

## PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PENTINGNYA PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBAHAN PANGAN LOKAL MELALUI PENYULUHAN

Lisda Widiyanti Longgupa<sup>1</sup>, Christina Entoh<sup>2</sup>, Febti Kuswanti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Prodi D-III Kebidanan Poso, Poltekkes Kemenkes Palu, Indonesia

<sup>1</sup>Pendidikan Matematika, Universitas Muhammadiyah Mataram, Indonesia

[lisda.santo@gmail.com](mailto:lisda.santo@gmail.com)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Jumlah prevalensi stunting di Provinsi Sulawesi Tengah sebesar 28,2% dan menempati peringkat 7 nasional sehingga menjadi target prioritas penanganan masalah stunting di Indonesia. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang pentingnya pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal. Kegiatan ini menggunakan metode penyuluhan dengan media Panduan cara pembuatan PMT pangan lokal dan booklet resep PMT Pangan lokal yang dihadiri oleh 30 orang ibu balita. Evaluasi yang dilakukan pada kegiatan ini dengan melihat hasil jawaban pretest dan posttes dari para peserta. Hasil dari kegiatan ini yaitu adanya peningkatan skor pengetahuan ibu sebelum diberikan edukasi kesehatan mayoritas pengetahuan ibu pada kategori kurang sebanyak 59% dan sesudah diberikan edukasi kesehatan pengetahuan ibu meningkat menjadi baik 71%.

**Kata Kunci:** Penyuluhan; Pemberian *makanan tambahan*; *Bahan pangan lokal*; *Pengetahuan*; *Ibu*; *Balita*; *Stunting*.

**Abstract:** The prevalence of stunting in Central Sulawesi Province was 28.2% and ranked 7th nationally making it a priority target for dealing with stunting problems in Indonesia. The purpose of this community service activity is to raise the awareness of young mothers about the importance of providing local food supplements. The event uses a method of dissemination with a local food PMT manufacturing guide and a local Food PMT prescription booklet attended by 30 young mothers. Evaluation is done on this activity by looking at the pre-test and post-test answers of the participants. The result of this activity is an increase in mother's knowledge scores before receiving health education. The majority of mothers' knowledge in the category is less than 59% and after receiving a health education, the knowledge of the mother has increased to 71%.

**Keywords:** *Counseling*; *Supplementary Food*; *Local Food*; *Knowledge*; *Mother*; *Toddler*; *Stunting*.



#### Article History:

Received: 25-07-2024

Revised : 13-08-2024

Accepted: 13-08-2024

Online : 01-10-2024



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

## **A. LATAR BELAKANG**

Hasil Riskesdas tentang status gizi balita Indonesia pada tahun 2022 sebesar 21,6% angka ini belum mencapai target nasional yang ditetapkan oleh pemerintah sebesar 14% pada tahun 2024 (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Provinsi Sulawesi Tengah merupakan salah satu provinsi dengan jumlah prevalensi stunting yang cukup tinggi dan menempati peringkat 7 nasional dengan besaran prevalensi 28,2% sehingga menjadi target prioritas penanganan masalah stunting di Indonesia. Kabupaten Poso adalah salah satu kabupaten yang ada di Sulawesi Tengah dengan jumlah prevalensi stunting di tahun 2022 sebesar 24,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Tahun 2023 jumlah lokus stunting di wilayah Kabupaten Poso sebanyak 8 kecamatan tersebar di 25 desa dengan jumlah balita stunting sebanyak 363 balita (Surat Keputusan Bupati Poso, 2023).

