

PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN PEMBUATAN ANEKA OLAHAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) BERBAHAN PANGAN LOKAL KAYA NUTRISI

Septian Emma Dwi Jatmika¹⁾, Siti Kurnia Widi Hastuti²⁾, Khoiriyah Isni³⁾
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan^{1,2,3)}
Jln. Prof. Dr. Soepomo, SH, Warungboto, Umbulharjo, Yogyakarta
Email korespondensi: septianemma@ikm.uad.ac.id

Doi : <https://doi.org/10.30787/gemassika.v3i1.307>

Received: Juli 2019 | Revised: Nopember 2019 | Accepted: Nopember 2019

Abstract

This Community Service and Empowerment Program offers solutions to overcome problems encountered in Sedayu, especially the under-five health problems, such as the lack of knowledge about the provision of MP ASI according to World Health Organization (WHO) standards, the lack of utilization of quality local foods for MP-ASI and many the provision of instant breastfeeding by mothers in infants, the provision of MP-ASI is less appropriate with the duration, frequency, texture and variation according to age stage and the lack of attention of parents related to the growth of infants. The data shows that there are many toddlers in Sedayu who suffer from malnutrition and even malnutrition and stunting (short). The purpose of this community service is to improve the community's knowledge about the making of MP ASI by optimizing the existing local wisdom. The hope of this program can improve the knowledge, behavior and health status of children under five. The target of this program is the mother of the students from the students of TK ABA Argomulyo, TK ABA Sedayu and TK Tapen, Sedayu Subdistrict, Bantul who have under five children. Activities undertaken include training on the basic principles of MP-ASI, training on making and assisting various processed MP-ASI using quality local food. And held a mini gallery of processed products of various variations of ASI MP using quality local food to promote MP ASI products to the public.

Keywords: *training; mentoring; MP-AS; local food; under five children*

PENDAHULUAN

Terdapat beberapa permasalahan yang ditemukan di Sedayu 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.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu petugas gizi di Puskesmas Sedayu II, data menunjukkan bahwa masih banyak balita di Sedayu yang menderita gizi kurang bahkan gizi buruk dan stunting (pendek). Data tersebut senada dengan hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2010 yang menunjukkan bahwa persentase anak balita pendek sebesar 35,6%, anak balita kurus sebesar 13,3%, anak balita gizi kurang sebesar 17,9% dan anak balita gizi lebih

sebesar 12,2% (Kemenkes RI, 2010). Dengan demikian Indonesia menghadapi masalah gizi ganda, di satu pihak mengalami kekurangan gizi di pihak lain mengalami kelebihan gizi (Kemenko Kesra RI, 2013).

Masalah gizi khususnya stunting pada balita sudah menjadi perhatian tidak hanya di tingkat nasional tetapi juga tingkat global. Beberapa program dan kegiatan nasional telah dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut. Seiring dengan masalah tersebut, maka Negara dengan prevalensi masalah gizi cukup tinggi membentuk gerakan perbaikan gizi tingkat global yang disebut Scaling Up Nutrition (SUN) dan di Indonesia disebut dengan Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK) (Bappenas, 2012). Salah satu intervensi gizi melalui Gerakan 1000 HPK yaitu edukasi pemberian MP-ASI. (Kemenko Kesra RI, 2013).

Oleh karena itu Program PPM di Sedayu, Bantul menawarkan solusi guna mengatasi berbagai permasalahan tersebut dengan mengusung pelatihan dan pendampingan pembuatan MP-ASI menggunakan bahan lokal yang sejalan dengan program pemerintah. Ada beberapa solusi yang ditawarkan meliputi pelatihan prinsip dasar MP-ASI, pelatihan pembuatan dan pendampingan aneka olahan MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal berkualitas. Serta diadakan mini galeri produk olahan berbagai variasi MP ASI menggunakan bahan pangan lokal berkualitas guna mempromosikan produk MP ASI kepada masyarakat luas.

Adapun kegiatan inovasi tersebut dalam rangka mengoptimalkan peran masyarakat dengan memberikan pendidikan kesehatan balita secara tepat dan benar untuk meningkatkan kualitas asuhan Ibu dan balita agar kebutuhan pangan dan gizi terpenuhi. Dengan melakukan pembelajaran dan pemberdayaan kepada masyarakat melalui PPM ini diharapkan dapat meningkatkan kerjasama multisektor dalam pelaksanaan program gizi untuk mengatasi kekurangan gizi dan memperkuat kesetaraan gender dan pemberdayaan perempuan dalam upaya perbaikan gizi.

