

## Sosialisasi dan Pelatihan Pembuatan PMBA Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Kalurahan Demangrejo Kulon Progo

Dwi Yulinda<sup>1</sup>, Tri Sunarsih<sup>1</sup>, Kharisma<sup>3</sup>, Rizki Wahyuning Damayanti<sup>4</sup>, Endah Puji Astuti<sup>5</sup>, Elvika Fit Ari Shanti<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Prodi Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup> Prodi Teknik Elektro dan Informatika, Fakultas Teknik, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>4</sup>Prodi manajemen Fakultas Ekonomi Sosial, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

e-mail: <sup>1</sup>yulindadwi86@gmail.com, <sup>2</sup>kharisma.anoe@gmail.com, <sup>3</sup>rizki.wd27@gmail.com

**ABSTRAK.** Stunting merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi isu, baik di dunia maupun di Indonesia. Salah satu faktor risiko stunting adalah asupan gizi yang kurang berupa rendahnya kadar protein, vitamin dan mineral yang ada dalam makanan yang dikonsumsi oleh bayi maupun balita. Oleh karena itu pemerintah membuat program untuk mengatasi stunting dengan memberikan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) yang dikelola oleh petugas kesehatan yang bekerjasama dengan kader kesehatan. Sosialisasi dan pelatihan pembuatan PMBA ini dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pembuatan PMBA yang lebih bervariasi dengan memperhatikan nilai gizi untuk balita. Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan di Kalurahan Demangrejo Kulon Progo pada Kelompok Wanita Tani (KWT). Jumlah peserta yang berpartisipasi pada kegiatan ini sejumlah 30 orang. Peserta berusia > 35 tahun dengan pendidikan terbanyak SMA. Evaluasi pengetahuan dilakukan dengan melakukan pretest dan posttest dengan hasil rata-rata pengetahuan tentang nutrisi balita pada saat pretest 4,27, sedangkan rata-rata pengetahuan pada saat posttest 9,29. Oleh karena itu, dengan adanya peningkatan pengetahuan tentang nutrisi balita dan pembuatan PMBA dari nilai rata-rata pretest dan posttest, selain itu keberhasilan dalam pembuatan olahan makanan dapat diaplikasikan untuk mendukung program pemberian makanan tambahan bagi balita stunting.

**KATA KUNCI:** Edukasi; PMBA; Balita; Stunting; Nutrisi

**ABSTRACT** Stunting is one of the nutritional problems that is still an issue both in the world and in Indonesia. One of the risk factors for stunting is inadequate nutritional intake in the form of low levels of protein, vitamins and minerals in food consumed by infants and toddlers. Therefore, the government has created a program to overcome stunting by providing Infant and Child Feeding (PMBA) managed by health workers in collaboration with health cadres. Socialization and training for making PMBA are carried out to improve knowledge and skills in making more varied PMBA by paying attention to nutritional value for toddlers. This community service has been carried out in Demangrejo Village, Kulon Progo at the Women Farmers Group (KWT). The number of participants who participated in this activity was 30 people. Participants were aged > 35 years with the most education being high school. Knowledge evaluation was carried out by conducting a pretest and posttest with an average result of knowledge about toddler nutrition at the pretest of 4.27, while the average knowledge at the posttest was 9.29. Therefore, with the increase in knowledge about toddler nutrition and the making of PMBA from the average pretest and posttest values, in addition to the success in making processed foods, it can be applied to support the program of providing additional food for stunted toddlers.

**KEYWORDS** Education; Feeding Babies and Children; Toddler; Stunting; Nutrition

### 1. Pendahuluan

Masalah gizi terutama pada balita masih menjadi fokus utama permasalahan kesehatan. Stunting merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi isu, baik di dunia maupun di Indonesia.

Angka kejadian stunting meskipun mengalami penurunan dari tahun ke tahun tetapi masih belum sesuai dengan target yang telah ditetapkan yaitu tahun 2022 angka kejadian stunting 21,6 menjadi 21,5 pada tahun 2023. Stunting sangat menjadi perhatian karena beberapa risiko yang dapat terjadi dapat mempengaruhi kualitas hidup generasi muda. Pada balita stunting memiliki risiko antara lain mengalami penurunan pertumbuhan dan perkembangan, penurunan kekebalan tubuh, penurunan intelektual.

