. MP-ASI yang baik berperan

penting dalam memenuhi kebutuhan gizi anak, dan inovasi pengolahan dapat membantu mengoptimalkan nilai gizi makanan tersebut (Nabilla et al., 2022). Selanjutnya pemberian makanan tambahan (PMT) yang dilakukan dengan konseling gizi berpotensi untuk memperbaiki gizi yang kurang pada anak usia 6-12 tahun. Selain itu pentingnya meningkatkan kesadaran masyarakat akan penerapan pola makan seimbang bagi tumbuh kembang anak. Berdasarkan hal tersebut, pengabdian ini dilakukan agar meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya gizi bagi anak serta bagaimana cara mengolah MP-ASI dan Modifikasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan memanfaatkan bahan pangan lokal.

Pengabdian yang dilakukan oleh (Iis Fatimawati et al., 2022) yang menemukan bahwa Salah satu penyebab terjadinya pemberian MP-ASI yang tidak tepat adalah pengaruh lingkungan, budaya, dan pengetahuan. Untuk mengundang dan memberikan dorongan serta pendidikan kesehatan bagi mereka yang berada dalam suasana ini, orang-orang yang berkepentingan tersebut harus mengambil peran aktif serta meningkatkan pengetahuan ibu khususnya dalam hal pemberian MP-ASI yang tepat dan akurat sehingga ibu dapat melakukannya diperlukan perilaku yang lebih baik. Dengan pengetahuan gizi yang lebih baik dan langkah-langkah praktis persiapan MP-ASI, dan modifikasi PMT diharapkan para orang tua dan masyarakat desa dapat menjaga kesehatan dan tumbuh kembang anak-anaknya. Pengabdian lain yang dilakukan oleh (Sarni et al., 2022) bahwa pemberian makanan tambahan (PMT) pada balita memberikan pengaruh yang sangat signifikan yaitu dapat meningkatkan berat badan serta memperbaiki status gizi pada balita. Oleh karena itu, pengabdian yang dilakukan ini bertujuan untuk pemberdayaan pangan lokal, yang berfokus pada inovasi proses pengolahan Makanan Pendamping-Air Susu Ibu (MP-ASI) dan Modifikasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) sebagai upaya untuk pencegahan stunting. Adapun penerapan pengabdian yang dilakukan yaitu memberikan penyuluhan tentang pentingnya gizi, nilai gizi dan cara mengolah MP-ASI dan PMT yang dimodifikasi dengan benar, yang dapat dicerna oleh bayi berusia antara 6 hingga 59 bulan. Untuk mencegah stunting, program kerja ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dan bermanfaat bagi masyarakat Desa Rejosari dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya pola makan sehat pada anak, khususnya pada masa kehamilan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian ini berlangsung pada hari Kamis, 24 Agustus 2023 pukul 09:00 WIB di Balai Desa Rejosari, Kecamatan Kangkung, Kabupaten Kendal, Provinsi Jawa Tengah. Inisiatif terkait stunting ditangani dan dicegah melalui sosialisasi, demo memasak MP-ASI, PMT, serta tanya jawab antara pemateri dan peserta. Bidan desa dan Puskesmas bekerja sama dalam kegiatan sosialisasi dan demonstrasi pengolahan MP-ASI dan modifikasi PMT ini. Program ini diperuntukkan bagi 60 peserta, meliputi kader posyandu, ibu hamil, dan ibu anak kecil di Desa Rejosari, Kecamatan Kangkung, Kabupaten Kendal. Tahapan yang telah diselesaikan dalam kegiatan ini antara lain sebagai berikut:

- a. Tahap Persiapan Kegiatan
 - 1) Melakukan observasi serta koordinasi dengan Bidan Desa Rejosari untuk penyelenggaraan kegiatan.
 - 2) Melakukan observasi serta koordinasi dengan kader di masing-masing posyandu dukuh di Desa Rejosari antara lain dusun Wates, dusun Bokingken, dan dusun Wuluh. Koordinasi tersebut meliputi jumlah peserta posyandu yang akan hadir pada saat kegiatan, waktu dan tempat dalam memberikan sosialisasi edukasi dan inovasi.
 - 3) Melakukan penyebaran undangan kepada peserta dan tamu undangan terkait sosialisasi edukasi dan inovasi.
 - 4) Membuat daftar hadir, materi, sarana prasarana, dan penunjang lainnya.
- b. Tahap Pelaksanaan Kegiatan
Tahap pelaksanaan kegiatan yang berlangsung pada hari Kamis, 24 Agustus 2023 pukul 09:00 WIB di Balai Desa Rejosari, Kecamatan Kangkung, Kabupaten Kendal, Provinsi Jawa Tengah. Adapun rangkaian acara didalamnya yaitu sebagai berikut :