Agar kegiatan dapat berkelanjutan, program PPM ini akan bekerja sama dengan Ibu-Ibu anggota 'Asiyiyah di Cabang Sedayu yang nantinya akan dapat membantu dalam kelancaran proses pelaksanaan program pelatihan bahkan sampai kepada pendampingan untuk meningkatkan status kesehatan masyarakat setempat terutama balita.

Dalam kegiatan ini kelompok sasarannya adalah Ibu wali murid dari siswa TK ABA Argomulyo, TK ABA Sedayu dan TK Tapan, Kecamatan Sedayu, Bantul yang memiliki balita. Potensi dan peluang yang mendukung keberhasilan program di wilayah tersebut adalah tersedianya sumberdaya manusia, bahan baku MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal, kelembagaan organisasi masyarakat yang kuat, dan pemerintah daerah memiliki komitmen yang kuat untuk memajukan kesejahteraan dan kesehatan warganya.

MASALAH, TARGET DAN LUARAN

Berdasarkan uraian situasi, dapat dilakukan identifikasi permasalahan untuk warga di Sedayu. Identifikasi permasalahan yaitu kurangnya pengetahuan warga dalam pemanfaatan bahan makanan local berkualitas untuk Makanan Pendamping ASI (MP-ASI), kurangnya perhatian orangtua terkait tumbuh kembang balita, pemberian MP-ASI instan yang tidak memenuhi standar nilai gizi, pemberian MP-ASI yang kurang sesuai dengan durasi, frekuensi, tekstur dan variasi sesuai tahapan usia.

Data status kesehatan menunjukkan bahwa masih banyak balita di Sedayu yang menderita gizi kurang bahkan gizi buruk dan stunting (pendek). Kejadian stunting pada balita dapat dipergaruhi oleh beberapa faktor risiko. Faktor risiko yang ditemukan di Sedayu meningkatkan adalah kurangnya pengolahan hasil pertanian. Pada awalnya warga tidak memanfaatkan hasil alam yang ada di sekitar, kemudian dapat diolah menjadi aneka olahan MP-ASI standar WHO dengan bahan pangan local berkualitas kaya nutrisi. Bahan baku MP-ASI yang digunakan adalah bahan pangan local yang tersedia melimpah di Sedayu. Seperti adalah beras, ubi, singkong, kentang, kangkung, bayam, jagung, buncis, wortel, pisang, buah naga, mangga, ikan, ayam, dsb. Disisi lain tersedainya kader (Sumber Daya Manusia) dan adanya Organisasi Muhammadiyah yang

kuat dan mendukung penuh program PPM ini untuk meningkatkan status kesehatan balita.

Berdasarkan penentuan prioritas permasalahan yang dipilih bersama-sama maka ditawarkan solusi yang tepat berdasarkan program kemitraan. Solusi yang ditawarkan dan luaran yang ditargetkan untuk permasalahan tersebut yaitu :

- 1) Melakukan pelatihan pembuatan aneka olahan MP-ASI standar WHO menggunakan bahan pangan local berkualitas kaya nutrisi.

Luaran program kemitraan ini adalah peningkatan partisipasi aktif, pengetahuan, dan keterampilan warga dalam memanfaatkan hasil alam untuk mengolah berbagai varian MP-ASI menggunakan bahan pangan local berkualitas.

- 2) Melakukan inovasi dan deversifikasi aneka olahan MP-ASI standar WHO dengan bahan pangan local berkualitas. Inovasi dilakukan dengan menggunakan bahan makanan local kaya nutrisi yang tersedia meliputi karbohidrat, protein nabati, protein hewani, sayur dan buah.

Luaran program kemitraan ini adalah warga dapat menghasilkan aneka olahan MP-ASI standar WHO dengan bahan pangan local berkualitas yang kaya nutrisi dan Aneka olahan MP-ASI hasil kreasi warga dituangkan dalam Buku panduan MP-ASI standar WHO menggunakan bahan pangan local berkualitas kaya nutrisi.

METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan pada prioritas permasalahan yang dihadapi mitra dan target luaran yang ingin dicapai maka disusun metode pelaksanaan program sebagai berikut:

1) Melakukan pelatihan prinsip dasar MP-ASI standar WHO

Metode pelaksanaan program pelatihan di sampaikan oleh narasumber yaitu Khoiriyah Isni, S.KM., M.Kes dan Sitti Kurnia Widi Hastuti, S.KM., M.PH (Tim Pengusung PPM). Materi pelatihan adalah sebagai berikut :

- a. Mengapa MP-ASI diberikan saat usia bayi 6 bulan ?
- b. Jenis sumber gizi bahan makanan,
- c. Praktik pembuatan MP-ASI standar WHO berdasarkan usia bayi.