Hasil laporan bidan desa di Desa Lantojaya memiliki jumlah balita stunting sebanyak 16 orang pada tahun 2022, sehingga pada tahun 2023 Pemerintah Daerah Kabupaten Poso menetapkan Desa Lantojaya menjadi salah satu lokus penanggulangan stunting di tahun 2023 (Surat Keputusan Bupati Poso, 2023). Desa Lantojaya merupakan salah satu sentra penghasil ubi jalar ungu, kuning dan putih dan merupakan sentra penghasil ikan laut. Ubi jalar kaya manfaat gizi diantaranya menjaga kesehatan mata karena mengandung Vitamin A beta-karoten, meningkatkan daya ingat dengan menangkal radikal bebas dan baik untuk sistem pencernaan (Kementerian Kesehatan RI, 2022), serta ikan laut yang merupakan sumber asam lemak omega 3 yang sangat baik untuk perkembangan otak bayi. Namun sangat disayangkan pemanfaatan bahan pangan lokal tersebut belum maksimal dimanfaatkan oleh masyarakat di Desa Lantojaya khususnya sebagai bahan pembuatan PMT bagi bayi dan balita. Bahan tersebut lebih banyak dijual daripada diolah untuk konsumsi harian rumah tangga.

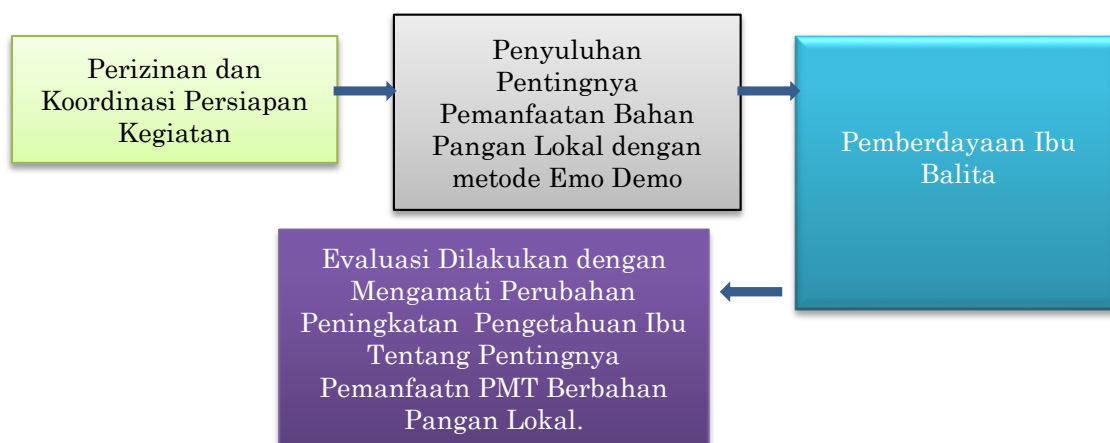
Trend masyarakat modern saat ini dalam menyiapkan makanan lebih mengutamakan kepraktisan, instant dan terjangkau dari segi harga dan ketersediaan cenderung mengabaikan kandungan nutrisinya (Hariyanto, 2017). Pendidikan gizi dalam pemberian makanan tambahan lokal terutama bagi ibu hamil dan ibu balita merupakan salah satu strategi dalam mengatasi masalah stunting (Direktorat Jendral Kesehatan masyarakat, 2018). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan produk makanan lokal atau disubstitusi bahan pangan lokal terbukti dapat meningkatkan status gizi balita yang kekurangan gizi. Pemberian PMT selama 2 bulan memberikan pengaruh terhadap perubahan status gizi balita gizi buruk (Prastia et al., 2023). Selain itu, pemberian makanan tambahan berupa biskuit tepung ikan lele dapat meningkatkan z-skor BB/U balita sehingga mengurangi anak gizi kurang dan gizi buruk sebesar 47.9%. Pemberian makanan tambahan lokal yang diperkaya protein hewani dan nabati pada anak balita gizi kurang dapat meningkatkan status gizi (Husnah, et al., 2022).

Pendekatan berbasis pangan lokal banyak dipromosikan oleh negara-negara berkembang, Lembaga internasional dan LSM sebagai upaya untuk mengatasi kerawanan gizi yang berkelanjutan (Dirjen Kesmas, 2019). Pangan lokal menjadi salah satu pendekatan upaya perbaikan gizi karena dapat dengan mudah diterima oleh masyarakat. Selain itu selaras dengan pola makan dan preferensi budaya pangan setempat (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Pangan lokal yang berasal dari hasil pertanian dan perikanan di daerah setempat sebenarnya dapat dikembangkan menjadi sumber makanan yang bernilai gizi tinggi (Hidayanti & Maywati, 2019).

