

Pelatihan Pembuatan MPASI Lokal Dengan Bahan Dasar Singkong Untuk Balita Pada Kader Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Hajimena Lampung Selatan

The Training of Making Local MPASI With Cassava For Balita in Cadre of Integrated Services Post (Posyandu) in Hajimena Health Center Lampung Selatan

Sefanadia Putri^{1*}, Reni Indriyani¹, Yulia Novika¹

¹Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Tanjungkarang Bandar Lampung
Jl. Raya Hajimena No. 100 Natar, Lampung Selatan

*Penulis Korespondensi: sefanadia@poltekkes-tjk.ac.id

Abstrak: Bahan makanan yang banyak dijumpai di sekitar wilayah kerja Puskesmas Hajimena dan belum banyak dimanfaatkan untuk pembuatan MPASI adalah singkong. Masalah kekurangan konsumsi pangan akan berdampak nyata pada timbulnya masalah gizi terutama masalah gizi kurang pada balita. Berdasarkan data cakupan status balita gizi kurang desa pemanggilan adalah sebanyak 34 balita, angka ini termasuk tinggi dibandingkan dengan dua desa lainnya yaitu desa hajimena dan sidosari. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap masalah gizi kurang pada balita adalah masih rendahnya pengetahuan kader yaitu sebesar 20 % dilihat dari hasil *pretest* sebelum dilakukannya pelatihan. Pengetahuan kader dalam pemeliharaan gizi balita masih rendah sehingga konsumsi zat gizi anak akan berkurang. Selama ini, praktek 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, Rangkaian kegiatan meliputi penyuluhan dengan tema pemenuhan gizi seimbang berbasis konsumsi pangan (*Food based approach*) mengenai MPASI bergizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal dalam penggunaannya untuk MPASI serta teknologi pangan dalam pembuatan MPASI serta pelatihan kader di desa Pemanggilan dengan melibatkan tenaga kesehatan dari Puskesmas Hajimena mengenai praktik pembuatan dan penyajian MPASI yang berkualitas dan padat gizi dengan cara memodifikasi pangan lokal sehingga memiliki kandungan gizi yang berkualitas. Jumlah kader yang dilatih sebanyak 20 orang kader dari 5 posyandu yang ada di desa Pemanggilan. Penilaian pelatihan dilihat dari hasil *pretest* dan *post test* dan terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 44,26%, Serta terjadi peningkatan keterampilan sebesar 90% dalam pengolahan MP-ASI Lokal. Peningkatan keterampilan kader dapat dinilai pada saat praktik membuat menu MPASI lokal, Sehingga menghasilkan produk MP-ASI Lokal padat gizi dengan menggunakan bahan dasar singkong yaitu paha dakong, kue kacangata dan nugget singkong ati ayam dengan rasa, aroma dan tekstur yang disukai.

Kata kunci: MPASI padat gizi, Nugget Singkong, Paha Dakong

Abstract: A food ingredient that is often found around the Hajimena Community Health Center working area and which has not been widely used for making complementary foods is cassava. The problem of lack of food consumption will have a real impact on the emergence of nutritional problems, especially malnutrition problems in children under five. Based on the data, the coverage of malnourished children under five in the calling village is as many as 34 children under five, this figure is high compared to the other two villages, namely the villages of Hajimena and Sidosari. the *pretest* results before the training. Cadres' knowledge in maintaining nutrition for children under five is still low so that children's nutritional consumption will decrease. So far, the practice of complementary feeding (complementary feeding) to toddlers has often been neglected, especially in terms of nutrient density. This happens because the knowledge and skills of mothers under five are still low in how to make and present nutrient-dense complementary foods. The series of activities included counseling with the theme of fulfilling balanced nutrition based on food consumption (*Food based approach*) regarding balanced nutritious complementary foods, the use of local food in its use for complementary foods and food technology in making complementary foods and training for cadres in the calling village involving health workers from Hajimena Community Health Center regarding practice making and serving quality and nutrient-dense complementary foods by modifying local food so that it has quality

nutritional content. The number of cadres trained is 20 cadres from 5 posyandu in the Summon village. The training assessment was seen from the results of the pretest and posttest and there was an increase in knowledge by 44.26%, as well as an increase in skills by 90% in the processing of local complementary foods. Increased skills of cadres can be assessed during the practice of making local complementary foods, resulting in nutrient-dense local complementary foods using cassava as the basic ingredients, namely dakong thighs, glasses cake and cassava liver nuggets with preferred taste, aroma and texture.