- 1) Menyiapkan daftar hadir, materi, sarana prasarana, dan penunjang lainnya. Penyampaian materi sosialisasi melalui ceramah tentang upaya pencegahan stunting melalui proses kreatif MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) dan PMT (Pemberian Makanan Tambahan).
 - 2) Materi informasi yang dibagikan mencakup definisi dasar stunting, daftar berbagai jenis masalah stunting, dan saran tentang cara menghindarinya.
 - 3) Selain itu, praktik langsung demonstrasi memasak dengan menggunakan menu MP-ASI dan PMT yang berbahan dasar lokal sebagai cara untuk meningkatkan kebutuhan pangan sekaligus mempermudah perolehannya.
 - 4) Sesi tanya jawab mengenai informasi dan praktik demo memasak yang telah disampaikan kepada peserta merupakan kegiatan terakhir.
- c. Tahap Evaluasi
- 1) Evaluasi Persiapan Kegiatan
Persiapan kegiatan merupakan kegiatan yang dipersiapkan sebelum acara dilaksanakan, diantaranya melakukan observasi, melakukan rapat bersama guna memperoleh keputusan bersama, melakukan koordinasi mengenai acara dengan kader setempat, koordinasi mengenai tempat pelaksanaan dan konsumsi serta penyebaran undangan untuk tamu undangan. Dalam kegiatan ini telah dilakukan dengan terstruktur dan tanpa terlewat satu pun karena dalam tahap ini sudah dilakukan secara bertahap dari H-7 acara sampai H-3 acara pelaksanaan.
 - 2) Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan
Evaluasi pelaksanaan kegiatan dari mulai mempersiapkan daftar hadir, materi, sarana dan prasarana dan pendukung lainnya, serta penyampaian materi sosialisasi yang dilakukan menggunakan metode ceramah tentang upaya pencegahan stunting melalui inovasi pengolahan MP-ASI (Makanan Pendamping ASI) dan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) dilaksanakan dengan terstruktur. Tetapi dalam pelaksanaan tersebut menjadi tidak kondusif yang disebabkan oleh banyaknya anak-anak yang aktif bermain yang menjadikan suara-suara yang bertabrakan dengan sosialisasi di depan. Selain itu, terdapat kesalahan penempatan alat-alat yang digunakan untuk pengolahan/memasak MP-ASI dan Modifikasi PMT yang menjadikan peserta tidak bisa melihat secara jelas mengenai pengolahan tersebut. Namun, untuk mengatasi hal tersebut saat melakukan pengolahan diiringi dengan penjelasan instruksi yang jelas mengenai bahan-bahan dan langkah-langkah cara pengolahannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta kegiatan “Pemberdayaan Pangan Lokal Melalui Inovasi Pengolahan MP-ASI dan Modifikasi PMT Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Rejosari, Kangkung, dan Kendal” antara lain orang tua balita, ibu hamil, dan kader posyandu Desa Rejosari.



Gambar 1. Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Masyarakat dan kader posyandu di Aula Desa Rejosari

Acara diawali dengan sambutan oleh Kepala Desa Rejosari dan dilanjutkan oleh ketua KKN-T Universitas Alma Ata Yogyakarta. Pemateri kemudian menyampaikan informasi mengenai

inisiatif penghentian stunting. Secara teknis, sosialisasi ini akan dilakukan dengan mengundang ahli gizi dari Puskesmas Kangkung. Salah satu mahasiswa program studi gizi Universitas Alma Ata akan memaparkan materi tersebut. Peserta yang memiliki anak balita, ibu hamil, dan kader posyandu di Desa Rejosari diundang dalam upacara tersebut. Sosialisasi ini dilaksanakan di Desa Rejosari Kecamatan Kangkung Kabupaten Kendal, hal ini bertujuan untuk membantu perolehan pengetahuan baru, seperti informasi tentang stunting dan gizi. Tujuan dari informasi ini adalah untuk membantu pencegahan dini terhadap masalah tumbuh kembang anak.