2) Menghasilkan MP-ASI standar WHO dengan bahan pangan lokal berkualitas kaya nutrisi dengan berbagai variasi.

Pelatihan dan pendampingan ini dilakukan oleh tim dengan narasumber Septian Emma D.J., M.Kes. Materi yang disampaikan yaitu

- a. Resep MP-ASI dengan bahan pangan lokal berkualitas
- b. Keamanan pangan dalam menyajikan MP-ASI
- c. Praktik pembuatan MP-ASI berdasarkan WHO menggunakan bahan pangan lokal berkualitas. Kontribusi berupa penyediaan bahan, waktu, tempat pelatihan, pemikiran dan tenaga, Kontribusi berupa variasi

resep MP-ASI dengan bahan pangan lokal. Berikut dokumentasi kegiatan pelatihan dan pendampingan.

3) Menghasilkan MP-ASI standar WHO dengan bahan pangan lokal hasil kreasi warga

Pendampingan dilakukan oleh tim yaitu Sitti Kurnia Widi Hastuti, S.KM., M.PH. Pendampingan dilakukan dengan tujuan untuk memfasilitasi dan mendampingi pembuatan aneka olahan MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal berkualitas kaya nutrisi. Partisipasi mitra berupa kontribusi penyediaan bahan makanan. Berikut dokumentasi pendampingan pengolahan mp asi dengan bahan pangan lokal.

4) Mini galeri produk aneka olahan MP – ASI menggunakan bahan pangan lokal berkualitas dan edukasi kesehatan

Gelar produk MP-ASI dilakukan bersamaan dengan rangkaian lomba pembuatan produk aneka olahan MP-ASI standar WHO. Kegiatan ini bertujuan untuk mempromosikan produk aneka olahan MP-ASI standar WHO kepada masyarakat luas berbasis potensi lokal.

Gelar produk MP-ASI dilakukan bersama PCA Sedayu dan Tim pengusung PPM. Acara ini dilaksanakan di Masjid TK ABA Argomulyo dengan menyajikan kreasi aneka olahan produk MP ASI hasil binaan FKM UAD. Promosi produk aneka olahan MP-ASI di Masjid TK ABA Argomulyo sangatlah menguntungkan karena merupakan tempat

berkumpulnya warga Muhammadiyah. Dengan demikian, mini galeri produk ini dapat mempromosikan MP-ASI hasil kreasi warga kepada masyarakat luas.

5) Evaluasi Pelaksanaan Program dan Keberlanjutan Program

Pelaksanaan program dievaluasi dengan menggunakan dua cara. Melalui pendampingan dan evaluasi hasil. Untuk tingkat pemahaman anggota mitra maka evaluasi akan dilakukan melalui kegiatan lomba kreasi aneka olahan MP ASI. Untuk kemampuan ketrampilannya akan dilakukan pendampingan sampai program PPM ini selesai dilaksanakan. Keberlanjutan program diambil alih oleh pihak Pimpinan Cabang 'Aisyiyah Sedayu. Pimpinan Cabang 'Aisyiyah Sedayu mendukung penuh kegiatan PPM ini dan menyadari sepenuhnya bahwa program pemberdayaan masyarakat sejenis PPM ini sangat membantu pembangunan masyarakat.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PPM Reguler) dilaksanakan di TK ABA Argomulyo dengan sasaran Ibu wali murid dari siswa TK ABA Argomulyo, TK ABA Sedayu dan TK Tapen, Kecamatan Sedayu, Bantul yang berjumlah 23 orang. Tim pengusung kegiatan sesuai kepakaran memberikan kontribusi dalam kegiatan PPM.

Kegiatan PPM dilakukan dengan melalui tiga tahap meliputi :

1. Tahap Persiapan

Kegiatan ini diawali dengan pertemuan Tim PPM untuk menyusun materi, menentukan lokasi kegiatan PPM serta melakukan pembagian tugas untuk masing-masing anggota Tim. Seluruh anggota tim berkewajiban untuk berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan PPM ini. Selanjutnya Tim PPM menghubungi Pimpinan PCA Sedayu untuk memohon ijin melakukan kegiatan PPM dilanjutkan koordinasi dengan pihak TK ABA Argomulyo, TK ABA Sedayu dan TK Tapen, Kecamatan Sedayu, Bantul. Masing-masing TK diminta untuk mengirimkan 7-8 orang wali murid untuk mengikuti pelatihan ini. Sehingga total peserta berjumlah 23 orang. Kegiatan ini dilakukan di Masjid TK ABA Argomulyo, Sedayu, Bantul.

