

## Pemanfaatan Bahan Lokal dalam Pembuatan Mp-Asi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Cenrana Kabupaten Sidrap

St. Nurbaya<sup>1</sup>, Hamdiyah Hamdiyah<sup>2\*</sup>, Nur Laela<sup>3</sup>, Rosmawaty Rosmawaty<sup>4</sup>, Resmawati Resmawati<sup>5</sup>

<sup>1,2\*,3,4,5</sup>Dosen Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, ITKES Muhammadiyah Sidrap, Indonesia

Email : <sup>1</sup>st.nurbaya07@yahoo.com, <sup>2\*</sup>hamdiyahliyaaa@gmail.com, <sup>3</sup>elha1338@gmail.com, <sup>4</sup>rosmawatyimmha@gmail.com, <sup>5</sup>resmawatipanai@gmail.com

### Abstract

*Stunting is a condition of growth faltering in children under five due to chronic malnutrition, especially in the first 1,000 days of life (HPK). Stunting is caused by poor nutritional status of the mother during pregnancy, poor nutrition when the fetus is still in the womb, inadequate breastfeeding and also delayed complementary feeding and inadequate quality and quantity of complementary foods resulting in children experiencing low birth weight. Stunting can affect brain growth and development. One way that can be done in preventing stunting is by strengthening local wisdom. So far, the practice of providing complementary feeding (MPASI) to toddlers is often not considered, especially in terms of nutrient density. This is due to the lack of knowledge and skills of mothers under five in terms of how to make and serve nutrient-dense complementary foods. One of the factors that occur in the presence of malnutrition is the incidence of stunting. The location of this service activity is carried out in Cenrana Village, Panca Lautang District, Sidrap Regency which has a wealth of local food ingredients. The method of implementing this activity begins with a preliminary survey by exploring the problem of eating patterns to mothers of toddlers in Cenrana village, Sidrap Regency and to posyandu cadres, village midwives and puskesmas nutrition workers, followed by stunting counseling followed by demonstrations of making complementary feeding using local food. The results of the service to increase mother's knowledge in the management of local food ingredients into MP ASI to prevent stunting.*

**Keywords:** Stunting, Local Materials, MP ASI

### Abstrak

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh (*growth faltering*) pada anak balita akibat kekurangan gizi kronik terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Stunting disebabkan oleh status gizi ibu yang buruk pada masa kehamilan, Gizi yang kurang pada saat janin masih dalam kandungan, pemberian ASI yang tidak adekuat dan juga pemberian MPASI yang tertunda serta kualitas dan kuantitas MPASI yang tidak memadai mengakibatkan anak mengalami BBLR. Stunting dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak. Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam pencegahan stunting yaitu dengan cara penguatan kearifan lokal. Selama ini, praktik pemberian makanan pendamping asi (MPASI) pada balita, seringkali tidak diperhatikan terutama dalam hal kepadatan zat gizinya. Hal ini terjadi karena masih rendahnya pengetahuan dan ketrampilan ibu balita dalam hal cara membuat dan menyajikan MPASI yang padat gizi. Salah satu faktor yang terjadi dengan adanya kurang gizi adalah kejadian stunting. Lokasi kegiatan pengabdian ini dilakukan di Desa Cenrana Kecamatan Panca Lautang Kabupaten Sidrap yang memiliki kekayaan bahan pangan lokal. Metode pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan survei pendahuluan dengan menggali permasalahan tentang pola makan kepada ibu balita di desa Cenrana Kabupaten Sidrap dan kepada kader posyandu, bidan desa dan tenaga gizi puskesmas, dilanjutkan berupa penyuluhan stunting dilanjutkan demonstrasi pembuatan MP-ASI dengan memanfaatkan pangan lokal. Hasil pengabdian untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam pengelolaan bahan pangan lokal menjadi MP ASI untuk mencegah kejadian stunting.