Keywords: MPASI nutrient dense, Cassava Nugget, Paha Dakong

PENDAHULUAN

Program Indonesia Sehat merupakan salah satu program dari agenda ke-5 nawa cita yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia. Kebijakan program yang dicanangkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia diantaranya program Indonesia Sehat dengan pendekatan keluarga (PIS-PK), pemberian makanan tambahan (PMT), dan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Wisnu, 2018). UU Perlindungan Kesehatan Anak Nomor 23 Tahun 2012 menyatakan bahwa setiap anak di Indonesia memiliki hak untuk hidup dan berkembang secara optimal. Bilamana dikaitkan dengan gizi, maka hak anak tersebut adalah terbebasnya dari masalah gizi, termasuk stunting dan masalah gizi lebih yaitu obesitas (Hapsari, 2019).

Masalah kekurangan konsumsi pangan akan berdampak nyata pada timbulnya masalah gizi terutama masalah kurang gizi pada balita. Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap masalah kurang gizi ini adalah masih rendahnya pengetahuan masyarakat tentang pemeliharaan gizi balita sehingga konsumsi zat gizi anak akan berkurang. Berkurangnya konsumsi zat gizi sehari-hari (Sarhini, 2008). Selama ini, praktek 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 (Utomo, Taqiyudin, Farizal, Nayyiroh, & Dkk., 2018).

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 poltekkes Tanjungkarang pada bidang pengabdian masyarakat yaitu menyelenggarakan kegiatan

pengabdian kepada masyarakat dengan menerapkan teknologi tepat guna dalam upaya meningkatkan kesehatan di masyarakat.

Berdasarkan data rencana pembangunan jangka menengah nasional (RPJMN) 2020-2024 Kabupaten Lampung Selatan menyatakan bahwa penyediaan gizi di Kabupaten Lampung Selatan masih cukup rendah yaitu sebesar 30%. Sehingga prevalensi stunting masih tinggi. Salah satu arah kebijakan dan strategi dari RPJMN 2020-2024 Kabupaten Lampung Selatan mengenai peningkatan pengetahuan ibu dan keluarga khususnya masalah gizi dengan cara percepatan perbaikan gizi masyarakat dengan mendorong pemenuhan gizi seimbang berbasis konsumsi pangan (*food based approach*).

Data Puskesmas Hajimena Kabupaten Lampung Selatan, terdata sampai dengan Maret 2019 menunjukkan jumlah balita tertimbang 3054 jiwa, dimana 103 diantaranya mengalami stunting, dengan rincian desa Hajimena, Sidosari dan Pemanggilan berturut-turut yaitu 17, 52 dan 34 balita stunting. Berdasarkan laporan kegiatan pengabdian masyarakat pada tahun 2018 di Puskesmas Hajimena dan berdasarkan informasi dari kader, dijumpai masih banyak yaitu sebesar 80% ibu balita yang hanya memberikan makanan berupa bubur beras saja tanpa dilengkapi dengan bahan makanan lain yang bergizi, seperti lauk hewani dan sayuran. Masih terdapat pula, ibu balita memberikan makanan kepada balita hanya berupa kuah sayur-sayuran tanpa bahan makanan sumber protein. Di samping itu, ditemui pula adanya pendapat masyarakat bahwa MPASI padat gizi hanya dapat dibuat dari bahan makanan sumber hewani, yang harganya relatif mahal.

MPASI dapat dibuat dari bahan makanan campuran yang padat gizi, dengan harga relatif terjangkau dan bahan mudah didapatkan. Pembuatannya pun mudah, salah satunya dengan menggunakan bahan makanan campuran lokal seperti kacang-kacangan,

sayur-sayuran, serelia dan umbi-umbian (Krisnana, rachmawati, & airlangga, 2017). Pemberian MPASI lokal memiliki beberapa dampak positif, antara lain ibu lebih memahami dan lebih terampil dalam membuat MPASI dari bahan pangan lokal sesuai dengan kebiasaan dan sosial budaya setempat, sehingga ibu dapat melanjutkan pemberian MPASI lokal secara mandiri. Bahan makanan yang banyak dijumpai di sekitar wilayah kerja puskesmas hajimena dan belum banyak dimanfaatkan untuk pembuatan MPASI adalah singkong. Provinsi lampung merupakan penghasil singkong terbesar pertama dengan nilai produktivitas 9.725.345 ton pertahun (BPS, 2015).