Maraknya promosi makanan instan dan cepat saji membuat ibu-ibu balita cenderung menjadikan makanan kemasan sebagai makanan utama bagi anaknya. Sementara itu banyak sumber bahan pangan lokal yang tidak dimanfaatkan oleh ibu-ibu balita dan kader posyandu dalam pembuatan PMT yang bernilai gizi tinggi. Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan ibu-ibu balita tentang pentingnya pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai bahan dasar pemberian PMT yang bernilai gizi tinggi dan dapat menjadi salah satu cara pencegahan terjadinya stunting. Melalui kegiatan PkM ini, tim PkM memberikan edukasi dan keterampilan kepada ibu-ibu balita dan kader posyandu untuk memanfaatkan bahan pangan lokal dalam pembuatan PMT sehingga balita mendapatkan asupan makanan yang bernilai gizi tinggi sebagai upaya penanggulangan stunting.

## B. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan dengan media buku panduan cara mengelola PMT pangan lokal dan Booklet resep PMT pangan lokal. Kegiatan ini dilakukan pada bulan Juni 2024 bertempat di Posyandu yang berada di Desa Lantojaya. Sasaran pada pengabdian masyarakat ini yaitu ibu balita yang berdomisili di Desa Lantijaya, Kecamatan Poso Pesisir berjumlah 30 orang. Kegiatan yang dilakukan pada pengabdian ini terdiri dari 4 tahapan, seperti terlihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Pemecahan Masalah

1. Tahap pertama adalah pengkajian dan perencanaan kegiatan untuk pemetaan sarana, prasarana/tempat, sumber daya, dan lokasi, Waktu atau jadwal kegiatan dari pihak yang terlibat serta koordinator kegiatan.
2. Tahap Kedua adalah pelaksanaan kegiatan yang berjenjang berdasarkan tujuan yang akan dicapai. Kegiatan dengan tujuan agar mitra tahu penting dan mudahnya PMT pangan lokal dengan metode emo demo. Kegiatan Emo Demo makanan jajanan sehat “Makanan Murah Kaya Gizi” bertujuan untuk menunjukkan bahwa makanan jajanan yang sehat dan bergizi dapat dibuat dengan harga yang murah dan bahan dapat diperoleh dari sekitar mereka. Pesan yang disampaikan adalah makanan jajanan sehat dan bergizi dapat dibuat sendiri, dari bahan yang ada di sekitar kita dengan harga yang murah.
3. Kegiatan Pemberdayaan  
Kegiatan pemberdayaan bertujuan agar sasaran mau melanjutkan kegiatan PKM dengan melakukan kegiatan sosialisasi manajemen pengadaan PMT yang dilakukan dengan mengumpulkan sasaran di rumah salah satu kader kemudian diberikan buku panduan cara memasak PMT pangan lokal dan Booklet resep PMT pangan lokal bersama untuk menyediakan PMT yang masih kosong. Dilanjutkan menyampaikan materi mengenai pentingnya fungsi posyandu untuk memonitor pertumbuhan balita.
4. Evaluasi Pengetahuan: Evaluasi kegiatan PkM ini dapat dilihat dari hasil perbandingan antara pengetahuan mitra sebelum dan sesudah menerima kegiatan penyuluhan. Selain itu, perubahan perilaku juga dapat dievaluasi melalui pengamatan atau wawancara untuk mengetahui apakah peserta telah menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam praktik sehari-hari.