Salah satu faktor penyebab stunting adalah asupan gizi yang kurang atau malnutrisi dalam jangka yang panjang. Pada balita akan lebih berisiko mengalami stunting karena pada masa balita laju pertumbuhan dan perkembangan sangat pesat sehingga membutuhkan asupan nutrisi yang cukup. Malnutrisi berupa rendahnya kadar protein, vitamin dan mineral yang ada dalam makanan yang dikonsumsi oleh bayi maupun balita dapat mengakibatkan stunting. Protein mempunyai fungsi sebagai pembentuk jaringan baru, pemelihara jaringan tubuh dan memperbaiki serta mengganti jaringan yang rusak menjadi sangat penting pada masa pertumbuhan dan perkembangan. Rendahnya konsumsi protein akan memiliki risiko 1,6 kali lebih besar mengalami stunting. Sumber protein hewani yang banyak digemari oleh balita yaitu daging ayam. Hasil penelitian menyebutkan bahwa daging ayam yang cukup tinggi mengandung protein yaitu dada ayam.

Selain protein, mineral merupakan zat yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan. Besi merupakan salah satu mineral yang dibutuhkan tubuh. Zat besi memiliki fungsi dalam pembentukan hemoglobin yang sangat penting dalam transport oksigen, nutrisi ke dalam jaringan termasuk otak. Sehingga jika mengalami defisiensi zat besi dapat menyebabkan anemia yang dapat menimbulkan masalah penurunan daya tahan tubuh, penurunan kemampuan kognitif, keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan. Sumber zat besi yaitu sayuran, buah dan daging. Daun kelor merupakan salah satu sayuran yang mengandung tinggi zat besi yaitu 17,2 mg/100 gram.

Pemenuhan kebutuhan gizi pada balita selain memperhatikan nilai gizi juga harus memperhatikan hal-hal yang menarik bagi balita khususnya tentang variasi olahan. Nugget, sempol dan bakso merupakan contoh variasi olahan yang disukai balita. Berdasarkan hasil identifikasi dengan kader posyandu balita bahwa belum ada pelatihan pembuatan olahan tersebut terutama untuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada balita stunting. pemerintah membuat program untuk mengatasi stunting dengan memberikan PMBA yang dikelola oleh petugas kesehatan yang bekerjasama dengan kader kesehatan.

## **2. Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan oktober 2024 di Balai Kalurahan Demangrejo, Sentolo, Kulonprogo. Partisipan dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu kader posyandu balita di Kalurahan Demangrejo berjumlah 30 orang yang berasal dari 6 padukuhan atau posyandu yang diwakili oleh 3 orang per padukuhan. Tahapan dari kegiatan pengabdian ini yaitu meliputi tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Pada tahap persiapan meliputi persiapan materi, pembuatan kuesioner, pemilihan menu, persiapan bahan dan alat yang digunakan untuk pembuatan PMBA. Pada tahap pelaksanaan meliputi pengenalan, pretest, pemaparan materi tentang nutrisi balita, diskusi dan praktek pembuatan PMBA (nugget, sempol, bakso) dan posttest. Di akhir kegiatan berupa evaluasi yang meliputi pembuatan laporan dan luaran kegiatan.

## **3. Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan ini dilaksanakan di Balai Kalurahan Demangrejo, Sentolo, Kulonprogo. Partisipan dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu kader posyandu balita di Kalurahan Demangrejo berjumlah 30 orang. Hasil identifikasi antara lain usia, Pendidikan terakhir.

