

EDUKASI PEMANFAATAN PANGAN LOKAL SEBAGAI BAHAN MP-ASI UNTUK MENINGKATKAN STATUS GIZI DAN MENCEGAH STUNTING PADA BALITA DI DESA BUG-BUG

Ni Putu Aryani¹, Baiq Ricca Afrida², Susilia Idyawati³, Hawari Jannati⁴, Raudatul Jannah⁵

^{1,2,3,4,5)}Program Studi Diploma Kebidanan, INKES Yarsi Mataram

e-mail:ary.jegeg99@gmail.com

Abstrak

Stunting adalah kondisi di mana pertumbuhan anak balita terhambat akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan, terutama selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Stunting dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak. Desa bug-bug adalah salah satu desa yang ada di provinsi NTB yang masih tinggi kasus stuntingnya, dengan jumlah balita sebanyak 269 orang, dengan 18 balita mengalami stunting. Tingginya kejadian ini disebabkan oleh pola konsumsi yang tidak seimbang dan kurangnya pengetahuan tentang pentingnya asupan gizi yang mencukupi. Setiap daerah memiliki pangan lokal yang kaya akan nutrisi, namun masih belum banyak masyarakat yang memanfaatkan dalam olahan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Pemanfaatan pangan lokal dalam pengolahan MP-ASI merupakan salah satu upaya strategis untuk mencegah stunting. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengedukasi dan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui penggunaan pangan lokal sebagai bahan dasar MP-ASI yang bernutrisi di Desa Bug-Bug. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi penyuluhan dan demonstrasi serta lomba pembuatan MP-ASI berbahan dasar pangan lokal yang memiliki kandungan gizi tinggi. Hasil kegiatan pengabdian ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal, dengan kenaikan pengetahuan sebesar 50,41%.

Kata kunci: Pencegahan Stunting, Pangan Lokal, Penyuluhan

Abstract

Stunting is a condition in which the growth of toddlers is hampered due to prolonged malnutrition, especially during the First 1,000 Days of Life (HPK). Stunting can affect brain growth and development. Bug-bug village is one of the villages in the province of West Nusa Tenggara that still has high cases of stunting, with a total of 269 toddlers, with 18 toddlers experiencing stunting. This high incidence is caused by an unbalanced consumption pattern and lack of knowledge about the importance of adequate nutritional intake. Each region has local food that is rich in nutrients, but not many people use it in the processing of Complementary Foods for Breast Milk (MP-ASI). The use of local food in the processing of MP-ASI is one of the strategic efforts to prevent stunting. This community service activity aims to educate and increase public understanding about preventing stunting through the use of local food as a basic ingredient for nutritious MP-ASI in Bug-Bug Village. The methods used in this activity include counseling and demonstrations as well as competitions for making MP-ASI from local food that has high nutritional content. The results of this community service activity showed an increase in participants' knowledge regarding stunting prevention through the use of local food, with an increase in knowledge of 50.41%.

Keywords: Stunting Prevention, Local Food, Counseling

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi di mana pertumbuhan anak balita terhambat akibat kekurangan gizi yang berkepanjangan, terutama selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Stunting dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan otak. Menurut Laporan Nutrisi Global tahun 2020, angka kejadian stunting di seluruh dunia menunjukkan bahwa target yang ditetapkan oleh WHO dan WHA dalam gerakan SUN adalah mengurangi prevalensi stunting pada balita sebesar 40% menjelang tahun 2025 (Yuliani *et al.*, 2021). Namun, menurut data Studi Status Gizi Balita di Indonesia (SSGBI) 2021, prevalensi stunting pada anak di bawah lima tahun masih cukup tinggi, yaitu sebesar 27,67% (Fradisa, L. Primal, D. Gustira, 2022).

