

**PENDAMPINGAN KADER POKJA II MELALUI PELATIHAN MENYIAPKAN
MP-ASI ADEKUAT BERBAHAN LOKAL**

Fadlyatul Fajri¹, Normalia²

^{1,2}Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Sari

Correspondensi: fajrifadlyatul@gmail.com

ABSTRAK

Masalah gizi pada balita, khususnya dalam periode pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI), masih menjadi tantangan di berbagai wilayah pedesaan. Salah satu upaya untuk mengatasi hal tersebut adalah melalui pemberdayaan kader Posyandu, khususnya Pokja II, yang memiliki peran strategis dalam penyuluhan dan pendampingan keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat ini **bertujuan** untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Pokja II di Desa Kalebentang dalam menyiapkan MP-ASI yang adekuat dengan memanfaatkan bahan pangan lokal. **Metode pelaksanaan** kegiatan meliputi penyuluhan, pelatihan, demonstrasi, serta praktik langsung pembuatan menu MP-ASI berbahan lokal. Evaluasi dilakukan melalui pretest dan posttest, serta observasi selama praktik. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader secara signifikan, serta munculnya antusiasme dalam memanfaatkan bahan lokal seperti ubi, tempe, daun kelor, dan ikan lokal sebagai sumber MP-ASI. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pelatihan berbasis potensi lokal dapat menjadi strategi efektif dalam meningkatkan kualitas pengasuhan dan asupan gizi balita. Diharapkan kegiatan ini dapat berkelanjutan dan menjadi model pemberdayaan kader di wilayah lain.

Kata kunci: MP-ASI, bahan lokal, kader Pokja II, gizi balita, pelatihan

ABSTRACT

Nutritional problems in toddlers, especially during the period of providing complementary foods for breast milk (MP-ASI), are still a challenge in various rural areas. One effort to overcome this is through the empowerment of Posyandu cadres, especially Pokja II, who have a strategic role in counseling and mentoring families. This community service activity aims to improve the knowledge and skills of Pokja II cadres in Desa Kalebentang Village in preparing adequate MP-ASI by utilizing local food ingredients. The method of implementing the activity includes counseling, training, demonstrations, and direct practice of making MP-ASI menus using local ingredients. Evaluation was carried out through pretests and posttests, as well as observations during practice. The results of the activity showed a significant increase in the knowledge and skills of cadres, as well as the emergence of enthusiasm in utilizing local ingredients such as sweet potatoes, tempeh, moringa leaves, and local fish as sources of MP-ASI. This activity shows that training based on local potential can be an effective strategy in improving the quality of care and nutritional intake of toddlers. It is hoped that this activity can be sustainable and become a model for empowering cadres in other areas.

Keywords: MP-ASI, local ingredients, Pokja II cadres, toddler nutrition, training



I. PENDAHULUAN

Periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan fase kritis dalam menentukan status gizi dan tumbuh kembang anak. Salah satu aspek penting dalam fase ini adalah pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang dimulai ketika bayi berusia enam bulan. MP-ASI yang tidak adekuat dari sisi kualitas maupun kuantitas dapat menyebabkan kekurangan zat gizi, yang pada akhirnya berisiko menimbulkan stunting dan masalah gizi lainnya (Kemenkes RI, 2021).

Di Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan, praktik pemberian MP-ASI masih menghadapi berbagai tantangan. Banyak ibu yang belum memiliki pengetahuan cukup mengenai prinsip-prinsip pemberian MP-ASI yang benar, seperti keberagaman menu, frekuensi makan, dan pemanfaatan bahan pangan lokal yang bergizi tinggi. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan informasi, kebiasaan lama, dan akses terhadap makanan bergizi (UNICEF Indonesia, 2020).

Kader Posyandu, khususnya yang tergabung dalam Pokja II pada kelompok kerja PKK, memiliki peran penting dalam memberikan penyuluhan, edukasi, serta pendampingan kepada ibu balita di masyarakat. Namun, keberhasilan peran ini sangat bergantung pada kapasitas dan kompetensi kader itu sendiri. Untuk itu, peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan yang tepat sasaran sangatlah penting (Suryani et

al., 2019).

Pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai bahan dasar MP-ASI menjadi pendekatan yang relevan dan berkelanjutan. Bahan lokal seperti ubi, daun kelor, tempe, dan ikan air tawar mengandung zat gizi yang tinggi dan mudah diakses masyarakat. Dengan pelatihan yang tepat, kader dapat menjadi agen perubahan dalam mendorong pemanfaatan sumber daya lokal untuk meningkatkan status gizi balita (Damayanti & Pratiwi, 2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Kalebentang dengan tujuan untuk mendampingi kader Pokja II dalam menyiapkan MP-ASI adekuat berbahan lokal. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader, serta menjadi langkah awal dalam membangun kemandirian masyarakat dalam praktik pemberian MP-ASI yang sehat dan bergizi. keberhasilan menyusui.

II. IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas Sehingga peneliti berinisiatif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang cara memperbanyak Desa Kalebentang merupakan salah satu wilayah yang masih menghadapi tantangan dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak, khususnya dalam pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang sesuai standar. Berdasarkan observasi awal dan hasil



diskusi dengan kader posyandu, ditemukan bahwa sebagian besar ibu balita belum memahami prinsip MP-ASI yang adekuat, baik dari segi komposisi zat gizi, frekuensi pemberian, maupun keberagaman makanan.

Beberapa masalah utama yang teridentifikasi antara lain:

1. Kurangnya pengetahuan kader Pokja II mengenai standar pemberian MP-ASI sesuai rekomendasi Kementerian Kesehatan dan WHO.
2. Belum optimalnya pemanfaatan bahan pangan lokal yang sebenarnya kaya gizi dan tersedia di lingkungan sekitar, seperti ubi, daun kelor, tempe, dan ikan air tawar.
3. Keterbatasan keterampilan kader dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat dan dalam mendemonstrasikan pembuatan MP-ASI yang sehat, praktis, dan menarik bagi balita.
4. Ketiadaan panduan praktis atau pelatihan khusus yang membekali kader dalam perencanaan dan pembuatan menu MP-ASI berbasis pangan lokal.
5. Permasalahan-permasalahan tersebut berdampak langsung terhadap kualitas edukasi yang diterima oleh ibu balita, serta dapat memperburuk kondisi gizi anak jika tidak segera ditangani.

Oleh karena itu, perlu adanya intervensi yang bersifat edukatif dan praktis dalam bentuk pelatihan dan pendampingan kader untuk

meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam menyiapkan MP-ASI adekuat berbahan lokal.

III. METODE PELAKSANAAN

A. Metode Kegiatan

Desa Kalebentang merupakan salah satu wilayah yang masih menghadapi tantangan dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak, khususnya dalam pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang sesuai standar.

Berdasarkan observasi awal dan hasil diskusi dengan kader posyandu, ditemukan bahwa sebagian besar ibu balita belum memahami prinsip MP-ASI yang adekuat, baik dari segi komposisi zat gizi, frekuensi pemberian, maupun keberagaman makanan.

Metode Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini disusun sebagai berikut

1. Melakukan koordinasi dengan tempat pelaksanaan kegiatan, berkaitan dengan waktu pelaksanaan, tempat pelaksanaan dan koordinasi teknis pelaksanaan.
2. Pengurusan surat dan perizinan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2024 di Desa Kalebentang.

Kegiatan ini menggunakan metode penyuluhan yang merangkai demonstrasi pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal dengan



Diskusi dan tanya jawab secara interaktif antara penyulu dengan peserta yang mengikuti kegiatan. Adapun tahapan dalam kegiatan ini sebagai berikut:

1. Penyuluh memperkenalkan diri dan memberikan informasi mengenai tujuan dilakukannya penyuluhan tentang cara membuat menu MP-ASI berbasis pangan lokal
2. Meberikan kuesioner kepada peserta dan meminta peserta untuk mengisi sesuai dengan pengetahuan yang mereka miliki.
3. Penyuluh mengedukasi pentingnya memberikan ASI Eksklusif pada bayi dan cara memperbanyak menu MP-ASI berbasis pangan lokal.
4. Penyuluh memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya hal-hal yang berkaitan dengan materi penyuluhan yaitu cara memperbanyak menu MP-ASI berbasis pangan lokal

Melakukan evaluasi dengan cara membagikan kuesioner post test kepada peserta untuk diisi.