Dari informasi di atas, bahwa ketersediaan bahan pangan (singkong) di masyarakat sangat banyak dan masyarakat sangat membutuhkan informasi tentang bagaimana cara membuat dan menyajikan MPASI yang berkualitas dan padat gizi, sehingga sinergis untuk menjadikan bahan pangan singkong menjadi bahan utama dalam modifikasi untuk mendukung program MPASI. Singkong merupakan bahan makanan lokal yang dapat dimanfaatkan untuk membuat MPASI yang padat gizi. Mekanisme penjelasan tentang pembuatan MPASI dari bahan singkong kepada ibu balita akan lebih efektif jika dilakukan oleh kader posyandu. Kader posyandu merupakan pioner yang dapat menindaklanjuti semua kegiatan workshop / pelatihan yang telah dialaminya (diikutinya), sehingga kader posyandu juga disebut sebagai pembawa dan penyampain misi pembangunan kesehatan ditingkat paling bawah yang langsung berhubungan dengan masyarakat.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Pemanggilan Natar Kabupaten Lampung Selatan pada bulan April –Oktober 2020. Rangkaian kegiatan Pengabdian Masyarakat antara lain: pelaksanaan kegiatan pertama pada tanggal 25 September 2020 yaitu mengenai penyuluhan dengan tema pemenuhan gizi seimbang berbasis konsumsi pangan (*Food based approach*) dilanjutkan dengan pelatihan kader di Desa Pemanggilan yang berjumlah 20 orang

dari 5 Posyandu, dengan melibatkan tenaga kesehatan dari Puskesmas Hajimena. Desa Pemanggilan dipilih sebagai tempat kegiatan pengabmas dikarenakan Desa pemanggilan merupakan wilayah yang memiliki angka stunting yang tinggi yaitu sebesar 34 orang balita dibandingkan 2 (dua) desa lainnya yaitu desa Hajimena dan Sidosari.

Materi penyuluhan berupa MPASI bergizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal dalam penggunaannya untuk MPASI serta teknologi pangan dalam pembuatan MPASI. Pelaksanaan kegiatan kedua pada tanggal 2 Oktober 2020 mengenai praktik pembuatan dan penyajian MPASI yang berkualitas dan padat gizi dengan cara memodifikasi pangan lokal sehingga memiliki kandungan gizi yang berkualitas. Praktik pembuatan MPASI dengan menu paha dakong, kue kacangata dan nugget singkong, dimana ketiga menu tersebut berbahan baku dari singkong. Kegiatan terakhir yaitu monitoring dan evaluasi kader dalam pembuatan MPASI di wilayahnya.

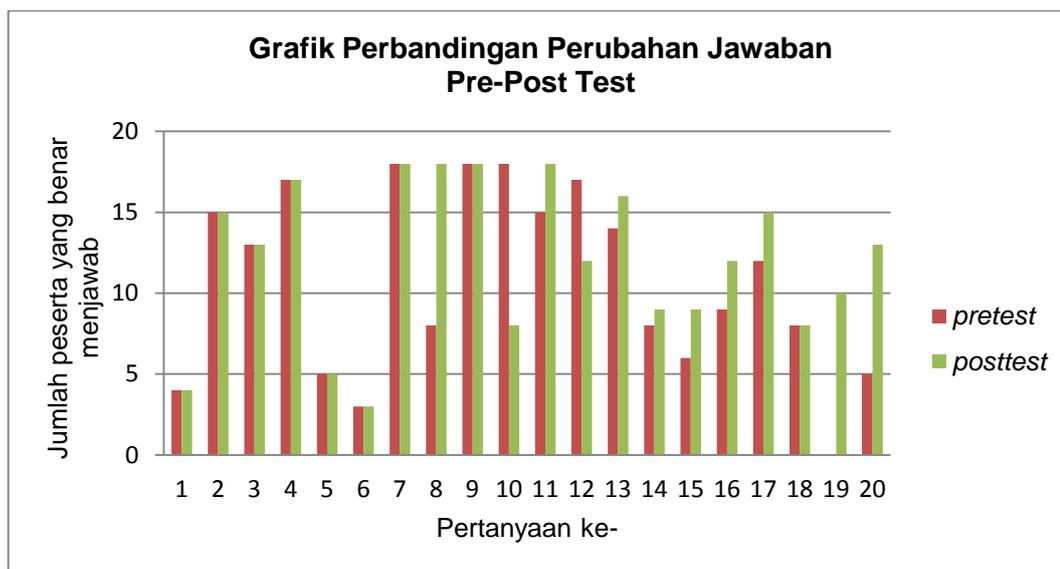
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pertama