**Kata Kunci :** Stunting, Bahan Lokal, MP ASI

## A. PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh (*growth faltering*) pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Stunting dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak (Yuliani, Purwati, & Rofiqoch, 2021). Penyebab stunting diketahui adalah karena kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh, baik asupan sejak dalam kandungan maupun setelah lahir (Rahmawati, Wulan, & Utami, 2021). Asupan yang kurang tersebut akan menyebabkan masalah gizi buruk. Stunting disebabkan oleh status gizi ibu yang buruk pada masa kehamilan, Gizi yang kurang pada saat janin masih dalam kandungan, pemberian ASI yang tidak adekuat dan juga pemberian MPASI yang tertunda serta kualitas dan kuantitas MPASI yang tidak memadai mengakibatkan anak mengalami BBLR (Triputra Daud Umbu Tonga, 2022),.

Stunting masih menjadi masalah gizi kronis di Indonesia, sehingga melalui Program Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RJPM) pemerintah menargetkan pada tahun 2025 akan mengurangi 40% jumlah balita pendek (Yuliani et al., 2021). Kondisi di Indonesia berdasarkan data Studi Status Gizi Balita di Indonesia (SSGBI) 2019 masih tergolong tinggi, di mana prevalensi stunting sebesar 27,67%. Pada tahun 2021, Menurut laporan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), prevalensi anak usia di bawah lima tahun (balita) yang mengalami stunting (Fradisa, L. Primal, D. Gustira, 2022)

Keragaman sumber daya alam beserta keragaman hayati yang dimiliki Indonesia merupakan potensi yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung peningkatan konsumsi masyarakat menuju pangan yang beragam dan bergizi seimbang. Melihat sumber pangan lokal yang dimiliki oleh setiap wilayah, masih dapat dikembangkan untuk memenuhi keanekaragaman pangan masyarakat pada wilayah bersangkutan (Junus & Mamu, 2021). Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam pencegahan stunting yaitu dengan cara penguatan kearifan lokal. Pangan lokal merupakan produk pangan yang telah lama diproduksi, berkembang dan dikonsumsi di suatu daerah atau suatu kelompok masyarakat lokal tertentu (Muliani, 2022). Umumnya produk pangan lokal diolah dari bahan baku lokal, teknologi lokal, dan pengetahuan lokal pula. Di samping itu, produk pangan lokal biasanya dikembangkan sesuai dengan preferensi konsumen lokal pula. Sehingga produk pangan lokal ini berkaitan erat dengan budaya lokal setempat. Beberapa bahan lokal yang banyak ditemui di Desa Cenrana Kabupaten Sidrap adalah buah naga, pisang dan daun kelor.

Terdapat beberapa permasalahan yang ditemukan di di Desa Cenrana Kabupaten Sidrap terutama masalah kesehatan balita, diantaranya adalah kurangnya pengetahuan tentang pemberian MP ASI sesuai standar World Health Organization (WHO), kurangnya pemanfaatan bahan makanan lokal berkualitas untuk MP-ASI dan banyaknya pemberian MP-ASI instan oleh Ibu pada balita, pemberian MP-ASI yang kurang sesuai dengan durasi, frekuensi, tekstur dan variasi sesuai tahapan usia dan kurangnya perhatian orangtua terkait tumbuh kembang balita (Jatmika & Widi Hastuti, 2019). Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Desa Cenrana bahwa, tahun 2022 Desa cenrana masuk dalam lokus stunting tertinggi ke 2 (dua) di kabupaten Sidrap.

MP-ASI diberikan atau mulai diperkenalkan ketika balita berusia di atas 6 bulan. Selain berfungsi untuk mengenalkan jenis makanan baru pada bayi, MP-ASI juga dapat mencukupi kebutuhan nutrisi bayi yang tidak lagi dapat disokong oleh ASI, serta membentuk daya tahan tubuh dan perkembangan sistem imunologis anak terhadap makanan maupun minuman (Indeks et al., 2022)

