



## Pelatihan Kader Posyandu dalam Pembuatan Makanan Pendamping ASI dengan Pemanfaatan Pangan Lokal di Kabupaten Mamuju

*Integrated Health Service Post (Posyandu) Cadres Training in Making Complementary Breast Milk Foods by Utilizing Local Food in Mamuju Regency*

**Erdiawati Arief<sup>1</sup>, Yudianti<sup>1</sup>, Hapzah<sup>1\*</sup>**

<sup>1</sup>Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Mamuju, Mamuju, Indonesia

\*Email Korespondensi: hapzahyuseng@gmail.com

### Abstrak

Masih rendahnya tingkat pemberian MP ASI yang berkualitas baik dari segi jumlah, jenis dan frekuensinya menyebabkan masih tingginya masalah gizi pada anak balita. Kader posyandu sebagai ujung tombak kegiatan pemerataan upaya Kesehatan kepada ibu balita, maka dipandang perlu adanya upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan para kader untuk memaksimalkan upaya pemerataan program kesehatan. Begitupula dengan peran ibu dan keluarga balita sangat besar dalam upaya mewujudkan status gizi anak yang optimal. Tujuan dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para kader posyandu, ibu balita dan keluarga balita sebagai pendamping balita tentang ketepatan pemberian MP-ASI dengan pemanfaatan pangan lokal guna menanggulangi masalah gizi kurang dan buruk termasuk stunting pada balita. Diharapkan melalui pelatihan MP-ASI lokal yang terdiri atas beberapa tahap kegiatan yaitu sosialisasi tentang MP ASI lokal, demo berbagai Resep MP-ASI berbahan dasar pangan local dan praktik pembuatan MP ASI lokal mandiri akan bisa meningkatkan peran serta para kader dan memaksimalkan peran ibu dan para keluarga balita dalam memenuhi pemberian MP ASI yang tepat kepada anak balita. Evaluasi dilakukan melalui pre dan post test. Hasil evaluasi dari pre dan post test menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata rata pengetahuan ibu yaitu dari 63,67 sebelum penyuluhan menjadi 92,05 setelah penyuluhan. Diharapkan petugas kesehatan dan desa senantiasa memberikan dukungan kepada para kader agar dapat secara terus menerus dapat membuat MP ASI lokal di samping terus berupaya tetap memberikan informasi gizi kepada ibu dan keluarga balita agar mereka tetap berupaya mempertahankan ataupun meningkatkan status gizi anak balita melalui pemberian MP ASI yang tepat.

**Kata kunci:** MP ASI Lokal, Balita, Pelatihan, Kader

### Abstract

*The still low provision of good quality MP-ASI in terms of quantity, type, and frequency causes the still high nutritional problems in toddlers. Posyandu cadres as the spearhead of activities to equalize health efforts for mothers of toddlers, it is deemed necessary to increase the knowledge and skills of cadres to maximize efforts to equalize health programs. Likewise, the role of mothers and families of toddlers is huge in efforts to realize the optimal nutritional status of children. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge and skills of posyandu cadres, mothers of toddlers, and families of toddlers as toddler companions regarding the appropriateness of providing MP-ASI with the use of local foods to overcome the problem of malnutrition and poor nutrition, including stunting in toddlers. It is expected that through local MP-ASI training consisting of several stages of activities, namely socialization of local MP-ASI, demonstration of various MP-ASI recipes made from local food, and independent local MP-ASI making practices will be able to increase the participation of Cadres and the role of mothers and toddler families in fulfilling the provision of appropriate MP-ASI to toddlers. Evaluation is carried out through pre- and post-tests. It is expected that health workers and villages will continue to provide support to Cadres so that they can continuously make local MP-ASI in addition to continuing to strive to provide nutritional information to mothers and toddler families so that they continue to maintain or improve the nutritional status of toddlers through the provision of appropriate MP-ASI.*

**Keywords:** Local MP ASI, Toddlers, Training, Cadres

### Pesan Utama:

- Para kader posyandu perlu memperoleh informasi dan keterampilan melalui pelatihan tentang pembuatan MP ASI lokal.
- Pembuatan MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal perlu terus dilakukan oleh para kader dengan dukungan dari puskesmas dan desa.