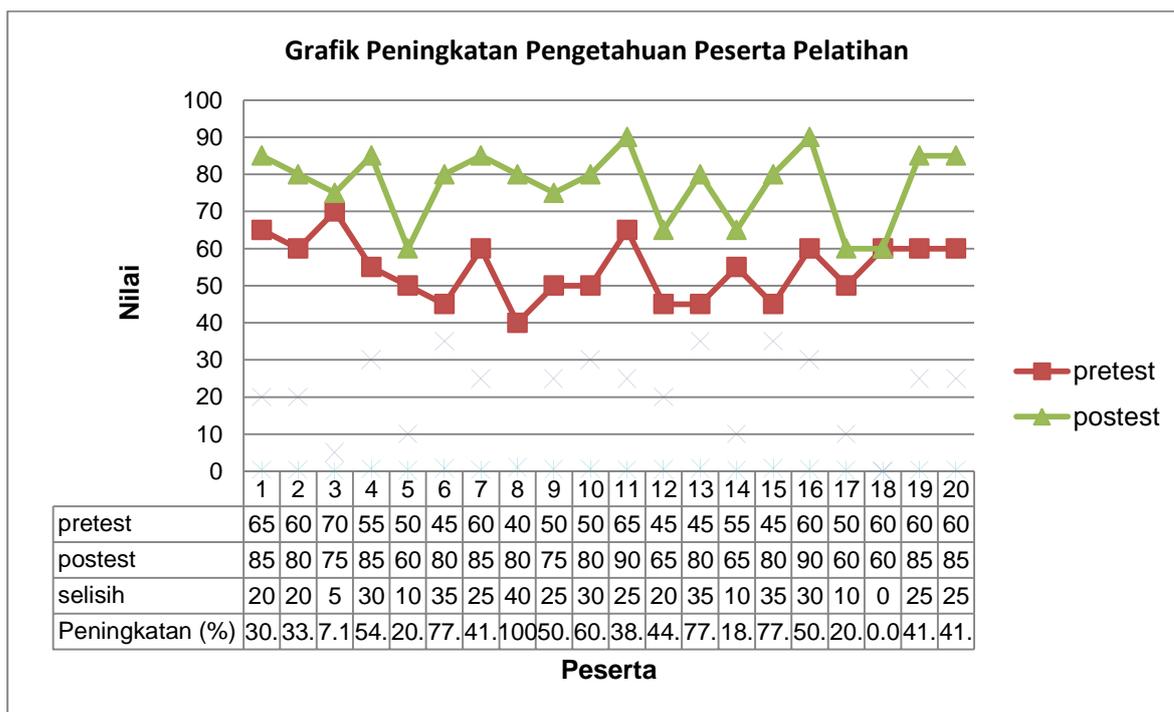
Kegiatan pertama berupa penyuluhan dengan tema MPASI bergizi seimbang untuk mencegah stunting, Pemilihan MPASI dengan menggunakan bahan pangan lokal, Teknologi Pangan dalam Pembuatan MPASI. Pelaksanaan kegiatan dihadiri oleh Ketua Tim PKK Desa Pemanggilan, Ketua Tim Penggerak PKK Desa Pemanggilan, Tim PPG wilayah kerja puskesmas hajimena, Bidan Desa Pemanggilan serta Kader Posyandu. Sebagian besar kader posyandu aktif dan berprofesi sebagai ibu rumah. Pada saat pelatihan, dilakukan kegiatan tes secara tertulis yang dilaksanakan sesaat sebelum pelatihan (*Pre Test*) dan setelah kegiatan pelatihan (*Post Test*). Komponen yang dinilai dalam lembar *pre-post test* adalah pengetahuan mengenai:

- a. Menu MPASI seimbang
- b. Pemberian Makan Bayi dan Anak yang tepat
- c. Tahapan dan tekstur MPASI
- d. Teknologi pengolahan MPASI
- e. Bahan Tambahan Pangan yang diizinkan dalam penggunaan MPASI

- f. Pemanfaatan pangan lokal untuk pengolahan MPASI
- g. Persyaratan pemilihan pangan lokal yang tepat