### **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 27 sampai dengan 28 Juni 2024 di Desa Lantoyaya Kecamatan Poso Pesisir, Kabupaten Poso dan yang menjadi peserta adalah ibu balita yang berjumlah 30 orang. Adapun hasil kegiatan yang telah dilakukan adalah sebagai berikut:

#### **1. Perizinan dan Persiapan Kegiatan**

Sebagai langkah awal Tim PkM melakukan perizinan kepada perangkat Desa Lantoyaya terkait program pengabdian masyarakat, kemudian melakukan pengkajian dan perencanaan kegiatan untuk pemetaan sarana, prasarana/tempat, sumber daya, dan lokasi, Waktu atau jadwal kegiatan dari pihak yang terlibat serta koordinasi kegiatan. Langkah selanjutnya tim PkM melakukan sosialisasi kepada Pemerintah Desa Lantoyaya tentang segala hal yang terkait dengan kegiatan PkM serta Pengenalan tim PkM. Kegiatan ini dilaksanakan di Balai Desa Lantoyaya. Dalam kegiatan ini, tim

PkM menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan, dasar pelaksanaan, maksud dan tujuan pelaksanaan kegiatan. Kegiatan sosialisasi terhadap aparat desa dan pihak Puskesmas tentang pemanfaatan bahan pangan lokal pada pemberian makanan tambahan pada balita sebagai salah satu cara penanggulangan stunting seperti terlihat pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Perizinan dan Koordinasi Kegiatan

## 2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan selanjutnya yaitu penyuluhan tentang cara pengelolaan bahan lokal. Pelaksanaan kegiatan ini dibantu oleh mahasiswa Prodi D3 Kebidanan Poso Poltekkes Kemenkes Palu sebanyak 5 orang. Dalam kegiatan ini dihadiri oleh 30 ibu balita. Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini yaitu emo demo makanan sehat “Makanan Murah Kaya Gizi” dengan tujuan untuk menunjukkan bahwa makanan jajanan yang sehat dan bergizi dapat dibuat dengan harga yang murah dan bahan dapat diperoleh dari sekitar mereka. Tujuan dari kegiatan ini yaitu ibu balita dilatih cara mengelola makanan tambahan berbahan pangan lokal seperti terlihat pada Gambar 3.



**Gambar 3.** Emo Demo Cara Pengelolaan Bahan pangan lokal

## 3. Pemberdayaan Ibu Balita

Kegiatan berikutnya adalah pemberdayaan masyarakat yang bertujuan agar sasaran mau melanjutkan kegiatan PkM dengan melakukan kegiatan sosialisasi manajemen pengadaan PMT yang dilakukan dengan mengumpulkan sasaran di Balai Desa Lantoyaya kemudian diberikan buku panduan cara memasak PMT pangan lokal dan Booklet resep PMT pangan lokal. Dilanjutkan menyampaikan materi mengenai pentingnya pemberian PMT berbahan pangan lokal yang disampaikan semuanya oleh tim pengabdian. Dalam sesi tanya jawab ada beberapa pertanyaan yang diajukan peserta,

antara lain bagaimana cara pengelolaan PMT berbahan pangan lokal, apa yang menyebabkan stunting dan bagaimana cara pencegahannya. Selama sesi diskusi peserta aktif dan para peserta cukup senang dengan adanya program pengabdian dari tim PkM Prodi D-III kebidanan Poso Poltekkes Kemenkes Palu karena dapat memberikan pengetahuan tentang pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai bahan dasar pemberian makanan tambahan pada balita sebagai salah satu upaya penanggulangan stunting.



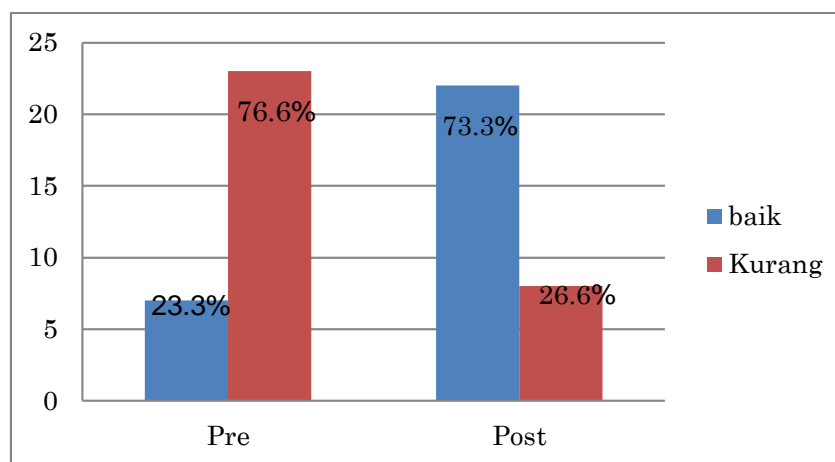
**Gambar 4.** Pemberian Materi Tentang Pentingnya Pemberian PMT Berbahan Pangan Lokal



