

## **Pemberdayaan Kader Posyandu untuk Inovasi MPASI-Lokal ”Ikan Kembung Como”**

**Erry Yudhya Mulyani<sup>1\*</sup>, Yumelda Sari<sup>2</sup>, Mariyana Widiastuti<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul, DKI Jakarta, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Esa Unggul, DKI Jakarta, Indonesia

<sup>3</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul, DKI Jakarta, Indonesia

*\*Corresponding Email: erry.yudhya@esaunggul.ac.id*

### **ABSTRAK**

Berdasarkan data SSGI 2022 prevalensi stunting di Indonesia sebesar 21.6% dan di wilayah kota Tangerang Selatan tahun 2023 sebesar 9.0%. Angka tersebut masih di atas target pemerintah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memanfaatkan pangan lokal dalam meningkatkan status gizi balita. Kegiatan ini merupakan program edukasi melalui pelatihan pembuatan biskuit MPASI-lokal berbahan dasar ”Ikan Kembung Como”. Kegiatan ini melibatkan seluruh kader Posyandu Kartini Manyar RW021 Serua-Ciputat yang berjumlah 12 orang. Kegiatan ini dilakukan selama 3 bulan (Juli – September 2023). Bentuk kegiatan berupa sosialisasi, demo masak, dan praktik dalam membuat biskuit MPASI-lokal. Sosialisasi daring melalui Zoom selama 60 menit (ceramah 20 menit, diskusi tanya-jawab 40 menit). Selanjutnya demo dan praktik dilakukan selama 6 jam serta modifikasi produk lainnya selama kurang lebih 2 minggu. Rata-rata lama bekerja kader yaitu lebih dari 2 tahun yaitu ( $6.8 \pm 5.5$  tahun). Kegiatan ini menghasilkan lebih dari 90.0% kader memiliki pengetahuan tentang MPASI-lokal dan gizi balita. Sementara itu, sikap kader lebih dari 85.0% bernilai positif dimana memahami pentingnya MPASI-lokal dan cara pemberiannya. Sebesar 90.0% ibu dapat mempraktikkan pembuatan MPASI-lokal (rumahan). Oleh karenanya, perlu dilakukan program pelatihan berkelanjutan yang dapat dinilai ekonomi, kreatif dan edukatif terkait MPASI-lokal berbahan dasar ”Ikan Kembung Como”.

**Kata Kunci:** Biskuit, Ikan Kembung-Como, Kader, MPASI-Lokal, Stunting

### **ABSTRACT**

*Based on SSGI 2022 data, the prevalence of stunting in Indonesia is 21.6% and in the South Tangerang city area in 2023 it is 9.0%. This figure is still above the government's target. One effort that can be made is by utilizing local food to improve the nutritional status of children under five. This activity is an educational program through training in making local MPASI biscuits made from "Como Mackerel Fish". This activity involved all 12 cadres of Posyandu Kartini Manyar RW021 Serua-Ciputat. This activity is carried out for 3 months (July – September 2023). The activities take the form of socialization, cooking demonstrations, and practice in making local MPASI biscuits. Online socialization via Zoom for 60 minutes (20 minutes lecture, 40 minutes question and answer discussion). Next, demos and practices were carried out for 6 hours as well as other product modifications for approximately 2 weeks. The average length of work for cadres is more than 2 years, namely ( $6.8 \pm 5.5$  years). This activity resulted in more than 90.0% of cadres having knowledge about local MPASI and toddler nutrition. Meanwhile, the attitude of more than 85.0% of cadres is positive, understanding the importance of local MPASI and how to provide it. About 90.0% of mothers can practice making MPASI locally (at home). Therefore, it is necessary to carry out a sustainable*

*training program that can have creative and educational, economic value regarding local MPASI made from "Como Mackerel".*

**Keywords:** *Biscuits, Cadre, Mackerel Fish-Como, MPASI-Local, Stunting*

## PENDAHULUAN

Di Indonesia, menurut data (Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018), menunjukkan pada tahun 2007 angka stunting di Indonesia sebesar 36,8% terjadi penurunan pada tahun 2010 (35,6%), kemudian meningkat pada tahun 2013 (37,2%) dan terjadi penurunan kembali pada tahun 2018 (30,8% dengan 19,3% balita pendek dan 11,5% balita sangat pendek). Sedangkan, berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), angka stunting di Kota Tangerang Selatan pada tahun 2021 sebesar 10,9% dan pada tahun 2022 mengalami penurunan menjadi 9% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2022).

Stunting merupakan salah satu tanda risiko dari buruknya perkembangan anak. Malnutrisi dan infeksi berulang dalam 1000 hari pertama kehidupan menyebabkan stunting yang tidak dapat disembuhkan. Stunting mempunyai dampak jangka panjang untuk individu dan masyarakat, termasuk menurunnya perkembangan kognitif dan fisik, menurunnya produktivitas dan kesehatan yang buruk, selain itu juga dapat meningkatkan risiko penyakit degeneratif (Laksono et al., 2022). Salah satu cara mengatasi stunting dapat dilakukan cara memberikan ASI (Air Susu Ibu) dan MPASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu). Pada periode *golden age*, bayi atau anak usia 6 sampai 24 bulan diberikan makanan pendamping ASI. Syarat MPASI yang baik yaitu pemberiannya tepat waktu, mengandung zat gizi lengkap dan seimbang serta pemberiannya dengan benar (Anandita & Gustina, 2022).