Salah satu daerah dengan kasus stunting dan gizi buruk terbesar di Indonesia adalah Provinsi Nusa Tenggara Barat. Menurut data dari Dinas Kesehatan NTB (2017), Prevalensi angka stunting NTB mencapai 29.5%. Pada tahun 2021 terjadi penurunan menjadi 22.7%. Meskipun terjadi penurunan,

namun penururnannya belum signifikan (Rahman, 2023). Salah satu desa yang ada di provinsi NTB yang masih tinggi kasus stuntingnya yaitu desa bug-bug. Populasi balita didesa bug-bug sebanyak 269 orang. Dari jumlah tersebut, 18 balita mengalami stunting, yang mencerminkan tingkat prevalensi sebesar 6,69% (Puskesmas bug-bug, 2023). Kasus stunting pada balita di desa ini disebabkan oleh pola konsumsi yang tidak seimbang dan kurangnya pemahaman tentang pentingnya asupan gizi yang mencukupi.

Desa Bug-Bug merupakan salah satu dari lima belas desa yang ada di kecamatan lingsar kabupaten Lombok barat. Batas-batas desa ini meliputi Desa Sigerongan di utara, Desa Petualuan Indah di timur, dan Kelurahan Selagalas di barat. Letaknya yang strategis memberikan keuntungan dalam aksesibilitas serta potensi untuk integrasi ekonomi dan sosial antara kabupaten dan kota (Profil desa bug-bug, 2024). Desa ini memiliki luas wilayah 120 hektar dan dikenal sebagai daerah pertanian dengan fokus pada tanaman hortikultura (Rahman, 2023).

Keragaman sumber daya alam yang dimiliki merupakan potensi yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung peningkatan konsumsi masyarakat menuju pangan yang beragam dan bergizi seimbang. Melihat sumber pangan lokal yang dimiliki oleh desa bug-bug, masih dapat dikembangkan untuk memenuhi keanekaragaman pangan masyarakat pada desa tersebut (Junus & Mamu, 2021). Salah satu cara yang dapat dilakukan dalam pencegahan stunting yaitu dengan cara penguatan kearifan lokal. Umumnya produk pangan lokal diolah dari bahan baku lokal, teknologi lokal, dan pengetahuan lokal pula. Selain itu, produk pangan lokal biasanya dirancang sesuai dengan selera masyarakat setempat, sehingga sangat terhubung dengan budaya lokal. Di Desa Bug-bug, Kecamatan Lingsar, bahan-bahan lokal yang umum ditemukan meliputi kangkung, labu, ikan nila, wortel, dan jagung. Namun, Desa Bug-bug, Kabupaten Lombok Barat ini menghadapi beberapa masalah, seperti kurangnya pengetahuan tentang pemberian MP ASI dan masih banyak orang tua yang memilih MP-ASI instan untuk balita.

Pemberian MP ASI instan adalah salah satu masalah terbanyak yang ditemukan di Desa Bug -Bug yaitu sekitar 119 (64,67%). Pemberian MP ASI instan yang tidak tepat bisa berpengaruh pada pertumbuhan balita. Jika tidak seimbang nutrisinya atau tidak sesuai dengan kebutuhan, dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Selain itu, MP-ASI instan juga dapat memiliki beberapa dampak pada kesehatan balita pemberian yang terlalu dini dan tidak tepat atau tidak sesuai dengan kebutuhan balita dapat meningkatkan risiko alergi makanan, gangguan pencernaan, dan kurangnya nutrisi yang tepat bagi balita, sehingga menyebabkan obesitas karena kandungan gula dan takaran berlebih yang terdapat pada MP-ASI instan tidak sesuai dengan kondisi balita.

Permasalahan lainnya, minimnya pemanfaatan bahan makanan lokal yang berkualitas dalam MP-ASI. Jika dilihat dari keragaman sumber daya alamnya, potensi desa tersebut memiliki bahan pangan lokal yang melimpah dan dapat dimanfaatkan untuk membuat MP-ASI buatan dengan nilai gizi tinggi dan bebas dari bahan pengawet berbahaya. Berdasarkan masalah ini, perlu dilakukan edukasi pemanfaatan pangan local sebagai bahan MPASI untuk meningkatkan status gizi dan mencegah stunting pada balita di desa Bug-bug, Kecamatan Lombok Barat.