Beberapa masalah utama yang teridentifikasi antara lain:

1. Kurangnya pengetahuan kader Pokja II mengenai standar pemberian MP-ASI sesuai rekomendasi Kementerian Kesehatan dan WHO.
2. Belum optimalnya pemanfaatan bahan pangan lokal yang sebenarnya kaya

gizi dan tersedia di lingkungan sekitar, seperti ubi, daun kelor, tempe, dan ikan air tawar.

3. Keterbatasan keterampilan kader dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat dan dalam mendemonstrasikan pembuatan MP-ASI yang sehat, praktis, dan menarik bagi balita.
4. Ketiadaan panduan praktis atau pelatihan khusus yang membekali kader dalam perencanaan dan pembuatan menu MP-ASI berbasis pangan lokal.
5. Permasalahan-permasalahan tersebut berdampak langsung terhadap kualitas edukasi yang diterima oleh ibu balita, serta dapat memperburuk kondisi gizi anak jika tidak segera ditangani. Oleh karena itu, perlu adanya intervensi yang bersifat edukatif dan praktis dalam bentuk pelatihan dan pendampingan kader untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam menyiapkan MP-ASI adekuat berbahan lokal.

B. Alat Dan Bahan

Alat dan Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu:

1. Laptop
2. Proyektor



3. Alat Tulis
4. Kuesioner Pre Test dan Post Test
5. Daftar hadir Peserta
6. Susunan Acara Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan judul “Pendampingan Kader Pokja II Melalui Pelatihan Menyiapkan MP-ASI Adekuat Berbahan Lokal”

Hari dan Tanggal Kegiatan	Pukul	Kegiatan
<i>18 Agustus 2024</i>	10.00	Tiba Di Desa Kalebentang
	11.00	Persiapan Alat dan Bahan Kegiatan
	11.20	Registrasi Peserta dan Pengisian kuesioner Pre Test
	11.30	Sambutan dan Perkenalan
	11.45	Penyuluhan
	13.00	Diskusi tanya jawab
	13.30	Demostrasi pembuatan MP-ASI Adekuat Berbahan Lokal
	16.40	Pengisian kuesioner Post Test
	15.00	Penutup

7. Sasaran Kegiatan

Sasaran Kegiatan ini adalah Kader di Desa Kalebentang.

8. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui efektifitas dari kegiatan penyuluhan yang telah diberikan dengan melihat bagaimana

pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Evaluasi dilakukan setelah sesi penyuluhan dan diskusi selesai kemudian tim dosen membagikan kuesioner.

6. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dan pendampingan kader Pokja II dalam menyiapkan MP-ASI adekuat berbahan lokal di Desa Kalibentang berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan positif dari para peserta. Sebanyak 15 kader berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari sesi penyuluhan, pelatihan, hingga praktik pembuatan MP-ASI.

1. Peningkatan Pengetahuan Kader

Sebelum pelatihan, sebagian besar kader belum memahami secara menyeluruh prinsip MP-ASI adekuat, seperti frekuensi pemberian, tekstur makanan sesuai usia, dan pentingnya keberagaman pangan. Hasil pretest menunjukkan bahwa hanya 40% peserta yang memiliki pengetahuan baik tentang MP-ASI.

Setelah pelatihan, hasil posttest menunjukkan peningkatan yang signifikan, di mana 87% peserta berhasil menjawab soal dengan benar, terutama terkait aspek pemenuhan zat gizi makro dan mikro, serta

pemanfaatan bahan pangan lokal. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan berhasil meningkatkan pemahaman kader dalam waktu singkat.