Makanan Pendamping ASI (MPASI) merupakan makanan dan minuman yang diberikan pada bayi pada usia 6-24 bulan atau jika ASI (Air Susu Ibu) sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi (Andriani, 2022; Aulia et al., 2021). Praktik pemberian makanan pendamping ASI pada bayi sering terabaikan, terutama yang berkaitan dengan kepadatan zat gizi. Hal ini disebabkan karena pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyiapkan dan menyajikan MPASI yang padat gizi masih rendah (Putri et al., 2021). Kader posyandu memiliki peran penting dalam penghubung antara petugas layanan kesehatan dan masyarakat dalam pemberian informasi yang berkaitan dengan kesehatan. Kader posyandu harus memiliki keterampilan dan pengetahuan agar dapat melaksanakan program stunting yaitu konvergensi, koordinasi dan konsolidasi program nasional, daerah dan masyarakat (Mediani et al., 2022; Pujiastuti & Retnowati, 2021).

Asupan zat gizi makro dan zat gizi mikro yang tidak kuat dapat menghambat proses tumbuh kembang balita dan berujung stunting. Salah satu zat gizi makro yang berperan penting dalam mencegah stunting adalah protein. Protein berkaitan dalam pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh serta menggantikan sel-sel yang rusak. Asupan protein yang tidak mencukupi pada masa pertumbuhan bayi atau balita dapat menghambat proses tumbuh kembang bayi dan berujung pada stunting. Asupan protein yang kurang akan meningkatkan risiko mengalami stunting (Azmy & Mundiastuti, 2018; Wulandari & Muniroh, 2020). MPASI yang diberikan harus bergizi dan seimbang yaitu tinggi energi, protein yang cukup, serta lemak jenuh dan lemak tak jenuh yang seimbang agar mudah dicerna oleh sistem pencernaan bayi (Nur Adriyani et al., 2022).

Ikan kembung como merupakan bahan makanan lokal yang memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi, ikan kembung como juga mengandung omega-3 yang lebih tinggi dibanding jenis ikan lokal lainnya. Ikan kembung mengandung 22 g protein, 1 g lemak 70% total lemak terdiri dari asam lemak omega 3 dan omega 6, 200 mg fosfor, 20 mg kalsium, 1 g besi, 30 SI vitamin A dan 0,05 vitamin B1 (Cahyati et al., 2022).

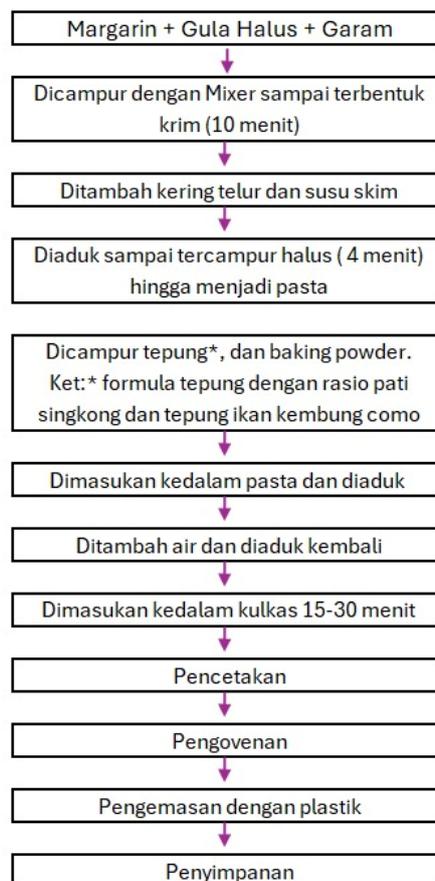
Biskuit MPASI-lokal yang berasal dari Ikan Kembung Como merupakan salah satu hasil riset di tahun 2017 yang telah dianalisis kandungan gizinya dan telah mendapatkan Paten Sederhana di tahun 2020. Produk ini merupakan produk yang diperuntukkan pada balita, khususnya balita dengan gizi kurang dan buruk yang dapat meningkatkan berat badan. Dengan bahan pangan lokal yang mudah didapat, ekonomis dan bergizi tinggi protein kalori diharapkan dapat mengurangi prevalensi stunting bila dikonsumsi pada bentuk yang lebih praktis dan menarik untuk balita. Oleh karenanya, kegiatan

ini memberikan praktik secara langsung kepada kader agar memiliki kemampuan dalam mengolah pangan lokal menjadi produk MPASI-lokal dalam bentuk yang menarik dan dapat dibuat pada skala rumah tangga.