- Ibu balita tak terkecuali para keluarga balita perlu terus mendapatkan informasi gizi untuk tetap mempertahankan status gizi maupun untuk meningkatkan status gizi anak balita.
- Pelatihan tentang cara pembuatan MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal perlu diberikan kepada para ibu balita tak terkecuali keluarga balita untuk meningkatkan keterampilan mereka dalam memberikan MP ASI kepada anak Balita.



Copyright (c) 2025 Authors.

Received: 9 January 2025  
Accepted: 4 February 2025

DOI: <https://doi.org/10.56303/jppmi.v4i1.328>



This work is licensed under  
a Creative Commons Attribution-  
NonCommercial-ShareAlike 4.0  
International License

### Graphical Abstract

#### **Pelatihan Kader Posyandu dalam Pembuatan Makanan Pendamping ASI dengan Pemanfaatan Pangan Lokal di Kabupaten Mamuju**

- Para kader posyandu perlu memperoleh informasi dan keterampilan melalui pelatihan tentang pembuatan MP ASI lokal.
- Pembuatan MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal perlu terus dilakukan oleh para kader dengan dukungan dari puskesmas dan desa.



**Praktik pembuatan MP ASI Lokal oleh kader**



**Demo MP ASI Pangan Lokal**



**pengetahuan dan keterampilan para ibu balita dan keluarga balita serta para kader terkait MP ASI**

<https://www.journalmpci.com/index.php/jppmi>

### PENDAHULUAN

Sulawesi Barat merupakan provinsi dengan prevalensi stunting yang menempati urutan kedua setelah Nusa Tenggara Timur. Hasil SSGI 2022 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Sulawesi Barat sebesar 35%. Sedangkan di Mamuju sendiri sebagai salah satu kabupaten di Provinsi Sulawesi Barat memiliki prevalensi stunting sebesar 33,8%. Begitupula dengan prevalensi masalah gizi lain yaitu wasting sebesar 8,2% dan underweight sebesar 21,5% masih di atas angka nasional.

Stunting merupakan masalah gizi kronik yang disebabkan kurang pemberian ASI, MP ASI tidak tepat, pola asuh orang tua, dan pneumonia (Hapzah et al., 2023). MP ASI dini bisa menjadi salah satu penyebab masalah stunting pada anak karena MP ASI dini bisa meningkatkan resiko penyakit infeksi pada anak seperti diare (Yoshua Prihutama et al., 2018). Begitupun dengan frekuensi dan jumlah makanan yang diberikan kepada anak akan mempengaruhi status gizi. Pemberian makan yang kurang dan jumlahnya tidak sesuai kebutuhan ditambah lagi

dengan variasi makanan yang rendah akan menyebabkan anak mengalami gizi kurang dan stunting (Wangiyana et al., 2020).

Selama ini berbagai upaya telah dilakukan untuk menanggulangi masalah gizi kurang dan stunting pada anak. Upaya yang dilakukan antara lain penyuluhan dan demo MP ASI. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari 50% menjadi 80% berpengetahuan cukup di samping peningkatan keterampilan ibu dalam pembuatan MP ASI (Yudianti et al., 2023). Keragaman makanan juga menunjukkan adanya pengaruh terhadap kejadian stunting pada anak (Thobias & Djokosujono, 2021). Jenis makanan dianjurkan terdiri atas minimal 4 jenis bahan makanan berupa makanan pokok seperti sereal/umbi-umbian, lauk hewani berupa ikan/telur, lauk nabati berupa tempe/tahun atau kacang-kacangan, sayuran seperti daun kelor, bayam, dan wortel, dan buah-buahan seperti pisang dan pepaya yang kaya vitamin dan mineral setiap hari (Hapzah, 2021).

Wilayah Kecamatan Mamuju memiliki beberapa titik stunting di samping masalah gizi kurang dan desa Bambu merupakan salah satu lokus dengan prevalensi stunting dan masalah gizi kurang yang cukup tinggi. Hasil penelitian Yudianti dan Hapzah (2021) dengan judul pemberian makanan pendamping ASI terhadap status gizi anak stunting di kabupaten Mamuju yang bertujuan untuk menganalisis jenis, jumlah, frekuensi, dan waktu pemberian MP ASI terhadap anak stunting menunjukkan bahwa terdapat 72,3% anak yang memperoleh jenis makanan yang kurang beragam, dan sebanyak 80% anak yang memperoleh jumlah makanan yang kurang, serta terdapat hubungan yang signifikan antara jenis pemberian MP ASI beragam dengan stunting pada anak ( $p < 0.05$ , OR 2.590). Masih cukup banyaknya masalah gizi kurang dan stunting sehingga dianggap penting untuk memberikan pelatihan tentang pembuatan MP ASI dengan bahan dasar pangan lokal. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para ibu balita dan keluarga balita serta para kader terkait MP ASI.

## METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang pembuatan MP ASI dengan bahan dasar pangan lokal. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu balita, keluarga balita, dan kader posyandu. Pelaksanaan kegiatan terdiri atas beberapa tahapan pelaksanaan yaitu pengenalan dan sosialisasi potensi pangan lokal untuk pembuatan MP ASI, kegiatan ini dihadiri oleh 34 peserta, selanjutnya demonstrasi berbagai resep MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal, kegiatan ini dihadiri oleh 42 peserta, dan selanjutnya praktik pembuatan MP ASI mandiri oleh kader posyandu dari 7 posyandu. Adapun alur kegiatan pengabdian Masyarakat dapat dilihat pada gambar 1 berikut:



Gambar 1 Bagan Alur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

### A. Tahap Persiapan dan Sosialisasi

Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat melakukan persiapan dan sosialisasi dengan masyarakat desa Bambu. Kegiatan ini bertujuan untuk meminta izin pelaksanaan kegiatan sekaligus mensosialisasikan tujuan kegiatan untuk pelaksanaan pelatihan pembuatan MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal dengan sasaran ibu-ibu yang mempunyai balita, keluarga balita, dan kader posyandu.

### B. Tahap Pengenalan dan Sosialisasi Potensi Pangan Lokal

Pengenalan dan sosialisasi potensi pangan lokal dilakukan melalui metode penyuluhan dengan tujuan untuk menyampaikan informasi terkait MP-ASI, manfaat MP-ASI bagi anak usia 6- 24 bulan, dan

keamanan jajanan anak dengan memperhatikan bentuk, jumlah, jenis dan frekuensi pemberian sesuai umur anak dengan memanfaatkan pangan lokal yang mudah diperoleh dan mempunyai harga yang terjangkau. Di samping itu menghindarkan anak dari ketergantungan makanan instan baik makanan pokok maupun jajanan yang cenderung tidak sehat, banyak mengandung zat pengawet dan zat pewarna.

C. Demonstrasi resep MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal

Metode demo digunakan untuk memperagakan berbagai resep MP ASI mulai dari cara mempersiapkan bahan makanan, mengolah bahan makanan hingga menyajikan makanan. Resep MP ASI yang diberikan dianggap mudah diperoleh dan praktis cara pengolahannya. Demonstrasi dan pelatihan pembuatan MP-ASI dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam membuat MP-ASI lokal (Momongan & Sahelangi, 2018). Pemberian MP-ASI berdasarkan resep yang ada, diupayakan untuk menambah minyak atau santan di makanan anak karena bahan tersebut menimbulkan rasa gurih dan menambah nafsu makan anak sekaligus meningkatkan kalori bagi anak. Bahan makanan yang dipilih adalah bahan yang ada di sekitar yang memudahkan ibu balita mendapatkannya.

D. Praktik Pembuatan MP ASI Mandiri Kader

Setelah pelaksanaan demo resep MP ASI oleh Tim pengabdian Masyarakat kepada para ibu balita dan keluarga balita termasuk para kader posyandu. Maka kemudian para kader diinisiasi untuk melaksanakan praktik pembuatan MP ASI secara mandiri di wilayah posyandu masing masing. Praktik Pembuatan MP ASI ditujukan untuk mempraktikkan kembali hasil demo resep MP ASI yang telah diberikan sebelumnya oleh Tim Pengabdian Masyarakat. Hasil praktik sekaligus dapat dinikmati oleh para anak balita yang berkunjung ke posyandu.