MP-ASI berbahan dasar lokal dapat diterapkan sebagai salah satu alternatif dalam pemecahan masalah gizi anak. MP-ASI Lokal adalah MP-ASI yang diolah di rumah tangga terbuat dari bahan makanan yang tersedia setempat, mudah diperoleh dengan harga terjangkau oleh masyarakat, dan memerlukan pengolahan sebelum dikonsumsi dan dibuat dari bahan makanan campuran yang padat gizi (Jejama -Jurnal Pengabdian Kesehatan et al., 2021). Bahan makanan lokal banyak tersedia di desa Mekar Sari seperti kebutuhan hewani seperti ayam dan telur dari beberapa peternakan yang ada, jagung dan komoditas sayuran yang banyak ditanam dipekarangan rumah oleh masyarakat, juga kebutuhan protein nabati dari tempe dan tahu yang banyak ditemukan dan harganya relatif murah. Pemberian MP-ASI lokal memiliki beberapa dampak positif, antara lain ibu lebih memahami dan lebih terampil dalam membuat MP-ASI dari bahan pangan lokal sesuai dengan kebiasaan dan sosial budaya setempat, sehingga ibu dapat melanjutkan pemberian MP-ASI lokal secara mandiri (Kanan & Muliani, 2022).

Bahan makanan yang banyak dijumpai di sekitar desa Cenrana Kabupaten Sidrap adalah pisang, buah naga dan lain-lain. Dari informasi di atas, bahwa ketersediaan bahan pangan seperti pisang dan buah naga di masyarakat sangat banyak dan masyarakat sangat membutuhkan informasi tentang bagaimana cara membuat dan menyajikan MPASI yang berkualitas dan padat gizi. Mekanisme penjelasan tentang

pembuatan MPASI kepada ibu balita akan lebih efektif jika dilakukan oleh kader posyandu. Kader posyandu merupakan pioneer yang dapat menindaklanjuti semua kegiatan workshop / pelatihan yang telah dialalminya (diikutinya), sehingga kader posyandu juga disebut sebagai pembawa dan penyampain misi pembangunan kesehatan ditingkat paling bawah yang langsung berhubungan dengan masyarakat.

Selama ini, praktik pemberian makanan pendamping asi (MPASI) pada balita, seringkali tidak diperhatikan terutama dalam hal kepadatan zat gizinya. Hal ini terjadi karena masih rendahnya pengetahuan dan ketrampilan ibu balita dalam hal cara membuat dan menyajikan MPASI yang padat gizi. Salah satu faktor yang terjadi dengan adanya kurang gizi adalah kejadian stunting (Sefanadia Putri, Reni Indriyani, 2021). Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi, cara pemberian makan, dan jadwal pemberian makan anak balita sangat berperan dalam menentukan status gizi anak salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan mencukupi kebutuhan lahir dan batin anak-anaknya (Kania & Wardani, 2022).

Peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ibu balita dalam hal cara membuat dan menyajikan MPASI yang padat gizi merupakan salah satu kegiatan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan misi ITKES Muhammadiyah Sidrap pada bidang pengabdian masyarakat yaitu menyelenggarakan kegiatan pengabdian pengabdian kepada masyarakat dengan menerapkan teknologi tepat guna dalam upaya meningkatkan kesehatan di masyarakat (Rahmawati et al., 2021).

Pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi, cara pemberian makan, dan jadwal pemberian makan anak balita sangat berperan dalam menentukan status gizi anak salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan mencukupi kebutuhan lahir dan batin anak-anaknya.

## **B. PELAKSAAN DAN METODE**

Metode pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan survei pendahuluan dengan menggali permasalahan tentang pola makan kepada ibu balita di desa Cenrana Kabupaten Sidrap dan kepada kader posyandu, bidan desa dan tenaga gizi puskesmas, dilanjutkan berupa penyuluhan stunting dilanjutkan demonstrasi pembuatan MP-ASI dengan memanfaatkan pangan lokal.

Materi yang akan disampaikan meliputi :

1. Definisi dan bahaya stunting
2. Pencegahan stunting
3. Peran dan manfaat MPASI dalam pencegahan stunting
4. Definisi MPASI
5. Pentingnya pemberian MPASI
6. Konsep dan prinsip dasar pemberian MPASI
7. Waktu dan frekuensi pemberian MPASI yang tepat
8. Tahapan pemberian komposisi dan tekstur MPASI yang tepat
9. Bahan lokal untuk pembuatan MPASI murah dan bergizi
10. Tips memasak MPASI mudah cepat bergizi