## METODE PELAKSANAAN

### A. Bahan

Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu berupa produk biskuit MPASI-lokal "Ikan Kembung Como". Produk ini merupakan hasil riset MPASI-lokal Biskuit Ikan Kembung Como yang telah mendapatkan 2 (dua) buah sertifikat Paten dengan nomor IDS 000002976 (Suatu Proses Pembuatan Biskuit MPASI-lokal Ikan Kembung Como *Rastrelliger Brachysoma*) dan IDS 000003007 (Suatu Komposisi Biskuit MPASI-lokal Ikan Kembung Como *Rastrelliger Brachysoma*). Pada produk MPASI-lokal umumnya difokuskan pada peningkatan kalori dan protein untuk dapat meningkatkan berat badan balita. Produk ini selain tinggi kalori dan protein, mengandung vitamin A yang berasal dari penambahan bahan pangan tepung wortel. Selain itu, produk ini memiliki komposisi substitusi pati singkong 20%, 80% tepung terigu, 40% tepung ikan Kembung Como, dan 60% tepung susu. Produk ini menggunakan metode pembobotan hasil rata-rata organoleptik biskuit. Kandungan gizi yang terdapat pada produk ini kadar karbohidrat, protein, lemak, energi, serat, dan kadar abu berada diatas nilai standar ketentuan biskuit menurut SNI 01-7111.2-2005. Adapun kandungan gizinya yaitu karbohidrat 44.98%; protein 14.33%; lemak 11.02%; energi 337 kkal; serat 0.78%; kadar air 6.29% dan kadar abu 2.04%. Berikut adalah komposisinya; (1) Tepung terigu 80 g, (2) Pati singkong 20 g, (3) susu bubuk 9 g, (4) Tepung Ikan Kembung Como (*Rastrelliger brachysoma*) 6 g, (5) Ekstrak kasar wortel 10 g, (6) Tepung Meizena 10 g, (7) Kuning telur ayam 16 g, (8) Gula halus 28 g, (9) Mentega 15 g, (10) Margarin 15 g, (11) Baking powder 0.8, (12) Garam 0.2g, (13) Air 5 g. Adapun tahapan pembuatannya ada pada gambar 1.



**Gambar 1.** Tahapan pembuatan biskuit MPASI-lokal Ikan Kembung Como

## B. Metode

Kegiatan ini merupakan kegiatan edukasi dalam upaya mempraktikkan pembuatan MPASI-lokal berbahan dasar Ikan Kembung Como. Subjek dalam kegiatan ini menggunakan sampling jenuh. Dimana, kegiatan ini melibatkan seluruh kader Posyandu Kartini Manyar RW021 Serua-Ciputat, Tangerang Selatan yang aktif dalam kegiatan posyandu dan posbindu berjumlah 12 orang. Pelaksanaan kegiatan ini selama 3 bulan (Juli – September 2023). Dimana kader merupakan pelaksana pelayanan kesehatan yang terdekat dengan masyarakat karenanya edukasi dan pelatihan perlu dilakukan dalam upaya penyegaran pengetahuan kepada kader. Data yang diambil dalam kegiatan ini disajikan dalam bentuk deskriptif dan naratif. Sementara itu, tahapan kegiatan ini terdiri dari:

### 1. Sosialisasi dan FGD secara *daring*

Adapun kegiatan ini dilakukan bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada kader posyandu terkait MPASI-lokal, jenis dan gizi seimbang pada balita serta keahlian dalam membuat berbagai jenis MPASI-lokal rumahan. Kegiatan ini dilakukan selama 60 menit secara *daring* melalui *zoom*, dimana terdiri dari pemberian materi dengan metode ceramah selama 20 menit dan kegiatan diskusi tanya-jawab selama 40 menit yang masing-masing kegiatan di moderatori oleh tim panitia. Sebelum dimulai kegiatan ini, panitia melakukan *pre-test* untuk mengetahui kedalaman wawasan para kader dari materi yang akan di sampaikan. Dalam kegiatan ini panitia memberikan beberapa materi MPASI yaitu;

- a. Pengertian MPASI dan gizi seimbang balita
- b. Jenis bahan pangan untuk MPASI
- c. Cara pengolahan dan penyajian yang menarik untuk MPASI

Agar persiapan praktik pembuatan biskuit MPASI-lokal dan gizi seimbang pada balita menjadi lebih baik, maka dilakukan kegiatan *Focus Group Discussion* (FGD) berkaitan dengan materi MPASI-lokal melalui grup *WhatsApp* yang bentuk oleh tim panitia. Melalui grup ini, peserta dapat melakukan diskusi terbuka setiap hari senin dan kamis dengan para pemberi pameri agar dapat terlihat pemahaman kader dari materi yang disampaikan. Kegiatan FGD ini dilakukan selama 2 jam 30 menit.

### 2. Demo masak

Pada tahapan ini dilakukan selama kurang lebih 6 jam, dimana terdiri dari 60 menit pemaparan pengulangan materi termasuk didalamnya membahas tahapan pembuatan, 30 menit diskusi, 30 menit persiapan alat dan bahan. Selanjutnya, selama kurang lebih 4 jam tahapan pembuatan produk dengan 2 produk yang di uji cobakan. Produk pertama adalah biskuit MPASI-lokal Ikan Kembung Como dan produk kedua biskuit brokoli Ikan Kembung Como sebagai produk modifikasi untuk balita dengan alergi. Dimana pada produk kedua beberapa bahan di substitusi disesuaikan dengan tujuan yaitu untuk balita dengan alergi.