Tabel 1. Hasil indentifikasi karakteristik peserta kegiatan

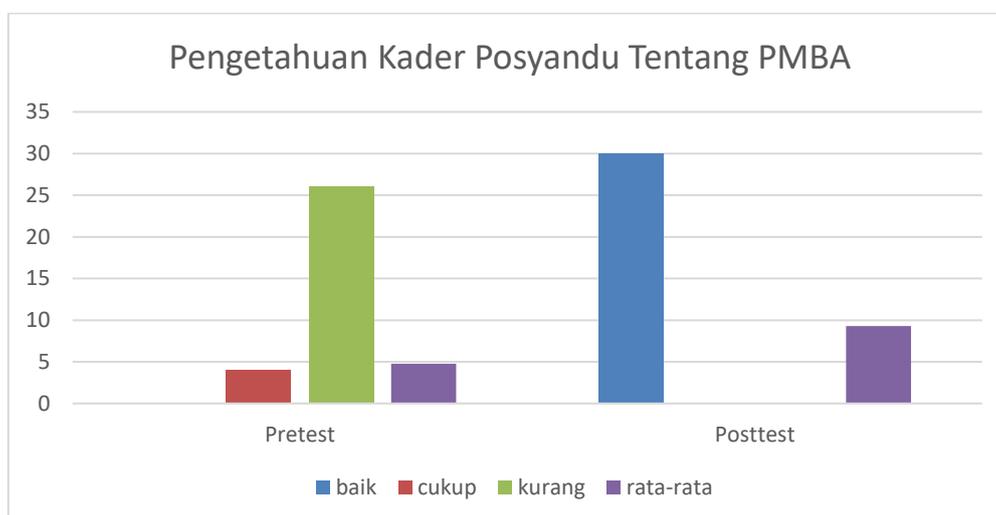
Karakteristik	f	%
<b>Usia</b>		
> 35 tahun	30	100
<b>Pendidikan terakhir</b>		
SD	0	0
SMP	10	33,3
SMA	20	66,7
PT	0	0

(Sumber: Data primer)

Berdasarkan tabel 1. Tentang karakteristik peserta bahwa seluruh peserta atau 100% berusia lebih dari 35 tahun dan sebagian besar pendidikan terakhir yaitu SMA sebanyak 66,7%. Berdasarkan karakteristik usia tersebut maka usia lebih dari 35 tahun merupakan usia dewasa yang memiliki ciri telah adanya kematangan dalam berfikir, kemudahan dalam menangkap informasi sehingga pengetahuan lebih baik dibandingkan usia remaja[1], [2].

Hasil identifikasi dengan peserta, sebelumnya belum pernah ada yang memberikan pelatihan pembuatan olahan makanan seperti nuget, sempol dan bakso dari puskesmas sebagai mitra dalam program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi balita.

Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir yaitu Sebagian besar adalah SMA yang merupakan Pendidikan menengah. Semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin banyak memiliki informasi yang lebih baik dari pada pendidikan dasar. Pendidikan akan mempengaruhi tingkat pemahaman seseorang terhadap informasi yang didapatkan. Semakin tinggi tingkat pendidikan akan semakin mudah dalam memahami informasi dan meningkatkan pengetahuan seseorang[2], [3].



Gambar 1. Grafik Hasil Pengetahuan kader posyandu tentang PMBA

Berdasarkan Gambar 1. Tentang hasil pengetahuan adanya peningkatan signifikan antara pretest dan posttest. Rata-rata pengetahuan pre test dari 4,77 menjadi 9,29 pada saat posttest. Sebagian besar pada saat pretest memiliki pengetahuan kurang sebanyak 26 orang (86,67%) menjadi pengetahuan baik pada saat post test sebanyak 100% (30 orang). Pengetahuan merupakan hasil dari proses melihat, mendengar, merasakan dan berfikir sebagai dasar dalam mengambil sikap dan tindakan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan antara lain umur, tingkat pendidikan, pekerjaan, pengalaman dan informasi[3], [4].

Proses pembuatan PMBA yang dilakukan kepada kader posyandu ini dibagi menjadi 3 kelompok. Masing-masing kelompok akan membuat 1 jenis olahan. Bahan-bahan yang digunakan antara lain daging ayam, telur, ikan lele filet, tepung tapioka, roti tawar, wortel, daun kelor, tepung panir, garam, gula, lada, bawang putih, tepung terigu. Proses pembuatan masing-masing olahan diawali dengan pemilihan dan penimbangan bahan sesuai dengan resep yang telah ditentukan. Pada pembuatan nugget dan sempol sumber protein utama yaitu daging dada ayam yang telah digiling, dan telur. Sedangkan pada bakso protein utama yaitu ikan lele filet dan telur. Dada ayam merupakan salah satu sumber protein yang memiliki kadar protein dan organoleptic terbaik[5].