**Gambar 5.** Panduan cara memasak PMT Pangan Lokal dan Booklet Resep PMT Pangan Lokal

#### 4. Evaluasi

Selanjutnya tahap evaluasi dilakukan dengan cara mengamati perubahan pengetahuan yang terjadi pada ibu balita melalui kuesioner, dimana kuesioner diberikan sebelum kegiatan dilaksanakan dan setelah kegiatan penyuluhan dilakukan. Hasil pengisian kuesioner pre-test dan post-test yang telah dilakukan pada ibu balita selanjutnya dilakukan analisis guna mengetahui perbedaan nilai pengetahuan ibu sebelum kegiatan dan setelah kegiatan. Perubahan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah kegiatan dapat dilihat pada Gambar 6.



**Gambar 6.** Presentasi Hasil Pretest dan Posttes dari Pengetahuan Ibu Balita

Pada Gambar 6 diketahui sebelum diberikan edukasi kesehatan kepada ibu terdapat 23.3% peserta dengan pengetahuan baik dan setelah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pada pengetahuan peserta menjadi baik 73.3%. Upaya peningkatan status gizi balita ditentukan oleh peran ibu atau keluarga dalam pemberian makan dan dibantu peran kader posyandu setempat dalam memberikan informasi gizi yang tepat sebagai upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu balita (Yulmaniati et al., 2022). Pengetahuan gizi adalah salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam upaya perbaikan gizi. Edukasi gizi melalui penyuluhan merupakan salah satu cara yang cukup efektif untuk meningkatkan pengetahuan (Asmawati, 2023).

Gerakan *back to nature* juga memberikan perhatian pada pendayagunaan bahan pangan lokal yang potensial, termasuk bahan pangan yang selama ini sudah sering dikonsumsi maupun yang masih belum tersentuh karena manfaat yang masih belum terjamah (Suyani et al., 2021). Melihat sumber pangan lokal yang dimiliki oleh setiap wilayah, masih dapat dikembangkan untuk memenuhi keanekaragaman pangan masyarakat pada wilayah bersangkutan (Nifar Ruaida, 2018). Penanganan intervensi Gizi Sensitif diantaranya akses air minum yang aman, penyediaan bantuan sosial untuk rumah tangga miskin dan meningkatkan ketahanan pangan bergizi (Human Development Worker, 2018).

Pangan lokal juga berpotensi untuk dimanfaatkan dan diolah sebagai alternatif makanan tambahan untuk meningkatkan status gizi balita (Darawati et al., 2021). Selain mengelola potensi lokal yang ada, pengetahuan akan stunting juga perlu, Tinggi atau panjang badan dapat mencerminkan gambaran dari pertumbuhan skeletal. Seiring dengan pertambahan umur, tinggi badan akan tumbuh jika normal. Akan tetapi, pertumbuhan tinggi badan ini kurang sensitif terhadap masalah gizi jangka pendek. Pertumbuhan tinggi badan dapat menampakkan pengaruh dari defisiensi zat gizi terhadap gizi badan dalam waktu yang relatif lama. (Agric,



2017). Pada penelitian yang pernah dilakukan oleh Wulandari & Kusumastuti (2020) menunjukkan bahwa perilaku ibu dalam pencegahan stunting dipengaruhi oleh peran kader dalam memberikan informasi kepada masyarakat terkait dengan kesehatan balita. Informasi yang diberikan oleh seorang kader kepada masyarakat haruslah tepat dan akurat (Putri et al., 2023).