### 3. Praktik pembuatan MPASI-lokal

Selanjutnya, kegiatan praktik mandiri dalam membuat produk biskuit MPASI-lokal berbahan dasar Ikan Kembung Como. Kegiatan ini dilakukan secara mandiri, dimana kader terbagi menjadi 3 kelompok yang masing-masing terdapat 4 orang kader. Mereka membuat produk biskuit MPASI-lokal yang telah didemokan sebelumnya. Melalui tahapan-tahapan yang telah diberikan, subjek melakukan kegiatan praktik mandiri selama 2 minggu. Minggu pertama mengulang produk yang telah di demokan. Kemudian di minggu kedua subjek diminta memodifikasi produk lain selain biskuit seperti membuat nugget Ikan Kembung Como atau lainnya. Produk-produk tersebut di bawa saat kegiatan evaluasi dilakukan sebagai bahan masukan dari kegiatan praktik pembuatan MPASI-lokal ini.

### 4. Monitoring dan Evaluasi

Kegiatan monitoring dilakukan setiap tahapan kegiatan melalui tim fasilitator yang terlibat di dalamnya. Pada kegiatan praktik mandiri, fasilitator mendampingi setiap kelompok yang melakukan praktik di Posko Posyandu maupun yang melakukannya di kediamannya masing-masing. Kegiatan monitoring ini juga bagian dari pendampingan praktik pembuatan produk MPASI-lokal. Sementara

itu, evaluasi dilakukan setelah kegiatan praktik mandiri selesai selama kurang lebih 2 minggu. Pada saat evaluasi produk hasil praktik mandiri dibawa untuk mendapatkan masukan dan menjadi bahan diskusi ke depan dalam upaya melanjutkan program kegiatan di Posyandu tersebut. Kegiatan evaluasi ini juga melakukan *post-test* sebagai bagian tindak lanjut *pre-test* sebelumnya.

### C. Metode Evaluasi

Kegiatan ini bertujuan untuk menilai kemampuan kader dalam mempraktikkan materi terkait pembuatan MPASI-lokal berbahan dasar Ikan Kembung Como. Oleh karenanya, pada tahapan akhir kegiatan praktik pembuatan biskuit MPASI-lokal Ikan Kembung Como sebagai salah satu indikator keberhasilan program kegiatan ini setelah sebelumnya kader diberikan edukasi terkait dengan MPASI berbahan dasar pangan lokal. Penilaian evaluasi ini terdiri dari 2 tahapan yaitu tahap pertama pemberian *post-test* dengan pertanyaan terbuka kepada subjek dan tahap kedua penilaian produk hasil olah bahan pangan Ikan Kembung Como menjadi produk MPASI-lokal. Adapun teknis penilaian evaluasi dari kegiatan ini yaitu:

#### 1. Tahap pertama

Pada tahap ini dibagi kedalam 3 kelompok dan masing-masing kelompok terdapat 1 fasilitator yang memandu jalannya diskusi untuk evaluasi. Masing-masing fasilitator sudah di berikan pertanyaan yang akan di berikan untuk melihat kemampuan subjek dalam menjawab dan melaporkan dalam form hasil diskusi terbuka. Terdapat 5 pertanyaan yang sama saat *pre-test* diberikan yaitu:

- a. Apa yang ibu ketahui tentang gizi seimbang anak balita?
- b. Apa yang ibu ketahui tentang MPASI dan MPASI-lokal?
- c. Sejak kapan MPASI diberikan dan bagaimana sebaiknya pemberian makan balita diberikan?
- d. Bahan makanan apa yang baik diberikan pada bayi yang baru mengenal MPASI?
- e. Bagaimana cara menyampaikan pesan kesehatan agar menarik yang ibu ketahui?

#### 2. Tahap kedua

Pada tahap ini sebelum produk di nilai diberikan beberapa pertanyaan terkait dengan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu:

Pertanyaan pengetahuan:

- a) Apa yang menjadi perbedaan MPASI olahan dengan bahan pangan lokal dan MPASI instan?
- b) Bagaimana tahapan yang baik dalam pengolahan bahan pangan lokal untuk MPASI lokal?
- c) Bagaimana teknik yang baik dalam memberikan informasi kesehatan?
- d) Apa yang harus dilakukan ibu dalam memberikan makanan kepada balitanya?
- e) Bagaimana menghadapi anak yang tantrum ketika makan?