Proses pembuatan nugget diawali dengan mencampur daging dada ayam giling, tepung, roti tawar yang telah di blender, bawang putih, wortel serut, daun kelor, lada, telur, garam. Kemudian setelah semua bahan tercampur rata, adonan di masukkan dalam loyang kemudian dikukus. Ditunggu selama 45 menit kemudian adonan yang sudah dapat di potong sesuai selera, selanjutnya dibalurkan dalam putih telur kemudian tepung panir dan digorang. Nugget merupakan salah satu olahan makan yang digemari anak-anak yang termasuk dalam produk pangan beku siap saji yang memiliki nilai gizi tinggi[6].

Proses pembuatan sempol diawali dengan semua barang dicampur yaitu daging dada ayam giling, tepung, bawang putih, lada, daun kelor dan telur. Setelah semua bahan tercampur rata, olahan dikepal-kepal pada lidi sate, selanjutnya direbus dan setelah matang sebelum di goreng dibalur putih telur terlebih dahulu. Penambahan daun kelor dalam pembuatan sempol yang merupakan salah satu alternatif bentuk olahan makanan, salah satu jenis sayuran yang mudah didapat dan mengandung nilai gizi tinggi bezi yaitu 17,2 mg/ 100gram [7].

Proses pembuatan bakso semua bahan dicampur yaitu ikan filet, tepung, daun kelor, bawang putih, lada dan telur. Setelah semua bahan tercampur rata, buat bulatan dan masukkan bulatan dalam air mendidih. Bakso merupakan salah satu bentuk olahan daging atau ikan yang dapat diterima oleh semua umur, termasuk balita. Bakso ikan merupakan salah satu alternatif inovasi olahan yang memiliki kandungan gizi untuk mencukupi kebutuhan nutrisi balita [8]–[10].



(a)



(b)



(c)



(d)

Gambar 7. Proses pembuatan PMBA. (a) Proses pembuatan nugget. (b) Proses pembuatan sempol (c) Proses pembuatan bakso (d) Produk dalam kemasan

Olahan makanan pendamping ASI yang memperhatikan nilai gizi sangat penting untuk pemenuhan kebutuhan gizi balita. Pemilihan bahan utama yaitu daging ayam sangat direkomendasikan sebagai sumber nutrisi karena mengandung protein, asam amino esensial, lemak, vitamin dan mineral yang baik untuk pertumbuhan[11]. Nugget, sempol dan bakso merupakan olahan makanan yang banyak diminati balita dan anak, tetapi jika pembuatannya memperhatikan nilai gizi maka bukan hanya sekedar makanan ringan saja. Olahan makanan ini dapat memberikan dampak terhadap kecukupan gizi bagi balita, dan juga dapat meningkatkan nilai ekonomis bagi pengelolanya.

Antusias peserta dapat dilihat keaktifan dalam penjelasan dan proses pembuatan olahan. Pertanyaan meliputi bagian ayam yang digunakan dalam pembuatan nugget, jenis roti tawar yang digunakan dalam pembuatan nugget, variasi sayuran yang digunakan untuk campuran sempol. Antusias lain juga terlihat saat proses pembuatan olahan, dimana setiap kelompok berhasil menyelesaikan pembuatan olahan makanan. Hasil kegiatan pembuatan PMBA merupakan suatu upaya peningkatan pengetahuan yang efektif karena bukan hanya melibatkan pendengaran dan penglihatan saja, tetapi juga melalui indra peraba sebagai bentuk pengalaman secara langsung dalam proses pembuatan olahan makanan[3], [4].