Gambar 1. Perbandingan Perubahan Jawaban *Pre-Post Test*



Gambar 2. Perbandingan Nilai Pre-Post Test

Total pertanyaan pada *pre-post test* sebanyak 20 soal, dimana 10 soal pilihan benar salah dan 10 soal pilihan ganda yang harus dikerjakan oleh para peserta penyuluhan MPASI. Pada *pretest*, persentase jawaban

benar terendah (0%) dengan tafsiran soal dalam kategori “sangat sukar” diperoleh pada pertanyaan mengenai “pengertian dari Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI)” dimana para peserta pelatihan tidak ada yang

menjawab benar. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan peserta pelatihan mengenai Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) termasuk ke dalam kategori kurang. Setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan yakni sebanyak 12 peserta pelatihan yang menjawab benar dengan persentase tingkat kesukaran menjadi 60% dengan tafsiran soal dalam kategori “sedang”. Persentase tersebut meningkat sebesar 60% sesudah diberikan penyuluhan (*post-test*). Adapun perbandingan hasil perubahan jawaban *pre-post test* dapat dilihat pada Gambar 1

Terdapat 3 (tiga) pertanyaan yang sebagian besar peserta pelatihan dapat menjawab, pertanyaan tersebut memiliki persentase tingkat kesukaran sebesar 90 % yang tergolong dalam kategori sangat mudah. Tiga pertanyaan tersebut meliputi pengetahuan tentang usia anak memulai konsumsi makanan keluarga, pemberian sufor disaat anak terkena diare serta selingan MPASI. Tingkat pengetahuan para kader mengenai pemberian makan pada anak dan bayi termasuk dalam kategori baik. Pada pertanyaan ke-12 mengenai jenis-jenis MPASI, terjadi penurunan jawaban benar *pre ke posttest*.

Diduga para peserta pelatihan masih sedikit bingung dengan pertanyaan serta jawaban yang ada. Berdasarkan regulasi/SNI, MPASI dibagi 4 jenis yaitu Bubuk instan, biskuit, siap masak dan siap santap. MPASI bubuk instan merupakan MPASI yang telah diolah sehingga dapat disajikan seketika dengan hanya menambahkan air minum atau cairan yang sesuai, seperti: bubur bayi instan, tim instan. Biskuit MPASI merupakan produk yang diperoleh dengan memanggang adonan dari tepung terigu dengan penambahan bahan makanan lain dan dengan atau tanpa penambahan bahan tambahan pangan yang diizinkan. MPASI siap masak adalah MPASI yang telah diproses dan harus dimasak dengan air atau cairan lain yang sesuai sebelum dikonsumsi, seperti: ekstrudat, pasta (mie, makaroni). MPASI siap santap merupakan MPASI yang telah diolah melalui proses sterilisasi komersial sehingga dapat dikonsumsi langsung, seperti : pure buah dan sayur.

Hasil *pre-post test* peserta pelatihan terhadap penyuluhan mengenai MPASI mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 95% yang

bearti dari 20 peserta pelatihan 19 peserta yang mengalami peningkatan pengetahuan dan stagnan sebesar 5% yang bearti dari 20 peserta pelatihan ada 1 peserta yang tingkat pengetahuannya tidak mengalami peningkatan. Dari hasil *pre-post test* tersebut menunjukkan bahwa terjadi perubahan pengetahuan peserta kader mengenai MPASI lokal padat gizi .

Sebelum diadakan pelatihan, skor pengetahuan kader termasuk kategori kurang dengan skor rata-rata pengetahuan dibawah 70% yaitu 54,5%. Sedangkan hasil *post test* menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan kader mengalami peningkatan yaitu 77,25% atau memiliki pengetahuan yang baik. Berdasarkan hasil rekapitulasi nilai skor *pretest* dan *post test* dari peserta pelatihan diperoleh prevalensi peningkatan pengetahuan peserta sebesar 44,26%. Hal ini menunjukkan bahwa peserta memahami materi yang disampaikan dengan cukup baik. Setelah kegiatan penyuluhan semua peserta telah memiliki pengetahuan yang cukup baik tentang MPASI Lokal padat gizi sehingga dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pelatihan dikategorikan berhasil.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Purnawan (1990) bahwa pelatihan akan mempengaruhi tingkat pengetahuan gizi kader karena dalam setiap pelatihan selain mendapatkan materi pokok pelatihan, kader juga dapat bertanya tentang masalah lain yang menyangkut kesehatan dan gizi. Seorang kader akan lebih mudah untuk menerima suatu informasi apabila didapatkan sedikit demi sedikit tetapi frekuensinya sering. Hal ini sejalan dengan pendapat Notoatmojo (1997) bahwa pengetahuan kader didapat dari beberapa sumber melalui tingkat pendidikan formal, pengetahuan yang diterima selama mengikuti pelatihan dan frekuensi mengikuti pembinaan dan kegiatan serta pengalaman.