Pertanyaan Sikap:

- a) Sebaiknya, ibu memotong bahan pangan terlebih dahulu sebelum dicuci dan diolah
- b) Sebaiknya, ibu melakukan pencairan suasana sebelum masuk kedalam materi penyuluhan dan konseling
- c) Sebaiknya, ibu membiarkan anak menangis pada saat tantrum tidak mau makan sebelum diberikan intervensi lanjutan

Pertanyaan Perilaku:

- a) Ibu memotong bahan pangan terlebih dahulu sebelum di olah menjadi MPASI-lokal (rumahan)
- b) Ibu menanyakan kabar dan ramah tamah terlebih dahulu sebelum masuk pemberian materi saat penyuluhan dan konseling
- c) Ibu membiarkan anak menangis sampai selesai baru membujuknya untuk makan

Selanjutnya masing-masing kelompok menyerahkan produk MPASI-lokal yang telah di buat sebelumnya untuk dinilai dan diberi masukan oleh tim pelaksana kegiatan. Adapun hasil evaluasi dapat memberikan gambaran keberhasilan program kegiatan ini.

**D. Target Luaran**

Target luaran kegiatan ini yaitu; masyarakat mitra, dalam hal ini adalah kader Posyandu Kartini Manyar RW021, Serua-Ciputat, Tangerang Selatan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku terkait MPASI-lokal dan gizi seimbang balita yang di sertai dengan kemampuan dalam membuat dan memodifikasi produk MPASI-lokal berbahan dasar Ikan Kembung Como melalui kegiatan sosialisasi edukasi dan praktik pembuatan MPASI-lokal.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Sebanyak 12 kader Posyandu terlibat aktif dalam kegiatan ini. Rata-rata lama bekerja kader yaitu lebih dari 2 tahun yaitu (6.8±5.5 tahun). Kegiatan ini diawali dengan sosialisasi secara *daring* melalui *Zoom*, selanjutnya demo masak dan praktik mandiri membuat MPASI-lokal berbahan dasar Ikan Kembung Como. Dalam kegiatan sosialisasi yang berjalan 60 menit, selama 20 menit materi diberikan dan 40 menit dilakukan diskusi tanya-jawab dengan para peserta. (gambar 2).



**Gambar 2.** Sosialisasi dan FGD

**Hasil Monitoring dan Evaluasi**

Berdasarkan serangkaian kegiatan dilakukan 2 tahapan monitoring dan evaluasi. Dimana hasil monitoring dan evaluasi tersaji pada tabel 1.

**Tabel 1.** Pre-Post Test Pengetahuan Kader tentang Gizi Balita dan MPASI Lokal

Pertanyaan terbuka	Pre-test	Post-test
Apa yang ibu ketahui tentang gizi seimbang anak balita?	3 dari 12 orang (25.0%) mengetahui terkait gizi seimbang anak balita dari sisi sumber dan jenis bahan makanan	7 dari 12 orang (58.3%) mengetahui terkait gizi seimbang anak balita dari sisi sumber dan jenis bahan makanan
Apa yang ibu ketahui tentang MPASI dan MPASI-lokal?	58.3% memahami yang maksud dengan MPASI dan 33.3% yang baru memahami modifikasi bahan makanan lokal untuk MPASI-Lokal yang berasal dari wilayah sekitar	70.0% memahami yang maksud dengan MPASI dan 45.0% yang baru memahami modifikasi bahan makanan lokal untuk MPASI-Lokal yang berasal dari wilayah sekitar
Sejak kapan MPASI diberikan dan	58.3% ibu belum tepat menjawab usia diberikannya MPASI yaitu 5 bulan 30 hari	70.0% ibu menjawab usia diberikannya MPASI yaitu

bagaimana sebaiknya pemberian makan balita diberikan?	MPASI diberikan kepada bayi.	6 bulan 1 hari MPASI diberikan kepada bayi.
Bahan makanan apa yang baik diberikan pada bayi yang baru mengenal MPASI?	< 50.0% yang belum memahami pola pemberian makan balita dan jenis bahan makanan yang dapat di olah untuk MPASI. Pengolahan bahan makanan untuk pembuatan MPASI ibu kader menjawab yaitu di kukus dan di rebus (tanpa menggunakan minyak) (83.3%) dan di tumis dengan minyak sedikit (16.7%). Selanjutnya, untuk jenis bahan makanan yang umum digunakan adalah sayuran seperti wortel, brokoli, labu, dan kentang.	65.0% ibu memahami pola pemberian makan balita dan jenis bahan makanan yang dapat di olah untuk MPASI.
Bagaimana cara menyampaikan pesan kesehatan agar menarik yang ibu ketahui?	33.3% belum dapat menjelaskan penyampaian pesan kesehatan yang baik di masyarakat.	50.0% ibu dapat menjelaskan pesan kesehatan cukup baik.