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Desa Cenrana Kabupaten Sidrap Memiliki Sumber Daya Pangan Lokal Yang Berlimpah Ini Perlu Dikembangkan Menjadi Inovasi Untuk Menambah Nilai Ekonomi Masyarakat Cenrana Kabupaten Sidrap. Hasil Survei Dari Tim Pengabdian Mendapatkan Bawa Kebanyakan Anak-Anak Sering Mengonsumsi Makanan (Snack) Yang Di Jual Di Warung-Warung Dan Hal Ini Bisamembahayakan Pertumbuhan Anak. Sesuai Hasil Wawancara Dengan Salah Seorang Iburumah Tangga Yang Mempunyai Anak Balita Mereka Susah Memperoleh Makanan Bergiziuntuk Anak-Anak Karena Didesa Cenranamemiliki Jarak Yang Lumayan Jauh Dari Kota, Dan Akses Akses Jalan Yang Dilalui Sedikitberliku-Liku, Tanjakan Serta Jurang, Dan Kendaraan Sangat Terbatas.

Dari Hasil Survei Oleh Timpengabdian, Tim Pengabdian Memperkenalkan Program Kepada Masyarakat Desa Cenranaberupa Pelatihan Untuk Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Dini Dalam Memanfaatkansumber Daya Pangan Lokal Dalam Memenuhi Pola Konsumsi Pangan Bergizi Untuk Anakusia Dini. Tahap Sosialisasi Dan Persiapan Merupakan Tahap Awal Dari Kegiatan Ini. Kegiatan Sosialisasi Yang Dilakukan Adalah Pendataan Jumlah Penduduk, Jumlah Ibu-Ibuhamil, Jumlah Anak-Anak Balita Serta Mengamati Potensi Yang Perlu Di Kembangkan Didesa Cenrana Kec. Panca Lautang. Setelah Mengadakan Pendataan Tim Pengabdian Bekerja Sama Dengan Mahasiswa Melakukan Kegiatan Musyawarah Bersama Yang Dihadiri Oleh Kepala Desa, Kepala Dusun, Petugas Kesehatan, Ibu-Ibu Yang

Mempunyai Anak-Anak Balita, Ibu-Ibu Hamil Dan Aparatdesa Dan Beberapa Orang Perwakilan Dari Karang Taruna. Dalam Kegiatan Musyawarahini Tim Pengabdian Menyampaikan Program Kegiatan Yang Akan Dilaksanakan Di Desa Cenrana Dalam Mengembangkan Potensi Yang Ada. Sebelum Pelaksanaan Kegiatan Pelatihan Maka Yang Pertama Dilakukan Yagnitahap Persiapan. Dalam Tahap Persiapan Sendiri Ada Beberapa Hal Yang Dilakukan meliputi: Pra Survei Dengan Mengidentifikasi Permasalahan Dan Kebutuhan Mitra, Melakukan Persiapan Pelatihan Yakni Dengan Mempersiapkan Bahan Pelatihan Mulai dari Bahan-Bahan Dan Peralatan-Peralatan Yang Dibutuhkan, Materi Pelatihan Dan Desain kemasan Produk. Setelah Tahap Persiapan Dilakukan Maka Dilakukan Tahap Sosialisasi, Melalui Kegiatan Sosialisasi Dan Persiapan Ini Diharapkan Dapat Meningkatkan keterampilan Masyarakat Di Cenrana.

Pelatihan Ini Dilakukan Dalam Satu Kali Pertemuan Yang Diawali Dengan penyampaian Materi Pelatihan, Perkenalan Bahan Dan Alat-Alat Yang Digunakan Dan penjelasan Tata Cara Pengolahan Bahan Pangan Kemudian Diikuti Oleh Demonstrasi pengolahan Pangan Buah Naga Menjadi Makanan Pendamping ASI. Makanan Pendampingasi Itu Sendiri Merupakan Makanan Tambahan Bagi Tumbuh Kembang Bayi. MP-ASI diberikan Di Usia 6-24 Bulan Karena Pada Periode Tersebut Anak Rentan Menderita malnutrisi.