Kegiatan Kedua

Pada kegiatan kedua mengenai praktik pembuatan MPASI lokal berbahan dasar singkong dengan mengikut sertakan para peserta pelatihan yang telah dibekali pengetahuan mengenai MPASI pada pertemuan sebelumnya. Terdapat tiga produk MPASI padat gizi yang dilatih dalam kegiatan ini, terdiri dari paha dakong, kue kacangata,

nugget singkong-hati. Pembagian kelompok terdiri dari 5 kelompok yang dilakukan oleh tim PPG puskesmas Hajimena. Capaian kegiatan pelatihan ini diharapkan para peserta mampu dan berkompeten dalam membuat 3 produk MPASI padat gizi berbahan dasar singkong. Metode pelatihan yang digunakan pada kegiatan ini adalah pemberian instruksi tentang prosedur pembuatan MPASI padat gizi berbahan baku singkong disertai dengan penunjukkan video pembuatannya dan pembagian leaflet prosedur pembuatan MPASI padat gizi. Diakhir pelaksanaan praktik pembuatan MPASI padat gizi dilakukan kegiatan tanya jawab dan peserta diminta menilai secara hedonik dengan menggunakan formulir hedonik produk MPASI padat gizi (paha dakong, kue kacangata, nugget singkong-hati) yang telah mereka praktikan. Penilaian peserta pelatihan pada produk paha dakong, kue kacangata, nugget singkong-hati meliputi rasa, warna, bau dan tekstur. Setelah dilakukan rekapitulasi penilaian diperoleh data secara umum seluruh peserta menyukai ketiga produk MPASI padat gizi berbahan dasar singkong tersebut.

Kegiatan praktek membuat paha dakong, kue kacangata, nugget singkong-hati ayam sebagai berikut:

1. Menyiapkan peralatan meliputi kompor, kukusan, panci, parutan, wajan, sutil, pisau, ulekan, baskom, loyang, piring saji dan sebagainya.
2. Menyiapkan bahan meliputi singkong, hati, ayam, pisang, wortel, kelapa, keju, dan bumbu pelengkap lainnya.
3. Praktik pembuatan paha dakong, kue kacangata, nugget singkong-hati.
4. Paha dakong, kue kacangata, nugget singkong-hati antar kelompok siap untuk dicicip.
5. Hasil penilaian kader ditunjukkan pada tabel dibawah.

Tabel 1. Hasil Penilaian Uji Hedonik Paha Dakong

Penilaian	Pendapat peserta		
	Suka	Netral	Tidak Suka
Rasa	20	-	-
Warna	18	2	-
Aroma	16	4	-
Tekstur	17	3	-

Tabel 1 dapat dilihat bahwa sebanyak 20 peserta yang memberikan penilaian, ternyata seluruh peserta menyukai rasa paha dakong. Warna, aroma dan tekstur ada yang memberikan penilaian netral sejumlah 2 peserta netral dalam penilaian warna, 4 peserta netral dalam penilaian aroma dan 3 peserta netral dalam penilaian tekstur paha dakong. Secara deskriptif paha dakong memiliki rasa yang gurih khas singkong dengan penambahan daging ayam sehingga peserta menyukai paha dakong tersebut.

Tabel 2. Hasil Penilaian Uji Hedonik Kue Kacamata

Penilaian	Pendapat peserta		
	Suka	Netral	Tidak Suka
Rasa	20	-	-
Warna	20	-	-
Aroma	17	3	-
Tekstur	18	2	-

Tabel 2 tampak dari 20 peserta yang memberikan penilaian, ternyata seluruh peserta menyukai rasa dan warna kue kacangata. Aroma dan tekstur ada yang memberikan penilaian netral yakni sejumlah 3 peserta netral dalam penilaian aroma dan 2 peserta netral dalam penilaian tekstur kue kacangata. Secara deskriptif rasa kue kacangata manis khas singkong-pisang serta gurih dikarenakan ada tambahan kelapa parut serta taburan keju sehingga peserta menyukai kue kacangata tersebut. Warna kue kacangata juga cukup menarik dikarenakan kue kacangata memiliki warna bewarna-warni yaitu bewarna merah, kuning dan hijau dimana warna kue kacangata didapatkan dari pewarna yang diperbolehkan oleh BPOM.