E. Tahap Evaluasi

Bentuk evaluasi kegiatan ini adalah dengan memberikan pre dan post test kepada peserta. Sebelum penyuluhan, diberikan pretest untuk memperoleh gambaran tentang tingkat pengetahuan yang dimiliki peserta, setelah diadakan penyuluhan peserta kembali diberikan post test untuk melihat kemampuan peserta setelah mendapatkan edukasi tentang MP-ASI Lokal bagi tumbuh kembang balita.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat dilakukan di wilayah kerja puskesmas Bambu khususnya di Desa Bambu kecamatan Mamuju Kabupaten Mamuju. Ada beberapa jenis kegiatan yang telah dilakukan yaitu pengenalan dan sosialisasi potensi pangan lokal dalam pembuatan MP ASI dengan mengundang para kader posyandu di wilayah kerja puskesmas Bambu yaitu sebanyak 34 kader posyandu. Sosialisasi yang diberikan tentang syarat MP ASI secara umum yang dianjurkan baik dari segi frekuensi, jenis, jumlah dan waktu pemberian. Di samping itu juga diberikan suplemen materi tentang keamanan makanan dan minuman jajanan sehat bagi anak. Materi ini bisa menjadi referensi bagi kader posyandu dalam memberikan edukasi kepada para ibu balita di wilayah posyandu masing masing untuk meningkatkan berat badan para anak balita. Ibu yang memperoleh pengetahuan tentang gambaran frekuensi dan jenis makanan yang sehat dan bergizi melalui ceramah terbukti bisa meningkatkan pengetahuan para ibu (Hapzah dan Nurbaya, 2021). Kemudian dibahas juga tentang 5 kunci keamanan pangan bagi anak dan cara memperoleh pangan yang aman. Sebelum sosialisasi dilakukan pre test dan setelah penyuluhan dilakukan Kembali post test untuk melihat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah sosialisasi. Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi melalui penyuluhan lebih besar yaitu sebesar 92,05 dibandingkan rata-rata pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan yaitu sebesar 63,67.



Gambar 2. Sosialisasi potensi pangan lokal dalam pembuatan MP ASI

Pada pertemuan selanjutnya dilakukan demo MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal. Sasaran kegiatan ini adalah para ibu balita dan keluarga balita dan kader posyandu. Ada beberapa resep MP ASI yang diperagakan. Bahan MP ASI terutama dari pangan lokal di wilayah kecamatan Mamuju khususnya desa Bambu. Kegiatan demo MP ASI pangan lokal dapat tergambar pada gambar 3 dan gambar 4 berikut.



Gambar 3 Demo MP ASI Pangan Lokal

**Bubur Bayam**

Bahan - Bahan :

- 50 g bayam
- 40 g beras
- 20 ml santan
- 25 g telur

Cara Membuat :

1. Cuci bersih beras, kemudian masak Beras sampai jadi bubur
2. Haluskan bayam menggunakan Blender
3. Setelah menjadi bubur, tuangkan 1 butir telur, Santan 5 sdm, Bayam 5 sdm
4. Bubur bayam siap di sajikan

Kandungan Gizi  
Energi : 254,1 kkal  
Protein : 7,75 g  
Lemak : 10,44 g  
KH: 33,585 g

**Bubur Bayam Beras Merah**

Bahan - Bahan :

- 50 g beras merah
- 20 g bayam
- 30 g wortel
- 20 ml santan

Cara Membuat :

1. Cuci bersih beras, kemudian masak Beras sampai jadi bubur
2. Potong kecil-kecil wortel, potong kecil kecil wortel.
3. Kemudian Rebus wortel sampai tidak keras, lalu sisihkan.
4. Setelah menjadi bubur, tuangkan santan 10 ml sambil diaduk kemudian Masukkan wortel yang telah direbus.
5. Lalu Masukkan Bayam, aduk sampai matang lalu sajikan.

Kandungan Gizi  
Energi : 153,3 kkal  
Protein : 4,72 g  
Lemak : 7,58 g  
KH : 20,35 g

**Resep MP-ASI Pangan Lokal**

Gambar 4 Contoh Resep MP ASI Pangan Lokal

Kemudian pada pertemuan selanjutnya adalah praktik pembuatan MP-ASI berbahan dasar pangan lokal yang berlangsung secara bergiliran dari 7 Posyandu yang ada di wilayah Desa Bambu. Melalui kegiatan ini maka diharapkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan para kader dalam mempraktikkan kembali materi dan praktik yang telah diberikan pada pertemuan sebelumnya sehingga pembuatan MP ASI lokal dapat secara terus menerus berlangsung di setiap posyandu masing masing saat jadwal kunjungan posyandu. Salah satu kegiatan praktik pembuatan MP ASI lokal oleh kader posyandu dapat dilihat pada gambar 5 berikut.