Penjelasan awal yang diberikan kepada masyarakat dalam acara ini berkaitan dengan gagasan mendasar tentang stunting dan ciri-ciri balita yang mengalami stunting, bagaimana proses terjadinya stunting, dan bagaimana cara pencegahan atau penanganan stunting. Stunting merupakan masalah besar bagi kesehatan dan pertumbuhan anak yang terjadi Ketika tubuh anak tidak menunjukkan perkembangan kognitif yang optimal akibat kekurangan gizi jangka panjang. Ciri-ciri anak stunting tidak aktif bermain, batuk kronis, demam, serta berkeringat pada malam hari, sering lemas, dan bayi tidak dapat menyusu dengan baik. Stunting kerap terjadi saat anak dalam kandungan dan akan mulai terlihat saat anak memasuki usia 2 tahun (Imelda et al., 2020). Bagi anak Baduta (bawah dua tahun) sangatlah penting bagi orang tua untuk menjalankan PMBA yang baik dan benar. Untuk itu dalam sosialisasi juga dibahas terkait pemberian makanan bayi dan anak atau sering disebut (PMBA).

Pedoman proses PMBA (Pemberian Makanan Bayi dan Anak) dibagi menjadi beberapa tahap yang wajib dijalani yaitu terkait IMD (Inisiasi Menyusu Dini), Pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan, Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang merupakan Makanan pendamping ASI diberikan kepada bayi setelah usia 6-24 bulan sebagai makanan penambah nutrisi bayi selain ASI dan dilanjutkan dengan pemberian ASI hingga usia 2 tahun atau lebih untuk meningkatkan bonding antara ibu dan bayi (Fitriani et al., 2021). Selain itu dapat meningkatkan daya tahan tubuh anak kelak. MP-ASI berperan penting bagi pertumbuhan dan perkembangan gizi pada anak diantaranya yaitu untuk mencukupi kebutuhan nutrisi selain dari asi, untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik bayi, mencegah terjadinya gizi buruk pada anak, serta melatih kebiasaan makan pada anak (Nouvelita Listana & Rani Rinekasari, 2021). Tepat waktu, memadai, aman, dan diberikan dengan benar merupakan salah satu pedoman pemberian MP-ASI. MP-ASI harus diberikan pada waktu yang tepat, dengan nilai gizi yang tepat, dengan cara yang aman untuk disajikan dan disimpan. Apabila kebutuhan energi dan nutrisi bayi tidak dapat dipenuhi oleh ASI, maka dapat diberikan MP-ASI (Wardha Alvita et al., 2021). Kegagalan pemberian MP-ASI tepat waktu, terlalu cepat (kurang dari 4 bulan), atau terlambat (lebih dari 7 bulan) dapat menimbulkan dampak negatif, termasuk peningkatan risiko diare, sensitisasi alergi, tingkat keberhasilan, dan anemia (Wardha Alvita et al., 2021). Berdasarkan Buku Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak pemberian MP-ASI bagi Bayi dibawah dua tahun (BADUTA) menurut Kemenkes (Kementerian Kesehatan, n.d.) 2020 :

Tabel 1. Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) Berdasarakan Buku Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak

Usia	Jumlah Energi dari MP-ASI yang dibutuhkan per hari	Konsistensi/Tekstur	Frekuensi	Jumlah Setiap Kali Makan
6-8 bulan	200 kilokalori	Mulai dengan bubur makanan lumat	2-3 kali setiap hari, 1-2 kali selingan dapat diberikan	Mulai dengan 2-3 sendok makan setiap kali makan, tingkatkan bertahap hingga ½ mangkok berukuran 250 ml (125ml)

9-11 bulan	300 kilokalori	Makanan yang dicincang halus dan makanan yang dapat dipegang	3-4 kali setiap hari, 1-2 kali selingan dapat diberikan	½- ¾ mangkok ukuran 250 ml (125 – 200 ml)
12-23 bulan	550 kilokalori	Makanan Keluarga	3-4 kali setiap hari, 1-2 kali selingan dapat diberikan	¾ - 1 mangkok ukuran 250 ml
Jika Tidak Mendapat Asi (6-23 bulan)	Jumlah kalori sesuai dengan kelompok usia	Tekstur /konsistensi sesuai dengan kelompok usia	Frekuensi sesuai dengan kelompok usia dan tambahkan 1-2 kali makan ekstra, 1-2 kali selingan dapat diberikan	Jumlah setiap kali makan sesuai dengan kelompok umur, dengan penambahan 1-2 gelas susu per hari @250 ml dan 2-3 kali cairan (air putih, kuah sayur)