Sementara itu, dari hasil diskusi terbuka *pre-post test* yang dilakukan di tahap kedua dari pertanyaan pengetahuan, sikap dan perilaku didapat bahwa sebagian besar ibu kader (>90.0%) telah menjawab dengan baik dan tepat pertanyaan pengetahuan dari masing-masing materi yang diberikan. Berdasarkan pertanyaan sikap, sebagian besar ibu kader (>85.0%) menjawab setuju dengan pertanyaan tersebut dalam upaya tindak lanjut proses pembuatan MPASI, penyuluhan dan konseling, serta penanganan pola asuh balita terkait pemberian makan. Hasil praktik didapat bahwa sebagian ibu kader menjawab Ya (>90.0%) setuju melakukan hal tersebut. Hal ini sesuai dengan luaran yang ingin dicapai dari kegiatan yang dilakukan. Hasil praktik MPASI-lokal memberikan keterampilan kader lebih dari 90.0% mampu dalam membuat MPASI-lokal rumahan (Mulyani et al., 2023). (gambar 3)



**Gambar 3.** Praktik pembuatan biskuit MPASI-lokal Ikan Kembang Como

Kegiatan pelatihan dilakukan bertujuan agar dapat memberikan keterampilan kepada Kader Posyandu dalam membuat MPASI olahan dengan bahan pangan lokal. Selain itu, memberikan keterampilan dalam berkomunikasi terkait penyampaian pesan kesehatan yang baik dengan metode penyuluhan dan konseling. Pada kegiatan ini juga diberikan pemahaman kepada kader bagaimana mendalami pola asuh balita agar dapat terjadi perubahan perilaku yang optimal di bidang kesehatan.

Berdasarkan hasil dari beberapa pertanyaan pengetahuan (10 butir), sikap (10 butir), dan perilaku (10 butir) yang diberikan pada saat *pre-post test* kegiatan didapat bahwa setelah semua di total ada peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku gizi, serta pola asuh dan teknik konseling pada kader. Nilai presentasi skoring kader terkait gizi meningkat, dimana sebelumnya pengetahuan 66.7% menjadi > 90.0%, sikap 67.2% menjadi >80.0%, dan perilaku kader terkait gizi balita dan MPASI sebesar 90.0%. Dengan demikian, pelatihan ini memberikan manfaat yang positif pada peningkatan pengetahuan kader tentang gizi balita dan pembuatan MPASI-lokal berbahan dasar Ikan Kembang Como. (Tabel 2 dan 3).

**Tabel 2.** Peningkatan skoring pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi seimbang balita

Variabel	Pre-test	Post-test
Pengetahuan gizi	66.7%	93.3%
Sikap gizi	67.2%	85.0%
Perilaku gizi	59.2%	90.0%

**Tabel 3.** Pertanyaan Pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi

No	Pertanyaan
P1	Makanan Pendamping ASI (MPASI) merupakan makanan atau minuman yang mengandung gizi yang diberikan kepada bayi/anak untuk memenuhi kebutuhannya
P2	Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan bertahap jumlahnya sesuai dengan kemampuan pencernaan bayi/anak
P3	Pemberian MPASI dimulai pada usia 6 bulan
P4	Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) pada bayi dibawah usia 6 bulan sangat berbahaya

P5	Pemberian MPASI sebelum usia 6 bulan dapat menyebabkan alergi dan diare
P6	MPASI bertujuan untuk menggantikan ASI
P7	MPASI diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan fisik, psikomotor, otak dan kognitif bayi
P8	Pemberian MPASI berupa makanan keluarga mulai diberikan saat usia diatas 1 tahun
P9	Buah-buahan merupakan salah satu jenis bahan MPASI yang baik
P10	Pemberian MPASI saja sudah mencukupi kebutuhan bayi tanpa tambahan ASI lagi
S1	Pentingnya untuk mengedukasi pemberian MPASI pada usia 6 bulan
S2	Menurut saya, ibu dapat memberikan makanan lunak seperti bubur susu pada anaknya yang berusia 6 bulan
S3	Menurut saya, sebaiknya pengolahan MPASI dilakukan dengan dikukus, direbus dan tim
S4	Menurut saya MPASI dapat diberikan tanpa penambahan bahan perasa (gula, garam dan penyedap rasa)
S5	Saya menyarankan ibu mulai memberikan anaknya makan dalam bentuk agak kasar pada usia 9 bulan
S6	Semenjak usia 6 bulan dan MPASI sudah diberikan, sebaiknya ibu tidak memberikan ASI lagi pada anaknya
S7	Saya lebih menyarankan ibu untuk membuat MPASI dari bahan bahan yang biasa digunakan sehari-hari sebagai makanan rumah
S8	Menurut saya tidak masalah jika ibu tidak memisahkan antara bahan masakan yang mentah dan yang sudah dimasak
S9	Saya menganjurkan ibu untuk memberikan menu MPASI lengkap pada anaknya
S10	Saya menyarankan ibu untuk menyertakan protein hewani pada MPASI anaknya
Pr1	Memotivasi orang tua agar memberikan MPASI menggunakan bahan pangan lokal
Pr2	Melakukan diskusi mengenai MPASI dengan orang tua
Pr3	Kader tidak perlu memberikan edukasi mengenai pentingnya hygiene dan sanitasi saat mempersiapkan MPASI
Pr4	Kader perlu mengetahui pembuatan dan pemberian MPASI yang aman dan sehat
Pr5	Kader perlu memberikan edukasi tentang dampak pemberian MPASI terlalu dini dan menunda pemberian MPASI
Pr6	Melakukan penyuluhan kepada orang tua tentang pemberian dan pembuatan MPASI
Pr7	Sebaiknya kader, memberikan praktik tentang mengolah MPASI (tekstur dan cara memasak)
Pr8	Memotivasi dan mendukung ibu untuk melakukan praktek pemberian
Pr9	Sebaiknya, memberikan penyuluhan jika ada bayi yang mengalami malnutrisi saja
Pr10	Kader tidak perlu memberikan praktik dan penyuluhan mengenai MPASI