Gambar 5. Praktik pembuatan MP ASI Lokal oleh kader

## **KESIMPULAN**

Kegiatan penyuluhan, demo, dan praktik pembuatan MP ASI Mandiri terlaksana dengan lancar. Ada rata rata peningkatan pengetahuan ibu tentang MP-ASI dari 63,67 menjadi 92,05. Adanya dukungan puskesmas dan pemerintah desa terhadap kegiatan dapat terlihat dari kehadiran pihak puskesmas dan desa dalam kegiatan penyuluhan. Antusias kader posyandu dalam demo MP ASI dapat terlihat dengan jelas saat kegiatan berlangsung dan nampak saat praktik pembuatan MP ASI Mandiri dengan menerapkan hasil praktik yang telah mereka dapatkan sebelumnya dalam volume yang besar. Diharapkan kegiatan MP ASI dengan pemanfaatan pangan lokal ini dapat berlangsung secara terus menerus oleh para kader posyandu di wilayah posyandu masing masing. Kemudian pihak puskesmas dan desa senantiasa memberikan dukungan terhadap para kader dalam pembuatan MP ASI pangan lokal tersebut sehingga dapat menambah asupan gizi para anak balita di wilayah kerja puskesmas Bambu.

## **PENDANAAN**

Dana kegiatan pengabdian Masyarakat ini berasal dari Poltekkes Kemenkes Mamuju.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih kepada institusi Poltekkes Kemenkes Mamuju atas pendanaan yang telah diberikan sehingga kegiatan pengabdian Masyarakat ini bisa terselenggara dan dapat dipublikasikan di jurnal pengabdian Masyarakat.

## **KONFLIK KEPENTINGAN**

Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hapzah. (2021). *Pemenuhan Gizi Bagi Anak Balita*. Syiah Kuala University Press.
- Hapzah, H., Asmuni, & Nurbaya, N. (2023). Stunting itu bukan hanya pendek: Studi kualitatif persepsi ibu tentang stunting dan faktor penyebabnya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(3), 28–35. <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/jkmi.18.2.2023.28-34>
- Hapzah, H., & Nurbaya, N. (2021). Penyuluhan Metode Ceramah terhadap Pengetahuan Ibu tentang Asupan Sayur dan Buah Anak SD. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 7(1), 16. <https://doi.org/10.33490/jkm.v7i1.232>
- Kemenkes RI. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Kemenkes RI. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4855>
- Momongan, N. R., & Sahelangi, O. (2019). *Pelatihan MP-ASI Pangan Berbasis Lokal dalam Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Status Gizi pada Anak dibawah Dua Tahun di Wilayah Puskesmas Kabupaten Minahasa Tenggara*. <https://doi.org/10.47718/gizi.v10i2.742>
- Thobias, I. A., & Djokosujono, K. (2021). Keragaman Makan Minuman sebagai Faktor Dominan Stunting pada Anak Usia 6-23 Bulan di Kabupaten Kupang. *JURNAL KESMAS DAN GIZI (JKG)*, 3(2), 136–143. <https://doi.org/10.35451/jkg.v3i2.592>
- Wangiyana, N. K. A. S., Karuniawaty, T. P., John, R. E., Qurani, R. M., Teng kawan, J., Septisari, A. A., & Ihyauddin, Z. (2020). Praktik Pemberian MPASI terhadap Risiko Stunting pada Anak Usia 6-12 Bulan di Lombok Tengah. *The Journal of Nutrition and Food Research*, 43(2). <https://pgm.persagi.org/index.php/pgm/article/view/666>
- Yoshua Prihutama, N., Agung Rahmadi, F., & Hardaningsih, G. (2018). *Pemberian Makanan Pendamping ASI Dini sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Anak Usia 2-3 Tahun*. 7(2), 1419–1430. <https://doi.org/10.14710/dmj.v7i2.21288>
- Yudianti, Y., Hapzah, H., Arief, E., & Nurbaya, N. (2023). Demo Mp-Asi Modifikasi Pangan Lokal Sebagai Media Edukasi Pada Keluarga Baduta. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(3), 2148. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i3.14273>
- Yudianti, Y., Hapzah, H., & Nurbaya, N. (2022). Asosiasi Pemberian MP-ASI terhadap Status Gizi Anak di Daerah Lokus Stunting di Mamuju. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 8(3), 206. <https://doi.org/10.33490/jkm.v8i3.698>