Disamping itu upaya pencegahan yang dilakukan selanjutnya yaitu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada bayi berusia 6-59 bulan, adapun tujuan PMT yaitu untuk mencegah ancaman status gizi kurang dan kesehatan pada balita melalui PMT berbasis pangan lokal. Dengan adanya PMT diharapkan dapat mencegah terjadinya malnutrisi dalam pertumbuhan dan perkembangan balita yang mana dapat memicu terjadinya stunting pada anak (Farzi et al., 2021). Dalam kegiatan ini terdapat praktik memasak modifikasi menu PMT dengan memanfaatkan pangan lokal, yang didalamnya terdapat kandungan gizi yang baik untuk dikonsumsi anak-anak untuk pemenuhan gizi dan sebagai upaya pencegahan stunting. Terkait penyebab dan pencegahan stunting dijelaskan bahwa nutrisi yang tepat sangat penting untuk mencegah stunting pada anak. Para ibu juga diharapkan memiliki pengetahuan tentang cara memberikan PMT atau jajanan sehat kepada anak guna memenuhi kebutuhan gizinya (Husen et al., n.d.).

Pemberian ASI eksklusif hingga anak berusia enam bulan, imunisasi lengkap pada anak, pemantauan asupan gizi anak dengan menggunakan MP-ASI, menjaga kebersihan lingkungan, sanitasi bersih, dan air bersih merupakan contoh upaya pencegahan yang dapat dilakukan. terpenuhi. Informasi yang diberikan diharapkan dapat membantu masyarakat dan kader posyandu dalam mengenali gejala stunting pada anak sehingga dapat memantau tumbuh kembang bayi baru lahir dan balita.

Acara berikutnya melakukan demo masak inovasi baru terhadap MP-ASI dan Modifikasi PMT simple yang tinggi protein dengan bahan yang mudah didapat, murah, sehat dan dapat dijangkau oleh masyarakat. Berikut bahan yang diperlukan beserta cara pembuatannya:

3.1. Pembuatan MP-ASI dengan Olahan Pangan Lokal



Gambar 2. Menu Produk MP-ASI berbahan pangan lokal

Dalam pembuatan MP-ASI dengan olahan pangan lokal yaitu menggunakan bahan-bahan seperti Nasi 30 gram/1 sendok makan, Bayam 30 gram/2 sendok makan, Wortel 30gram/2 sendok makan, Telur ayam 1 butir, Tahu putih 1 potong/40gram. Adapun kandungan gizi yang terkandung didalam satu resep MP-ASI tersebut diantaranya total energi 190 kilokalori, protein 13gram, lemak 8,5gram, karbohidrat 16gram.

Cara Pembuatan MP-ASI dengan olahan pangan lokal yaitu pertama haluskan nasi menggunakan sendok hingga lunak, haluskan 1 buah tahu hingga lunak, cincang halus wortel dan bayam lalu sisihkan, cincang halus bawang putih lalu sisihkan. Panaskan panci atau wajan beri 1 sendok minyak kelapa setelah panas masukkan cincangan bawang putih hingga harum, kemudian masukkan tahu dan nasi yang dihaluskan lalu tambahkan satu gelas air masak hingga mendidih, setelah mendidih masukkan telur aduk hingga telur matang. Lalu masukkan cincangan wortel tunggu hingga air menyusut dan wortel menjadi lunak. Terakhir masukkan cincangan bayam aduk sebentar lalu matikan kompor. Setelah bubur matang, saring menggunakan saringan teh hingga habis. MP-ASI siap dihidangkan untuk buah hati. Resep MP-ASI ditujukan untuk anak usia 9-12 bulan dengan tekstur MP-ASI yang halus bertekstur.