Tujuan Penting Dari Pemberian MP-ASI Yaitu Untuk Memenuhi Kebutuhan gizi Bayi Yang Kian Meningkat Jumlahnya. Salah Satu Bentuk MP-ASI Yang Banyak dikenal Masyarakat Adalah Bubur Instan. MP-ASI Harus Memenuhi Persyaratan Yaitupadat Gizi Dan Seimbang, Kaya Energi, Cukup Protein, Dan Perbandingan Lemak Yangberimbang Antara Lemak Jenuh Dan Tak Jenuh Agar Mudah Dicerna Oleh Organ Pencernaan tubuh Bayi. Pembuatan MP-ASI Pada Tema Program Pengabdian Ini Yakni Dengan menggunakan Bahan Buah Naga.

Buah Naga Adalah Salah Satu Buah Yang Banyak Di Jumpai Di Desa Cenrana Kabupaten Sidrap, Buah Naga Telah Menjadi Primadona Di Kalangan Peneliti Sejak Beberapa Tahun Terakhir Karena Menyimpan Berbagai Kandungan Yang Menyehatkan Tubuh, Seperti Betalains Dan Squalene Yang Memiliki Fungsi Antioksidan Dan Anti Peradangan. Bahkan, Kandungan Antioksidannya Relatif Lebih Tinggi Daripada Buah Lainnya. Selain Itu, Di Dalamnya Juga Terkandung Likopen Dan Beta Karoten Yang Baik Untuk Tubuh.

Buah Naga Juga Kaya Akan Vitamin Dan Mineral Penting, Misalnya Zat Besi, Yang Penting Untuk Produksi Sel Darah Merah. Buah Naga Juga Mengandung Vitamin C Tinggi Yang Tidak Hanya Membantu Meningkatkan Imunitas Tubuh, Tetapi Juga Membantu Penyerapan Zat Besi. Selain Itu, Buah Naga Juga Dikenal Sebagai Buah Yang Kaya Akan Serat. Secangkir Buah Naga Kira-Kira Mengandung 7 Gram Serat Yang Baik Untuk Pencernaan Si Kecil.

#### Bahan

- ✓ ¼ Buah Naga Umur Sedang ( Dihancurkan Pakai Sendok Atau Garpu)
- ✓ ¼ Buah Naga Ukuran Sedang Potong Dadu Kecil
- ✓ ½ Bungkus Agar-Agar
- ✓ 400 Ml Sufor / UHT
- ✓ 1 Sdm Gula Pasir

#### Cara Membuat

- ✓ Di Panci, Campur Agar Agar Dan Susu UHT , Lalu Aduk Hingga Agar Agar Larut
- ✓ Berikutnya, Masak Adonan Hingga Panas
- ✓ Tuangkan Campuran Buah Naga Dan Susu, Aduk Rata Kemudian Masak Hingga Mendidih
- ✓ Langkah Selanjutnya, Tuang Ke Dalam Cetakan Yang Sudah Dibasahi Dengan Air Matang.
- ✓ Jika Sudah, Dinginkan Hingga Mengeras
- ✓ Pudding Siap Di Hidangkan