Tabel 3. Hasil Penilaian Uji Hedonik Nugget Singkong-Hati

Penilaian	Pendapat peserta		
	Suka	Netral	Tidak Suka
Rasa	16	4	-
Warna	14	6	-
Aroma	15	5	-
Tekstur	20	0	-

Tabel 3 tampak dari 20 peserta yang

memberikan penilaian, ternyata seluruh peserta menyukai tekstur nugget singkong-hati. Rasa, aroma dan tekstur ada yang memberikan penilaian netral yakni sejumlah 4 peserta netral dalam penilaian rasa, 6 peserta netral dalam penilaian warna serta 5 peserta netral dalam penilaian aroma kue kacang. Secara deskriptif tekstur nugget singkong-hati adalah gurih khas hati ayam. Tekstur nugget disukai karena memiliki kelembutan yang pas sehingga susah untuk dikunyah.

Berdasarkan perhitungan zat gizi menggunakan Tabel Komposisi Pangan

Indonesia (2017) diperoleh hasil perhitungan paha dakong, kue kacang dan nugget singkong yang dapat dilihat pada tabel 4. Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dalam 1 resep paha dakong dihasilkan energi sebesar 5188,3 Kkal dimana dalam 1 resep diperoleh 20 porsi paha dakong dengan berat per porsi 65 gram sehingga kandungan gizi per porsi paha dakong sebesar 259,415 kkal, protein 5,055 gram, lemak 19,945 gram dan karbohidrat 16,475 gram dan gizi mikro vit A 805,5 µg, Kalsium 19,675 mg, Fosfor 75,97 mg, Besi 0,845 mg, Zink 0,515 mg.

Tabel 4. Kandungan Gizi MPASI Padat Gizi

Paha Dakong			Kue kacang			Nugget singkong		
Takaran saji			65 g	90 g		90 g		
Jumlah persajian			% AKG	% AKG		% AKG		
Energi total	259,415	kkal	19,22%	196,67 kkal	14,57%	183,04	kkal	13,56%
Protein	5,055	g	25,28%	3,79 g	18,95%	5,37	g	26,85%
Lemak	19,945	g	44,32%	5,56 g	12,36%	12,29	g	27,31%
Karbohidrat	16,475	g	7,66%	34,83 g	16,20%	13,69	g	6,37%
Vitamin A	805,5	µg	201,38%	36,35 µg	9,09%	1946,5	µg	486,63%
Kalsium	19,675	mg	3,03%	98,7 mg	15,18%	20,64	mg	3,18%
Fosfor	75,97	mg	16,52%	108,38 mg	23,56%	94,24	mg	20,49%
Besi	0,845	mg	12,07%	0,81 mg	11,57%	1,57	mg	22,43%
Zink	0,515	mg	17,17%	0,7 mg	23,33%	0,84	mg	28,00%

Ket: Hasil Perhitungan Nilai Gizi Berdasarkan TKPI 2018

Satu resep kue kacang dihasilkan energi sebesar 1966,7 Kkal dimana dalam 1 resep diperoleh 10 porsi kue kacang dengan berat per porsi 90 gram sehingga kandungan gizi per porsi kue kacang sebesar 196,67 kkal, protein 3,79 gram, lemak 5,56 gram dan karbohidrat 34,83 gram dan gizi mikro vit A 36,35 µg, Kalsium 98,7 mg, Fosfor 108,38 mg, Besi 0,81 mg, Zink 0,7 mg. 1 resep nugget singkong dihasilkan energi sebesar 1830,4 Kkal dimana dalam 1 resep diperoleh 10 porsi kue nugget singkong dengan berat per porsi 90 gram sehingga kandungan gizi per porsi nugget singkong sebesar 183,04 kkal, protein 5,37gram, lemak 12,29 gram dan karbohidrat 13,69 gram dan gizi mikro vit A 1946,5 µg, Kalsium 20,64 mg, Fosfor 94,24 mg, Besi 1,57 mg, Zink 0,84 mg.

Hal yang menjadikan pertimbangan penggunaan bahan makanan lokal adalah harga terjangkau dan mudah didapatkan serta mengandung nilai gizi. Menurut Depkes RI

(2006), MPASI dari bahan pangan lokal sesuai dengan kebiasaan dan sosial budaya setempat, sehingga ibu dapat melanjutkan pemberian MPASI lokal secara mandiri, meningkatkan partisipasi dan pemberdayaan masyarakat serta memperkuat kelembagaan seperti PKK dan Posyandu. Pelatihan Pembuatan memiliki potensi meningkatkan pendapatan masyarakat melalui penjualan hasil pertanian dan sebagai sarana dalam pendidikan atau penyuluhan gizi.