3.2. Pembuatan Modifikasi PMT dengan Olahan Pangan Lokal



Gambar 3. Menu Produk Modifikasi PMT (Nugget tinggi protein) berbahan pangan lokal

Dalam pembuatan modifikasi PMT dengan olahan pangan lokal yaitu membuat menu Nugget tinggi protein yang menggunakan bahan-bahan seperti potong Tahu, 1 ekor ikan bandeng, 1 butir telur, 3 sendok makan wortel, 4 sendok makan bayam hijau, 1 sendok makan seledri, 4 sendok makan tepung terigu, 2 sendok makan tepung tapioka, 100 gram tepung roti, 1/4 garam, lada, gula, minyak goreng (secukupnya). Adapun kandungan gizi yang terkandung dalam satu resep nugget tersebut diantaranya energi 519,1 kilokalori, protein 32,1 gram, lemak 22,3 gram, dan karbohidrat 47,6 gram.

Cara pembuatan menu nugget tinggi protein sebagai modifikasi PMT yaitu pertama siapkan bahan, bandeng yang sudah matang di bersihkan dari duri halus dan lumatkan (bila menggunakan bandeng presto maka tinggal lumatkan), lalu siapkan wadah, masukan ikan bandeng yang sudah di lumatkan, telur ayam, wortel, bayam, bumbu seperti bawang merah dan putih, garam, lada, gula. Campur hingga merata, setelah merata, masukan tepung terigu dan tepung tapioka sesuai takaran dan aduk hingga rata. Tambahkan 2 sdm bila adonan terasa berat/padat, tambahkan daun bawang dan seledri aduk lagi hingga merata, lalu tuang dalam loyang, panaskan kukusan ± 10 menit, kemudian masukan adonan dan kukus hingga matang ± 15 menit, angkat dan dinginkan terlebih dahulu, keluarkan dari cetakan dan potong sesuai selera, cairkan 3 sdm tepung terigu dengan air. Masukan potongan nugget, lalu balur nugget dengan tepung roti hingga terlapisi sempurna, goreng nugget yang sudah dibalur dengan minyak panas hingga golden brown, angkat dan nugget siap di sajikan.

Sosialisasi, praktik demonstrasi pengolahan MP-ASI dan modifikasi PMT dan tanya jawab antara pemateri dan peserta mengenai inisiatif pencegahan stunting menandai berakhirnya kegiatan sosialisasi. Kesadaran dan pemahaman mereka terhadap perubahan sikap dan perilaku

kesehatan diharapkan dapat meningkat melalui inisiatif edukasi dan sosialisasi terkait inovasi MP-ASI dan modifikasi PMT dengan menu nugget berprotein tinggi. Untuk menghindari terjadinya stunting pada balita dan ibu hamil, edukasi ini diyakini mampu membantu masyarakat dan kader posyandu dalam meningkatkan pemahaman dan praktik langsung di masyarakat mengenai gizi sehat.

3.3. Dokumentasi Pelaksanaan

3.3.1. Tahap Persiapan Kegiatan

Pada tahap persiapan kegiatan pada poin (a) dilakukannya observasi ke tempat bidan desa Rejosari, lalu poin (b) Setelah melakukan observasi ke bidan desa dilangsungkan rapat kelompok untuk keputusan pembuatan program kerja pengabdian, poin (c) Setelah itu membantu posyandu dan melakukan koordinasi terkait program kerja pengabdian yang telah di sepakati, poin (d) Melakukan koordinasi kepada Kepala Desa Rejosari mengenai program kerja, poin (e) Melakukan penyebaran undangan untuk sasaran program kerja diantaranya kader posyandu, ibu hamil, dan ibu anak kecil di Desa Rejosari, poin (f) Melakukan persiapan bahan untuk pengolahan MP-ASI dari bahan pangan lokal.



Gambar 4. Tahap Persiapan Kegiatan

3.3.2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Pada tahap pelaksanaan kegiatan pada poin (a) Kegiatan diawali dengan sambutan oleh Kepala Desa Rejosari, lalu poin (b) Penyampaian sosialisasi mengenai pentingnya gizi dan nilai gizi bagi anakoleh pemateri, poin (c) Masyarakat sangat antusias dalam mendengarkan sosialisasi oleh pemateri, poin (d) Pelaksanaan demonstrasi memasak/mengolah MP-ASI dan modifikasi pemberian makanan tambahan (PMT), poin (e) Pemberian makanan tambahan (PMT) kepada anak-anak yang telah diolah dengan menu varian Nugget tinggi protein yang berbahan dari pangan lokal, poin (f) Pemberian MP-ASI kepada balita yang telah diolah dari bahan pangan lokal.