2. Peningkatan Keterampilan Praktis

Pada sesi demonstrasi dan praktik, kader dibagi dalam kelompok kecil dan diminta untuk menyiapkan menu MP-ASI berbahan lokal. Beberapa menu yang berhasil dibuat antara lain:

1. Bubur ubi daun kelor
2. Tim labu kuning dengan ikan tawar
3. Bubur tempe bayam
4. Nasi tim saring dengan tahu dan sayur lokal

Kader menunjukkan antusiasme dan kreativitas dalam mengolah bahan lokal menjadi menu yang menarik dan bergizi. Mereka juga memahami pentingnya tekstur sesuai usia balita dan teknik memasak yang mempertahankan kandungan gizi.

3. Respon Peserta

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme tinggi. Mereka aktif bertanya, berdiskusi, dan menyampaikan pengalaman pribadi dalam mendampingi ibu balita di lingkungan mereka. Kader juga menyampaikan bahwa pelatihan ini

sangat membantu karena memberikan contoh konkret dan praktik langsung yang aplikatif.

4. Pembahasan

Pelatihan berbasis pangan lokal memberikan pendekatan yang relevan, kontekstual, dan berkelanjutan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Damayanti & Pratiwi (2022) yang menyebutkan bahwa pelatihan kader berbasis kearifan lokal lebih mudah diterima dan diadopsi dalam praktik sehari-hari. Keberhasilan kegiatan ini juga menunjukkan bahwa kader memiliki potensi besar sebagai agen perubahan dalam perbaikan gizi anak di tingkat rumah tangga, apabila diberikan pendampingan dan pelatihan yang tepat (Suryani et al., 2019).

Penelitian Fadlyatul Fajri dan normalia tahun 2024 yang berjudul “Pendampingan Kader Pokja II Melalui Pelatihan Menyiapkan Mp-Asi Adekuat Berbahan Lokal”

Dokumentasi Kegiatan





Penyuluhan adalah perubahan perilaku di masyarakat agar mereka tahu, mau, dan mampu melakukan perubahan demi meningkatkan produksi, pendapatan atau keuntungan, dan perbaikan kesejahteraanya.

Penyuluhan kepada Masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan Masyarakat. Melalui pengabdian Masyarakat ini, diharapkan dengan meningkatnya pengetahuan Masyarakat tentang cara memperbanyak produksi ASI maka semua bayi bisa mendapatkan ASI Eksklusif tanpa ada lagi ibu yang mengeluh dan menghentikan pemberian ASI karena ASI sedikit.

7. KESIMPULAN

Kegiatan pendampingan kader Pokja II melalui pelatihan menyiapkan MP-ASI adekuat berbahan lokal di Desa Kalibentang telah berhasil dilaksanakan dengan baik. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan kader mengenai prinsip pemberian MP-ASI yang tepat. Kader juga mampu mempraktikkan pembuatan MP-ASI dengan bahan pangan lokal secara kreatif dan sesuai kebutuhan gizi balita.

Pendekatan pelatihan berbasis partisipatif dan kontekstual melalui pemanfaatan bahan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman kader, sekaligus mendorong kemandirian masyarakat dalam upaya pemenuhan gizi anak. Peran aktif kader sebagai ujung tombak edukasi gizi diharapkan menjadi motor penggerak perbaikan pola asuh dan asupan makanan balita di lingkungan sekitarnya.

8. DAFTAR PUSTAKA

- Damayanti, R., & Pratiwi, D. (2022). *Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini*. Jurnal Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 10(1), 45-52.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang Tepat*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- Suryani, T., Handayani, L., & Rahmawati, F. (2019). *Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu dalam Edukasi Gizi untuk Pencegahan Stunting*. Jurnal Pengabdian Kesehatan, 3(2), 78–84.
- UNICEF Indonesia. (2020). *Panduan Praktik Pemberian MP-ASI di Indonesia: Tantangan dan Strategi*. Jakarta: UNICEF Indonesia.