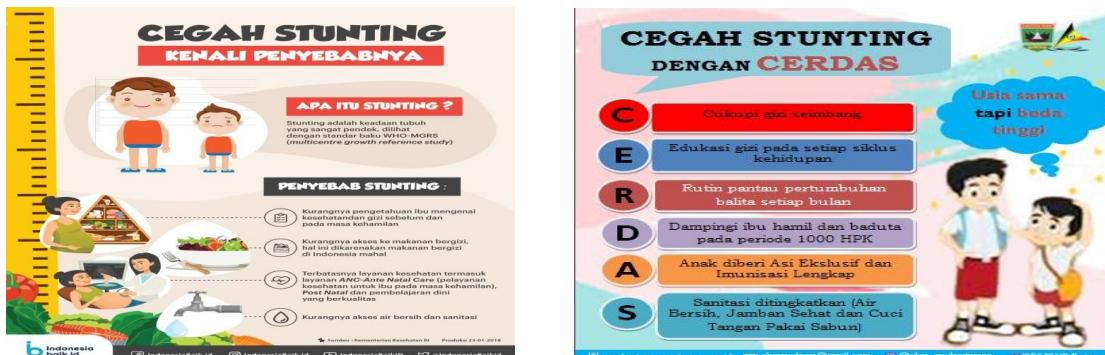
Gambar 1. penyuluhan Gambar



Gambar 2. Partisipasi masyarakat



Gambar 3. Foto bersama pemerintah desa, masyarakat



Gambar 4. Materi Penyuluhan

#### D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian tersebut, penyuluhan tentang pemberian MPASI dan pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai sumber MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting perlu diadakan secara rutin, agar pengetahuan para ibu tentang pemberian MPASI dan pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai sumber MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting dapat terus meningkat. Kedepannya, hal ini diharapkan dapat membantu menurunkan angka kejadian stunting di Indonesia.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Fradisa, L. Primal, D. Gustira, L. (2022). Jurnal Pendidikan dan Konseling. *Al-Irsyad*, 105(2), 79. Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>
- Indeks, H., Tubuh, M., Resiko, D., Back, L., Pada, P., & Di, P. (2022). *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 7(1), 3–6.
- Jatmika, S. E. D. J., & Widi Hastuti2, S. K. (2019). Pelatihan Dan Pendampingan Pembuatan Aneka Olahan Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Berbahan Pangan Lokal Kaya Nutrisi. *GEMASSIKA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 115. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v3i2.339>
- Jejama -Jurnal Pengabdian Kesehatan, B., Pembuatan MPASI Lokal Dengan Bahan Dasar Singkong Untuk Batita Pada Kader Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Hajimena Lampung Selatan, P., Putri, S., Indriyani, R., Novika, Y., Gizi, J., ... Selatan, L. (2021). *The Training of Making Local MPASI With Cassava For Batita in Cadre of Integrated Services Post (Posyandu) in Hajimena Health Center Lampung Selatan*. 2, 29–36. Retrieved from <http://jpt.polttekkes-tjk.ac.id/index.php/1234>
- Junus, N., & Mamu, K. J. (2021). 12067-29421-1-Pb. 2(1), 1–12.
- Kanan, K. W., & Muliani, U. (2022). *Edukasi Stunting Dan Pembuatan MP-Asi Dengan Pemanfaatan Pangan Lokal Di Desa Mekar Asri Kecamatan Baradatu*. 1(2), 134–138.
- Kania, I., & Wardani, F. (2022). *SOSIALISASI PEMBUATAN MAKANAN PENDAMPING ASI / MP-ASI ( CUPCAKE SABU / SAYUR DAN BUAH ) BAGI IBU YANG MEMILIKI BALITA GUNA MENCEGAH STUNTING DI DESA BANTAR JAYA KECAMATAN PEBAYURAN KABUPATEN BEKASI TAHUN 2022*. 6(September), 1370–1374.
- Muliani, U. (2022). *Edukasi Stunting Dan Pembuatan MP-Asi Dengan Pemanfaatan Pangan Lokal Di Desa Mekar Asri Kecamatan Baradatu*. 1(2), 134–138.
- Rahmawati, S., Wulan, A. J., & Utami, N. (2021). Edukasi Pemberian Makanan Pendamping Asi ( MPASI ) Sehat Bergizi Berbahan Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Kalisari Kecamatan Natar Lampung Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwai Jurai*, 47–50.
- Sefanadia Putri, Reni Indriyani, Y. N. (2021). *The Training of Making Local MPASI With Cassava For Batita in Cadre of Integrated Services Post (Posyandu) in Hajimena Health Center Lampung Selatan*. 2, 29–36.
- Triputra Daud Umbu Tonga, J. G. U. T. (2022). *Penguatan Kearifan Lokal Dalam Pencegahan Stunting Di Indonesia Dengan Memanfaatkan Daun Katuk (Sauvages Androgynous)*. 15(2), 1–23.
- Yuliani, D. A., Purwati, P., & Rofiqoch, I. (2021). Pemanfaatan Daun Kelor sebagai MP – ASI dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Balita. *Jurnal ABDIMAS-HIP : Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 73–77. <https://doi.org/10.37402/abdimaship.vol2.iss2.151>