Perubahan perilaku perlu di dukung dengan adanya stimulus, salah satunya yaitu dengan memberikan edukasi berupa pemberian materi dan praktik (pelatihan) (Ekezie et al., 2023). Dalam hal ini, untuk merubah perilaku ibu balita maka diperlukan peranan *agent of change* yang dapat memberikan penguatan lebih intensif tentang informasi gizi balita dan MPASI-lokal. (Guedes et al., 2023). *Agent of change* yang dimaksud adalah kader posyandu yang memiliki peranan sebagai fasilitator kesehatan terdekat di lingkungan masyarakat. Dalam penelitian lain menyebutkan salah satu bentuk *agent of change* perubahan perilaku pada anak yaitu dari lingkungan terdekat yaitu keluarga (orang tua) (Lynn Ho et al., 2022).

Intervensi dalam perubahan perilaku tidak hanya terbatas dari pemberian edukasi saja, namun diperlukan adanya komunikasi atau konseling, dan praktik langsung yang dilakukan pada sebuah kegiatan (Darajat et al., 2022). Melalui media komunikasi edukasi, pesan kesehatan dapat tersampaikan secara optimal (Dearden et al., 2023; Triatmaja et al., 2023). Selanjutnya praktik diperlukan untuk meningkatkan keterampilan seseorang. Kombinasi intervensi ketiganya diperlukan

agar perubahan perilaku seseorang dapat tercapai dengan baik dan optimal. Selain itu, perlu diperhatikan kondisi fisik dan psikologis seseorang dalam menerima sebuah pesan melalui intervensi tersebut (Forbes et al., 2023; S.J. et al., 2023). Dengan demikian, adanya intervensi >2 fungsi perubahan perilaku (termasuk persuasi, insentif, restrukturisasi lingkungan) adalah hal yang paling efektif (Watson et al., 2023). Kegiatan ini memiliki keterbatasan dimana penyesuaian waktu dengan subjek menjadi salah satu kendala, dikarenakan kesiapan dan kenyamanan dalam intervensi perlu mendapat perhatian yang lebih. Sehingga waktu pelaksanaan kegiatan tidak sesuai dengan rencana.

## SIMPULAN

Sebagian besar subjek dalam kegiatan ini (>90.0%) telah menjawab dengan baik dan tepat pertanyaan pengetahuan, (>85.0%) menjawab setuju dengan pertanyaan sikap terkait gizi dan MPASI-lokal, dan hasil praktik MPASI-lokal memberikan keterampilan kader sebesar 90.0% mampu dalam membuat MPASI-lokal (rumahan). Namun demikian, untuk mengoptimalkan kegiatan ini perlu dilakukan program kegiatan berkelanjutan terkait MPASI-lokal dimulai dari jalannya kegiatan, observasi dan monitoring serta evaluasi. Seperti, program pelatihan berkelanjutan yang dapat memberikan nilai ekonomi, kreatif dan edukatif terkait MPASI-lokal berbahan dasar "Ikan Kembung Como".

## UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat Direktorat Jenderal Penguatan Riset dan Pengembangan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Sesuai dengan Kontrak Pengabdian Kepada Masyarakat Nomor: 179/E5/PG.02.00/PL/2023 yang telah membiayai seluruh kegiatan ini dan kepada Tim Kader Posyandu RW 021 Serua Ciputat Tangerang Selatan yang telah bekerjasama dengan baik untuk dapat terlaksananya kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anandita, M. Y. R., & Gustina, I. (2022). Pencegahan Stunting Pada Periode Golden Age Melalui Peningkatan Edukasi Pentingnya MPASI. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Pada Masyarakat*, 1(2), 79–86.
- Andriani, R. (2022). Efektivitas Edukasi Melalui Aplikasi Mipasi Terhadap Tinggi Badan Anak. *Jurnal Maker Medika*, 10(2), 650–658.
- Aulia, F., Lestari, P. P., & Ulfa, B. (2021). Education of Mother Milk Companion Food (MPASI) According to Balanced Nutrition Guidelines. *Omnicompetence Community Development Journal*, 1(1), 18–22.
- Azmy, U., & Mundiastuti, L. (2018). Konsumsi Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non-Stunting di Kabupaten Bangkalan. *Amerta Nutr*, 2(3), 292–298.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2022). *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2022.
- Cahyati, A. I., Nurrahman, N., & Aminah, S. (2022). Sifat Kimia dan Fisik Engay Food Berbasis Ikan Kembung dengan Penambahan Kedelai Hitam. *AGRITEKNO: Jurnal Teknologi Pertanian*, 11(1), 9–17. <https://doi.org/10.30598/jagritekno.2022.11.1.9>
- Darajat, A., Sansuwito, T., Amir, M. D., Hadiyanto, H., Abdullah, D., Dewi, N. P., & Umar, E. (2022). Social Behavior Changes Communication Intervention for Stunting Prevention: A Systematic Review. *Open Access Maced J Med Sci*. <https://oamjms.eu/index.php/mjms/article/view/7875>
- Dearden, K., Mulokozi, G., Linehan, M., Cherian, D., Torres, S., West, J., Crookston, B., & Hall, C. (2023). Impact of a Large-Scale Social and Behavior Change Communication Intervention in the Lake Zone Region of Tanzania on Knowledge, Attitudes, and Practices Related to Stunting Prevention. *Int J Environ Res Public Health*, 10;20(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph20021214>.