2. Pelaksanaan, meliputi :

a. Penyuluhan, dengan materi :

- 1) Mengapa MP-ASI diberikan saat usia bayi 6 bulan ?
- 2) Jenis sumber gizi bahan makanan
- 3) Memberikan resep MP-ASI dengan bahan pangan local berkualitas
- 4) Memberikan materi keamanan pangan dalam menyajikan MP-ASI

Berikut dokumentasi kegiatan penyuluhan.

Gambar 1. Penyampaian materi oleh narasumber

Makanan Pendamping ASI diberikan mulai usia 6 bulan. Masa rawan pertumbuhan bayi/anak dimulai usia 6 bulan sampai dengan 24 bulan. Pada periode ini merupakan proses dimulainya pemberian makanan khusus selain ASI. Makanan pendamping ASI berbentuk padat atau semi padat secara bertahap jenis, jumlah, frekuensi, maupun tekstur dan konsistensinya sampai seluruh kebutuhan nutrisi anak dipenuhi. Pemberian MP-ASI pada saat yang tepat sangat bermanfaat bagi pemenuhan kebutuhan nutrisi dan tumbuh kembang anak. Tumbuh kembang anak akan terganggu jika makanan pendamping tidak diperkenalkan pada usia 6 bulan, atau pemberiannya dengan cara yang tidak tepat. Dengan demikian materi tentang makanan pendamping asi (MP-ASI) pada anak penting dilakukan agar masyarakat dapat memahami informasi mengenai MP-ASI.

b. Pelatihan praktik dengan kegiatan :

- 1) Praktik pembuatan MP-ASI standar WHO berdasarkan usia bayi. Berikut dokumentasi kegiatan tersebut.



Praktik pembuatan MP-ASI

Gambar 2. Praktik pembuatan MP ASI

- 2) Praktik pembuatan MP-ASI



Penyampaian materi oleh narasumber

berdasarkan WHO menggunakan bahan pangan lokal berkualitas. Berikut dokumentasi kegiatan tersebut.



Gambar 3. Kegiatan pelatihan praktik pembuatan MP ASI

Dalam praktik pembuatan MP ASI, alat dan bahan difasilitasi oleh tim pengusung berupa alat memasak, aneka tepung, aneka bumbu dapur dan aneka sayur & buah. Peralatan masak yang dipakai adalah peralatan yang bersifat umum dan sederhana sehingga diasumsikan dimiliki oleh semua keluarga. Peserta yang hadir berjumlah 23 orang (100% mencapai target).



Pendampingan oleh tim mahasiswa

3. Evaluasi dan tindak lanjut
Evaluasi kegiatan PPM meliputi pendampingan dan evaluasi hasil. Pendampingan dilakukan sebagai persiapan lomba dengan memfasilitasi dan mendampingi peserta dalam pembuatan aneka olahan MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal berkualitas kaya nutrisi. Lomba kreasi aneka olahan MP ASI diikuti oleh seluruh peserta yang terbagi menjadi tiga tim meliputi tim TK ABA Argomulyo, tim TK ABA Sedayu dan tim TK Tapen. Pendampingan dilakukan sesuai dengan perjanjian peserta dengan mengunjungi tiap-tiap tim. Proses pendampingan peserta dibantu oleh tim mahasiswa. Berikut dokumentasi pendampingan yang dilakukan.



Gambar.4. Pendampingan oleh tim mahasiswa

Evaluasi hasil dilakukan diakhir sesi pada



Persentasi Lomba MP-ASI

hari ketiga kegiatan. Evaluasi hasil yang kami lakukan dengan mengadakan lomba kreasi aneka olahan MP ASI. Hal ini bertujuan untuk menilai ketrampilan para peserta pelatihan. Adapun kriteria penilaian lomba meliputi kreatifitas, cita rasa, penampilan, keberagaman kandungan gizi, tekstur dan hygiene sanitias. Seluruh tim mendapat hasil dengan persentase rata-rata $> 81\%$ yang berarti sangat baik. Agenda ini dilakukan sebagai tolak ukur keberhasilan penyerapan materi oleh peserta pelatihan. Selain mengolah dan menyajikan hasil kreasi aneka olahan MP ASI, peserta lomba juga mempresentasikan cara pengolahan didepan tim juri dan peserta lainnya. Berikut dokumentasi kegiaiatan tersebut.