#### **4. Kesimpulan**

Pengabdian ini dilakukan pada kader posyandu yang seluruhnya atau 100% berusia lebih dari 35 tahun. Hasil kegiatan terdapat peningkatan pengetahuan tentang PMBA dari 90% dalam kategori kurang menjadi 100% dalam kategori baik dan antusiasme yang tinggi dari peserta terlihat saat sesi penjelasan tentang persiapan bahan peserta aktif bertanya dan mengikuti instruksi tahapan pembuatan olahan makanan. Hal tersebut karena peserta belum pernah mengikuti pelatihan pembuatan nugget, sempol dan bakso. Perlu adanya peran serta multi sektor untuk mengatasi stunting pada balita terutama untuk memberikan nutrisi yang sesuai sebagai upaya untuk meminimalisir komplikasi pada balita stunting.

#### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih kepada Kemendikbudristek melalui Direktorat Riset, Teknologi, dan Pengabdian Kepada Masyarakat (DRTPM) atas pendanaan Program Kosabangsa Tahun 2024. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Universitas Gadjah Mada yang telah memfasilitasi kegiatan Kosabangsa 2024, Kalurahan Demangrejjo, Kelompok Wanita Tani (KWT), Kader Posyandu Balita yang sudah berpartisipasi aktif dalam kegiatan Kosabangsa 2024.

#### **Daftar Pustaka**

- [1] I. Nurmala, F. Rahman, A. Nugroho, N. Erlyani, and V. Anhar, *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press, 2018.
- [2] R. W. So'o, K. Ratu, C. L. H. Folamauk, and A. L. S. Amat, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Masyarakat," *Cendana Med. J.*, vol. 10, no. 1, pp. 76–87, 2022.
- [3] A. Wulandari *et al.*, "Hubungan Karakteristik Individu dengan Pengetahuan tentang Pencegahan Coronavirus Disease 2019 pada Masyarakat di Kalimantan Selatan," *J. Kesehat. Masy. Indones.*, vol. 15, pp. 42–46, 2020.
- [4] L.-L. Ren *et al.*, "Identification of a novel coronavirus causing severe pneumonia in human: a descriptive study.," *Chin. Med. J. (Engl.)*, vol. 133, no. 9, pp. 1015–1024, May 2020, doi:

10.1097/CM9.0000000000000722.

- [5] D. N. Afiyah, “Pengaruh Perbedaan Bagian Daging Ayam Broiler terhadap Kandungan Protein dan Sifat Organoleptik Nugget Ayam,” *Anoa J. Anim. Husb.*, vol. 1, no. 2, pp. 81–87, 2022, doi: 10.24252/anoa.v1i2.30875.
- [6] S. Di Amora and Sukesri, “Ekstraksi Senyawa Antioksidan pada Nugget- Rumput Laut Merah, *Eucheuma cottonii*,” *J. Sains Dan Seni Pomits*, vol. 2, no. 2, pp. C-23-C–25, 2013.
- [7] W. C. Yaméogo, D. M. Bengaly, A. Savadogo, P. A. Nikièma, and S. A. Traoré, “Determination of Chemical Composition and Nutritional Values of Moringa oleifera Leaves,” *Pakistan J. Nutr.*, vol. 10, no. 3, pp. 264–268, 2011, doi: doi:10.3923/pjn.2011.264.268.
- [8] Y. Salman, E. Syainah, and R. Rezkiyah, “Analisis Kandungan Protein, Zat Besi dan Daya Terima Bakso Ikan Gabus dan Daging Sapi,” *J. Kedokt. dan Kesehat.*, vol. 14, no. 1, p. 63, 2018, doi: 10.24853/jkk.14.1.63-73.
- [9] B. Sutomo, *Sukses Bisnis Bakso*. Jakarta: Kriya Pustaka, 2009.
- [10] A. Fitriani, N. Hekmah, D. Medinasari Fathullah, and N. Suryani, “Differences in Protein Content, Zink, and Acceptance of (*Channa Striata*) Fishballs As a Snack for Toddlers,” *J. Gizi dan Kesehat.*, vol. 14, no. 2, pp. 330–343, 2022.
- [11] I. Sangadji, J. Jurianto, and M. Rijal, “Lama Penyimpanan Daging Ayam Broiler Terhadap Kualitasnya Ditinjau Dari Kadar Protein Dan Angka Lempeng Total Bakteri,” *Biosel Biol. Sci. Educ.*, vol. 8, no. 1, pp. 47–58, 2019, doi: <https://doi.org/10.33477/bs.v8i1.846>.