- Ekezie, W., Connor, A., Gibson, E., Khunti, K., & Kamal, A. (2023). A Systematic Review of Behaviour Change Techniques within Interventions to Increase Vaccine Uptake among Ethnic Minority Populations. *Vaccines (Basel)*, *11*(7). <https://doi.org/10.3390/vaccines11071259>.
- Forbes, B., Fosuah, C., Tidwell, B., Nitkin, T., & Davis, T. (2023). Effects of a Nurturing Care Group behavior change program on child protection outcomes in Ghana: A controlled before and after trial. *Child Abuse & Neglect*, *139*. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106067>
- Guedes, M., Maia, R., Matos, I., Antunes, M., Rolão, T., Chronis-Tuscano, A., Rubin, K. H., & Veríssimo, M. (2023). Preliminary perceived intervention changes and engagement in an evidence-based program targeted at behavioral inhibition during early childhood, delivered in-person and online. *Front. Psychol*, *14*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.118725>
- Laksono, A. D., Wulandari, R. D., Amaliah, N., & Wisnuwardani, R. W. (2022). Stunting among children under two years in Indonesia: Does maternal education matter? *PLOS ONE*, *17*(7), e0271509. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271509>
- Lynn Ho, Y.-C., Mahirah, D., Zhong-Hao Ho, C., & Thumboo, J. (2022). The role of the family in health promotion: a scoping review of models and mechanisms. *Health Promotion International*, *37*(6). <https://doi.org/10.1093/heapro/daac119>
- Mediani, H. S., Hendrawati, S., Pahria, T., Mediawati, A. S., & Suryani, M. (2022). Factors Affecting the Knowledge and Motivation of Health Cadres in Stunting Prevention Among Children in Indonesia. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, *15*, 1069–1082. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S356736>
- Mulyani, E. Y., Sari, Y., & Widiastuti, M. (2023). Edukasi Gizi Seimbang Balita dan MPASI-Lokal “Ikan Kembung Como” Pada Kader Posyandu RW021 Serua Ciputat Tangerang Selatan. *Jurnal Abdi Insani*, *10*(3), 1453–1464.
- Nur Adriyani, F. H., Hikmanti, A., & Sugiharti, R. K. (2022). Pemenuhan Pangan Lokal Sebagai Kebutuhan Gizi Bayi Dan Balita Umur 6 -24 Bulan Di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Pengabdian Masyarakat - PIMAS*, *1*(1), 29–37. <https://doi.org/10.35960/pimas.v1i1.729>
- Pujiastuti, N., & Retnowati, L. (2021). PELATIHAN MPASI LOKAL BAGI KADER POSYANDU SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN WASTING DAN STUNTING DI DESA BALONGGABUS KECAMATAN CANDI KABUPATEN SIDOARJO. *PROSIDING PENGABDIAN MASYARAKAT POLTEKKES KEMENKES TASIKMALAYA*, *2*(1), 75–80.
- Putri, S., Indriyani, R., & Novika, Y. (2021). Pelatihan Pembuatan MPASI Lokal Dengan Bahan Dasar Singkong Untuk Balita Pada Kader Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Hajimena Lampung Selatan. *Beguai Jejama – Jurnal Pengabdian Kesehatan*, *2*(2), 29–36.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.
- S.J., N., M.E., V., Heller, G. M., Hella, J. R., Illes, R. A., & Kirkpatrick, H. A. (2023). Development and Evaluation of a Health Behavior Change Clinic in Primary Care: An Interdisciplinary Partnership. *J Clin Psychol Med Settings*, *30*(4), 909–923. <https://doi.org/10.1007/s10880-023-09945-5>.
- Triatmaja, D., Lestari, K., & Setiabudiawan, B. (2023). Effect of Stunting Education Counseling with Booklet Media on Parental Knowledge and Attitude As an Effort to Overcome Stunting. *Journal of Maternal and Child Health*, *8*(1), 105–115. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2023.08.01.10>
- Watson, D., Mushamiri, P., Beeri, P., Rouamba, T., & Jenner, S. (2023). Behaviour change interventions improve maternal and child nutrition in sub-Saharan Africa: A systematic review. *PLOS Global Public Health*, *3*(3). <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000401>
- Wulandari, R. C., & Muniroh, L. (2020). Hubungan tingkat kecukupan gizi, tingkat pengetahuan ibu, dan tinggi badan orangtua dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Tambak Wedi Surabaya. *Amerta Nutr*, *4*(2), 95–102.