Gambar 5. Tahap Pelaksanaan Kegiatan

3.3.3. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi dilakukan setelah kegiatan selesai pada poin (a) Melakukan evaluasi bersama kelompok yang dimulai dari tahap persiapan hingga tahap akhir, selain itu pada poin (b) Melakukan evaluasi bersama kader posyandu dan ibu balita yang mana dari pihak tersebut memberikan respon positif terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan, bahwa kegiatan tersebut sangat membantu Desa Rejosari untuk bebas *stunting*.



Gambar 6. Tahap Evaluasi

4. KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi dan demonstrasi pemberdayaan pangan lokal melalui inovasi pengolahan MP-ASI dan modifikasi PMT sebagai upaya pencegahan stunting yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN Tematik Universitas Alma Ata Yogyakarta di Desa Rejosari telah bekerja sama dengan pemangku kepentingan untuk memilih sasaran kegiatan, khususnya ibu hamil dan orang tua balita yang terdiagnosis stunting maupun belum. **Tujuan** dari latihan ini adalah untuk mengedukasi peserta tentang pentingnya gizi, nilai gizi, MP-ASI, dan PMT. Acara tersebut kemudian menampilkan demonstrasi seberapa baik pemrosesan MP-ASI dan modifikasi PMT dengan bahan-bahan lokal sebagai bentuk pemberdayaan pangan lokal di Desa Rejosari dengan tetap mematuhi peraturan keselamatan. Saat berdiskusi dan bertanya mengenai materi yang disampaikan, peserta sangat terlibat dan bersemangat. **Kekurangan** dari pengabdian ini yaitu

hanya berfokus pada satu desa saja (Desa Rejosari, Kangkung, Kendal), lalu dalam pelaksanaan tersebut menjadi tidak kondusif yang disebabkan oleh banyaknya anak-anak yang aktif bermain yang menjadikan suara-suara yang bertabrakan dengan sosialisasi di depan. Selain itu, terdapat kesalahan penempatan alat-alat yang digunakan untuk pengolahan/memasak MP-ASI dan Modifikasi PMT yang menjadikan peserta tidak bisa melihat secara jelas mengenai pengolahan tersebut. **Hasil** dari kegiatan ini yaitu dapat meningkatkan pengetahuan serta wawasan bagi orang tua baduta/batita/balita dan ibu hamil mengenai pentingnya kecukupan kebutuhan gizi bagi anak dan semasa kehamilan. Dari kegiatan ini maka peserta semuanya mendapatkan cara mengenai pengolahan MP-ASI yang memiliki kandungan gizi seimbang dari bahan-bahan yang mudah didapat (lokal), dan peserta mendapatkan cara mengenai pengolahan PMT dengan menu Nugget agar bervariasi melalui bahan lokal yang berprotein tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh masyarakat, kader, bidan desa, perangkat Desa Rejosari, dan seluruh pihak lain yang tidak dapat disebutkan namanya secara individu namun telah memberikan perhatian, bantuan, dan informasi mulai dari masa observasi hingga pelaksanaan tindakan. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Alma Ata yang telah menyiapkan program KKN-T di Desa Rejosari sehingga dapat mengambil bagian dalam program penghentian dan penurunan stunting. Terima kasih juga disampaikan kepada para hadirin dan tamu undangan yang aktif berpartisipasi dalam diskusi, tanya jawab, dan berbagi pengalaman untuk memberikan saran kepada penulis dan profesional kesehatan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, W. F., Wahid Mahendra, A., Febria Satriadi, R., Ramadhan, Z., Arsini, Y., -, H., Gothamy, D., Halwa Auni Apriniati, B., Ayu Trisnaningstyas, S., -, A., Agustin, N., & Atri Komala Sari, M. (2022). UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI KEGIATAN PENYULUHAN DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN DI DESA BEBER, KECAMATAN BATUKLIANG, KABUPATEN LOMBOK TENGAH. *Jurnal Warta Desa (JWD)*, 4(2), 96–103. <https://doi.org/10.29303/jwd.v4i2.186>
- Bima Nugraha, F., Putri Perwitasari, A., Aulia Muhajir, M., Dalila, N., Najmu Zamaludin, A., Kurnia Ningsih, E., Ningsih, N., Nurul Aini, S., & Tri Susilowati, I. (n.d.). *SAFARI :Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia PUDDING TEMULAWAK SEBAGAI MAKANAN PENCEGAH STUNTING DI DESA GONDANG KECAMATAN CEPILING KABUPATEN KENDAL TEMULAWAK PUDDING AS STUNTING PREVENTION FOOD IN GONDANG VILLAGE, CEPILING SUB-DISTRICT, KENDAL DISTRICT*. <https://jurnal-stiepari.ac.id/index.php/safari34>
- Farzi, A., Irawan, D., & Puji Astutik, R. (2021). Analisis Kinerja Circuit Breaker 20 KV PLTA Wonorejo Bermedia SF6 (Sulphur Hexaflouride). *Jurnal Health Sains*, 2(1). <https://doi.org/10.46799/jsa.v2i1.166>
- Fitri Ariyaning Tiyas, M., Jaka Sarwadhamana, R., & Alma Ata, U. (n.d.). *Bangun Desa: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Fitriani, D. A., Astuti, A. W., & Utami, F. S. (2021). Dukungan tenaga kesehatan dalam keberhasilan ASI eksklusif: A scoping review. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 5(1). <https://doi.org/10.32536/jrki.v5i1.176>
- Hidayah, A., Siswanto, Y., & Dian Pertiwi, K. (2021). 76 JPPKMI 2 (1) (2021) 76-83 *Riwayat Pemberian MP-ASI dan Sosial Ekonomi dengan Kejadian Stunting pada Balita Abstrak*. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jppkmiURL:https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jppkmi/article/view/47526>