METODE

Metode pelaksanaan pada kegiatan pengabdian ini merupakan implementasi dari kerjasama antara Institut Yarsi Mataram dengan Kepala desa bug-bug. Adapun metode pelaksanaannya meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi dan pelaporan. Pada tahap persiapan dengan melakukan koordinasi kegiatan dengan kepala puskesmas, kepala desa mengenai waktu pelaksanaan, sosialisasi kegiatan yang akan dilaksanakan serta menyiapkan instrumen dan media untuk pelaksanaan kegiatan.

Pada tahap pelaksanaan, tahap ini terdiri dari dua kegiatan yaitu: pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh 7 orang tim pengabdian yang terdiri dari dosen dan mahasiswa. Kegiatan yang diawali dengan pre-test. Setelah itu dilakukan pemeriksaan pada balita yang dimulai dari menimbang berat badan, ukur tinggi badan, lingkar lengan atas, lingkar kepala. Selanjutnya sosialisasi atau penyuluhan mengenai Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP ASI) dengan menggunakan power point dan leaflet.

Pada tahap evaluasi, setelah penyuluhan dilakukan diskusi atau tanya jawab, kemudian diberikan lembar kuesioner (posttes) kepada ibuk balita yang bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi MP-ASI yang sesuai dengan usia balita, menu MP-ASI berbahan lokal yang dapat

dimanfaatkan, serta pemberian doorprize di akhir acara bagi ibu yang memenangkan lomba pengetahuan tentang MP-ASI.

Tahap penutup mencakup penyusunan laporan yang mendokumentasikan seluruh rangkaian kegiatan program pengabdian kepada masyarakat hingga hasil yang dicapai. Langkah ini penting untuk merefleksikan keberlanjutan kegiatan dalam upaya peningkatan gizi anak pada pelaksanaan program di tahun-tahun mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di kantor kepala desa bug-bug pada hari minggu tanggal 10 Desember 2023 pukul 09.00-11.00 WITA. Rangkaian kegiatan yang dilakukan meliputi sambutan oleh Kepala Desa bug-bug dan penyampaian materi oleh narasumber dari team dosen pengabdian masyarakat kebidanan INKES Yarsi Mataram. Sasaran dari pengabdian ini adalah ibu yang memiliki balita sebanyak 58 orang.

Langkah selanjutnya adalah tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang meliputi beberapa kegiatan sebagai berikut : Pretes, tes ini dilakukan sebelum penyampaian materi untuk mengevaluasi sejauh mana tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi MP-ASI yang sesuai dengan usia balita, menu MP-ASI berbahan lokal yang dapat dimanfaatkan serta pertumbuhan dan perkembangan balitanya. Pre-test dilakukan dengan memberikan lembar kuesioner.

Setelah itu, penyampaian materi. Pada tahap ini dilakukan pemeriksaan pada balita yang dimulai dari menimbang berat badan, ukur tinggi badan, lingkar lengan atas, lingkar kepala. Kemudian sosialisasi atau penyuluhan mengenai Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) dengan menggunakan power point dan leaflet. Adapun pokok bahasan yang disampaikan mengenai: 1) Pengertian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) 2) Syarat Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) 3) Risiko Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) 4) Cara mempersiapkan makanan untuk bayi berumur 6 bulan keatas 5) Dampak pemberian MP-ASI < 6 bulan 6) Tahapan pemberian MP-ASI 7) Dampak pemberian MP-ASI instan 8) penanganan dasar pada balita dengan status gizi dibawah garis merah (BGM) 9) Praktik membuat Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI)(Mutahar, 2020). Setelah pemberian materi selesai dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Peserta bertanya tentang materi yang belum dipahami terkait MP-ASI.'



Gambar 1. Kegiatan Pre-tes



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan tentang MP-ASI

Pemanfaatan Bahan Lokal dan Demonstrasi Pembuatan MP-ASI.