Gambar 5. Presentasi peserta lomba MP ASI



Gambar 6. Penilaian lomba oleh tim juri

Perolehan juara didapatkan oleh tim TK Tapen sebagai juara I, tim TK ABA Argomulyo sebagai juara II dan tim TK ABA Sedayu sebagai juara III. Pemenang lomba mendapat hadiah berupa bingkisan sebagai kenang-kenangan. Berikut dokumentasi pemenang lomba.



Gambar 7. Peyerahan hadiah kepada pemenang lomba

Mini gallery product bertujuan untuk sosialisasi hasil kreasi aneka olahan MP ASI peserta. Acara ini merupakan acara puncak rangkaian kegiatan pelatihan. Berikut hasil kreasi olahan MP ASI dari tim peserta.



Gambar 8. Olahan kreasi MP ASI “Krotang”



Gambar 9. Olahan kreasi MP ASI “Rainbow schotel”



Gambar 10. Olahan kreasi MP ASI “Berdopo 4 Bintang”

Capaian hasil evaluasi disajikan pada tabel 1 sebagai berikut:

No	Kriteria penilaian	TK Argomulyo				TK ABA Sedayu				TK Tapen			
		Skor	Skor maks.	%	Ket.	Skor	Skor maks.	%	Ket	Skor	Skor maks	%	Ket.
1	Kreatifitas	267	300	89	Sangat baik	255	300	85	Sangat baik	283	300	94.3	Sangat baik
2	Cita rasa	282	300	94	Sangat baik	269	300	89.7	Sangat baik	272	300	90.7	Sangat baik
3	Penampilan	276	300	92	Sangat baik	270	300	90	Sangat baik	275	300	91.7	Sangat baik
4	Keberagaman kandungan gizi	269	300	89.7	Sangat baik	270	300	90	Sangat baik	270	300	90	Sangat baik
5	Tekstur	267	300	89	Sangat baik	262	300	87.3	Sangat baik	267	300	89	Sangat baik
6	Higiene sanitasi	254	300	84.7	Sangat baik	252	300	84	Sangat baik	259	300	86.3	Sangat baik
	Rata-Rata			89.7	Sangat baik			87.7	Sangat baik			90.3	Sangat baik
	Juara	II				III				I			

Belum tercapainya ketahanan pangan tidak semata-mata disebabkan karena ketiadaan dana yang cukup. Faktor yang sangat berperan adalah kurangnya informasi dan motivasi untuk menerapkan pola asuh yang tepat, terutama dalam hal pangan. Oleh karena itu, masyarakat perlu mendapat penyuluhan dan pelatihan (sekaligus praktek) sehingga mereka mendapat informasi bahwa pola asuh dengan gizi yang sehat dapat ditempuh oleh siapa pun. Untuk lebih menjangkau keluarga yang lebih luas, pelatihan diberikan langsung kepada warga.

Secara garis besar, kegiatan telah berlangsung dengan baik. Peserta sangat antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Terbukti dengan persentase kehadiran peserta yang mencapai 100%. Terdapat beberapa saran dan komentar positif untuk kegiatan pelatihan ini. Diantaranya peserta menghendaki sebaiknya pelatihan ini dilakukan secara rutin karena masih terdapat materi-materi yang belum diketahui oleh peserta dan dengan adanya pelatihan ini bisa menambah pengalaman para peserta. Materi pembuatan olahan MP ASI sangat berguna bagi peserta karena materi yang disampaikan dapat membantu mengatasi permasalahan peserta tentang pola asuh anak yang berkaitan dengan gizi balita dan pangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- a. Peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan yang dibuktikan dengan kehadiran peserta selama kegiatan yaitu 100%. Pihak sekolah masing-masing TK pun sangat mendukung adanya kegiatan pelatihan ini.
- b. Seluruh tim mendapat hasil yang maksimal dengan persentase rata-rata > 81% yang berarti sangat baik. Perolehan juara didapatkan oleh tim TK Tapen sebagai juara I, tim TK ABA Argomulyo sebagai juara II dan tim TK ABA Sedayu sebagai juara III.

2. Saran

Saran dari kegiatan ini adalah kegiatan ini perlu dilakukan secara rutin dan mandiri oleh masing-masing TK.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada LPPM Universitas Ahmad Dahlan yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini.

REFERENSI

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2010, *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. 2012. *Pedoman Perencanaan Program Sadar Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK)*, Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, Jakarta.
- Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat Republik Indonesia. 2013. *Pedoman Perencanaan Program Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan*, Kementerian Koordinator Bidang Kesejahteraan Rakyat Republik Indonesia, Jakarta.