- Husen, A. H., Fathea Angelia, S., Putri, J. A., Panjaitan, M. N., Shofir, A. F., & Fahrudin, T. M. (n.d.). *Efektivitas Sosialisasi dan Pemberian PMT Sebagai Upaya Perbaikan Gizi Guna Menurunkan Angka Risiko Stunting Pada Anak di Desa Kembangstri*.
- Iis Fatimawati, Diyah Arini, Puji Hastuti, Dwi Ernawati, Qori' Ila Saidah, Astrida Budiarti, & Faridah. (2022). Edukasi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian MP ASI pada Bayi dan Balita di Kelurahan Sukolilo Surabaya. *SEMINAR NASIONAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT 2021*, 1(1). <https://doi.org/10.33086/snpm.v1i1.918>
- Imelda, I., Rahman, N., & Nur, R. (2020). Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Umur 2-5 Tahun Di Puskesmas Biromaru. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(1). <https://doi.org/10.22487/ghidza.v2i1.6>
- Kementerian Kesehatan, R. I. (n.d.). *Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak*.
- Nabilla, D. Y., Sabta Aji, Dr. A., Nufaisah, A., Saputri, W., Aprilia, V., Rahayu, H. K., & Salfarino, R. (2022). Pengembangan Biskuit "Prozi" Tinggi Protein dan Kaya Zat Besi untuk Ibu Hamil sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Amerta Nutrition*, 6(1SP). <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i1sp.2022.79-84>
- Nouvelita Listana, H., & Rani Rinekasari, N. (2021). Pengembangan Program Penyuluhan Makanan Pendamping ASI untuk Posyandu. *Jurnal Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 7(1).
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Juni*, 11(1), 225-229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Riska, N. (2021). PENGARUH PELATIHAN TENTANG PEMILIHAN MAKANAN SEHAT UNTUK MENCEGAH TERJADINYA STUNTING MELALUI EDUKASI GIZI TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 8, 175-185. <http://doi.org/10,21009/JKKP.082.06>
- Sarni, Y., Hutagalung, V., Lestari, A. R., Usmaini, R., & Akbar, R. (2022). Peningkatan status gizi balita kekurangan gizi dari intervensi program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di wilayah kerja Puskesmas Klasaman Kota Sorong. *Tropical Public Health Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.32734/trophico.v2i1.8658>
- Semba, R. D., & Bloem, M. W. (n.d.). *Nutrition and Health in Developing Countries Nutrition and Health in Developing Countries HUMANA PRESS HUMANA PRESS*.
- Wardha Alvita, G., Dwi Winarsih, B., Hartini, S., Faidah, N., Studi, P., Keperawatan, I., Cendekia, S., & Kudus, U. (2021). *PENINGKATAN PEMAHAMAN MASYARAKAT PENTINGNYA ASI DAN MP ASI YANG TEPAT DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS REJOSARI DI DESA CRANGGANG*. 4(2). <http://jpk.jurnal.stikeskendekiautamakudus.ac.id>

Halaman Ini Dikосongkan