Rangkaian kegiatan pengabdian dilanjutkan dengan penggunaan pangan lokal dalam pembuatan MP-ASI. Bahan yang digunakan seperti wortel, kentang, bayam, ikan, hati, tahu, labu dan kangkung. Sedangkan demonstrasi pembuatan MPASI, pelaksana menjelaskan komposisi MPASI yang seimbang disertai dengan tabel menu harian kepada kelompok ibuk balita. Demonstrasi yang diberikan kepada kelompok ibuk balita adalah pembuatan makanan pendamping ASI pangan lokal bernilai gizi tinggi, dengan menggunakan sumber pangan yang mudah didapatkan disekitar rumah. Selain itu juga,

pelaksana membuat inovasi kegiatan berupa lomba pembuatan MPASI, dengan melibatkan kelompok ibuk balita.



Gambar 3. Kegiatan praktek MPASI Pangan Lokal



Gambar 4. Produk Hasil praktek pengolahan MPASI pangan lokal

Evaluasi kegiatan pengabdian

Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan post-test kepada peserta yang berisi pertanyaan serupa dengan pre-test.



Gambar 5. Kegiatan Post-tes

Hasil evaluasi yang diperoleh semakin meningkatnya pengetahuan ibuk balita, dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi tingkat pengetahuan ibuk balita

pengetahuan	Pre Test		Post test	
	Jumlah	Presentase	Jumlah	Presentse
Baik	17	9,24%	35	60,52 %
Cukup	35	19,02 %	23	21,41 %
Kurang	6	3,26 %	0	0,00 %
Jumlah	58	31,52 %	58	81,93 %

Dari hasil di atas menunjukkan bahwa pada pre-test didapatkan pengetahuan masyarakat dalam kategori baik sebanyak 17 orang (9,24%), cukup sebanyak 35 orang (19,02%), dan kurang sebanyak 6 orang (3,26 %). Sedangkan pada post test didapatkan yang kategori baik sebanyak 35 orang (60,52%), cukup sebanyak 23 orang (21,41%), dan kurang sebanyak 0 orang (0,00%). Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan penyuluhan dan pendampingan serta lomba pembuatan MPASI berbasis pangan lokal. Hasil kegiatan pengabdian ini sejalan dengan

beberapa kegiatan pengabdian sebelumnya, penyuluhan meningkatkan pengetahuan mitra (Azpah, Ramadhan, Widjaya, Sari, & Sari, 2023). Pemberian edukasi tentang pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal diharapkan dapat diperaktekan oleh generasi Z yang memiliki anak usia 6-24 bulan sehingga dapat mencukupi nutrisi anak sebagai upaya pencegahan stunting. Pemberian MP-ASI yang kaya nutrisi efektif dalam pencegahan stunting (Syafira, 2023).

Selanjutnya, pemberian doorprize di akhir acara bagi ibu yang memenangkan lomba pengetahuan tentang MP-ASI.



Gambar 6. Penyerahan Doorprize

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah terlaksana dengan baik dan memberikan manfaat yang signifikan bagi masyarakat, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan terkait penggunaan pangan lokal sebagai bahan MP-ASI, dengan peningkatan pengetahuan sebesar 50,41%.

SARAN

Dengan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, di harapkan para peserta dapat melestarikan pangan lokal dalam pemanfaatan MP-ASI, sehingga dapat mengolah MPASI secara mandiri dengan memberikan nutrisi yang memadai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada Kepala Desa bug-bug, Lombok Barat, mahasiswa dan para peserta yang telah membantu dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga kegiatan ini bisa terlaksana dengan baik.

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>
- Junus, N., & Mamu, K. J. (2021). 12067-29421-1-Pb. 2(1), 1–12.
- Mutahar, R. (2020). Peningkatan Keterampilan Pembuatan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp- Asi) Guna Mencegah Kekurangan Gizi Pada Balita. Jurnal Pengabdian Sriwijaya, 8(1), 979–984. <https://doi.org/10.37061/jps.v8i1.12420>
- Puskesmas desa bug-bug. Data kesehatan Ibu dan Anak. (2023).
- R.A., M. Y., & Gustina, I. (2022). Pencegahan Stunting Pada Periode Golden Age Melalui Peningkatan Edukasi Pentingnya Mpasi. Diambil kembali dari <https://journal.unigha.ac.id/index.php/Alghafur/article/view/917>
- Rahman, T (2023) . Pupuk Organik desa Bug-Bug Kecamatan Lingsar. Gelar Wicara,
- 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>