Sebanyak 5 kader posyandu telah mempraktekkan resep-resep MPASI lokal yang diberikan selama pelatihan. Resep-resep tersebut dibuat untuk PMT pada saat penimbangan balita di posyandu masing-masing peserta. Berdasarkan kunjungan lapang yang dilakukan pada saat penimbangan, posyandu SriMulyo 1 dan 2 setelah 1 minggu pelatihan mempraktekkan resep paha dakong. Posyandu Serbajadi 1 dan 2 mempraktekkan nugget singkong hati ayam. Sedangkan posyandu Induk Desa Pemanggilan membuat

kue kacang. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan ketrampilan didalam menyusun dan membuat menu MPASI lokal padat gizi dengan menggunakan bahan dasar singkong. Hal ini sesuai dengan pendapat Purnawan (1990) bahwa melalui pelatihan yang diharapkan MPASI yang diberikan di Posyandu menjadi lebih bermutu dan bernilai gizi tinggi.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi :

1. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan meningkatkan pengetahuan peserta mengenai MPASI Lokal padat gizi dengan prevalensi peningkatan pengetahuan peserta pelatihan sebesar 44,26 %.
2. Terdapat peningkatan keterampilan yaitu sebesar 90% didalam menyusun dan membuat menu MPASI lokal padat gizi dengan menggunakan bahan dasar singkong yaitu paha dakong, kue kacang dan nugget singkong ati ayam.

Selanjutnya saran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah diterapkannya pemberian MPASI padat gizi untuk anak dengan gizi kurang di Posyandu agar dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan secara optimal. Serta perlunya pembinaan berkelanjutan kepada kader agar memperoleh pembaruan pengetahuan dan keterampilan khususnya yang berkaitan dengan penerapan gizi seimbang agar mempunyai bekal yang cukup dalam memberdayakan gizi keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Politeknik Kesehatan Tanjungkarang yang telah memberikan dana pada skema Pengabdian Kepada Masyarakat Kemitraan Masyarakat sehingga pengabdian ini dapat berjalan. Tidak lupa kami sampaikan kepada Puskesmas Hajimena, Perangkat Desa Pemanggilan, Kader, dan Masyarakat yang turut berperan aktif.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. 2015. *Data Produksi Padi, Jagung, Ubi kayu dan Kedelai Provinsi Lampung tahun 2014*. Berita Resmi Statistik. Lampung.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2006. *Pedoman umum pemberian makanan pendamping air susu ibu (MPASI) lokal 2006*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Krisnana, I., Rachmawati, P. D., & Airlangga, U. (2017). *UPAYA PENCEGAHAN GIZI BURUK PADA BALITA Improving Knowledge of Posyandu Cadre About PMT to Prevent Malnutrition on Children*.
- Notoatmodjo, S. 1997. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan dalam Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purnawan. 1990. "Kader Dalam Program Usaha Perbaikan Gizi Keluarga Kelurahan, Kemampuan dan Popularitasnya". *Prosiding Simposium Pangan Dan Gizi Serta Konggres IV perhimpunan Peminaan Pangan Dan Gizi Indonesia*. Padang
- Rosmiati, M., Maulani, R. R., & Dwiartama, A. (2018). Efisiensi Usaha Dan Nilai Tambah Pengolahan Ubi Kayu Menjadi Modified Cassava Flour (Mocaf) Pada Kelompok Wanita Tani Medal Asri, Desa Sukawangi Kecamatan Pamulihan Kabupaten Sumedang. *Jurnal Sositologi*, 17(1), 14–19.
- Sarbini, D. (2008). Pelatihan pembuatan MPASI lokal dengan bahan dasar bmc (bahan makanan campuran) untuk balita pada kader posyandu di wilayah kerja puskesmas stabelan surakarta, (1), 82–89.
- Utomo, M., Taqiyudin, J. N., Farizal, A., Nayyiroh, U. I., & Dkk. (2018). *Laporan Akhir Kuliah Pengabdian Masyarakat*. Tabel Komposisi Pangan. Indonesia (TKPI). 2018. Persatuan Ahli Gizi Indonesia. Jakarta : Gramedia.