#### D. SIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang optimalisasi pemanfaatan bahan pangan lokal pada pemberian makanan tambahan pada balita, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu balita. Sebelum diberikan edukasi kepada ibu terdapat 23.3% dengan pengetahuan baik dan setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan pada pengetahuan ibu menjadi baik 73.3%. Saran yang dapat diberikan adalah meningkatkan pemanfaatan bahan pangan lokal untuk pemberian makanan tambahan pada balita melalui pelatihan dan penyuluhan.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada Direktur dan kepala UPPM Poltekkes Kemenkes Palu yang telah memberikan izin dan memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada Kepala Desa Lantoyaya, bidan desa, para kader, serta pihak-pihak yang terkait yang telah memberikan izin dan memfasilitasi pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Tidak lupa juga saya mengucapkan terima kasih kepada ibu-ibu hamil yang bersedia mengikuti kegiatan ini.

#### DAFTAR RUJUKAN

- Agric, F. (2017). Risk Factors Associated With Stunting Among Infants And Young Children Aged 6-23 Months in Dedza District Of Central Malawi. *Journal African Journal Of Food, Agriculture, Nutrition And Development*, 17(4), 12854–12870. <https://doi.org/10.18697/ajfand.80.16730>
- Asmawati, L. (2023). Pencegahan Stunting melalui Ketahanan Pangan Lokal Banten dan Pengasuhan Digital. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 6915–6926. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5396>
- Direktorat Jendral Kesehatan masyarakat. (2018). *Petunjuk Teknis Pendidikan Gizi Dalam Pemberian Makanan Tambahan Lokal Bagi Ibu Hamil Dan Balita*. Kementerian Kesehatan R.I.
- Dirjen Kesmas. (2019). *Petunjuk Teknis Makanan Tambahan Balita dan Ibu Hamil*. Kementerian Kesehatan R.I.
- Hariyanto, B. (2017). *Pangan Lokal*.
- Hidayanti, L., & Maywati, S. (2019). Program Kemitraan Masyarakat: Pmt Penyuluhan Pangan Lokal Di Desa Sukarame Kecamatan Sukarame Kabupaten Tasikmalaya Jawa Barat. *Warta LPM*, 21(2), 31–39. <https://doi.org/10.23917/warta.v21i2.7048>
- Human Development Worker. (2018). Buku Saku Kader Pembangunan Manusia (KPM). *Buku Saku Kader Pembangunan Manusia (KPM)*, 1–32.



- Husnah, Sakdiah, Aziz Khairul Anam, Asmaul Husna, Ghina Mardhatillah, B. (2022). Tinjauan Pustaka Peran Makanan Lokal dalam Penurunan Stunting. *Junal Kedokteran Nanggroe Medika*, 5(3), 47–53.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Makanan Lokal Balita Dan Ibu Hamil*. 1–43.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. In *Kemenkes RI*.
- Nifar Ruaida. (2018). Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) Di Indonesia. *Global Health Science*, 3(2), 139–151.
- Surat Keputusan Bupati Poso, Pub. L. No. 188.45/0253/2023, 88 (2023).
- Prastia, T. N., Listyandini, R., Nuryana, H., Setiadi, M. A., & Sintani, R. D. (2023). Pemanfaatan Pangan Lokal sebagai Upaya Pencegahan Balita Stunting di Desa Ciaruteun Udik. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(5), 736–742. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i5.4286>
- Putri, R. A., Sulastri, S., & Apsari, N. C. (2023). Pemanfaatan Potensi Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Ijd-Demos*, 5(1). <https://doi.org/10.37950/ijd.v5i1.394>
- Suyani, E., Ulfa, M., Aqsho, M., & Nst, H. (2021). Pencegahan Stunting Pada Masyarakat Desa Bandar Khalipah. *Reswara : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 186–191.
- Wulandari, H. W., & Kusumastuti, I. (2020). Pengaruh Peran Bidan, Peran Kader, Dukungan Keluarga dan Motivasi Ibu terhadap Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balitanya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(02), 73–80. <https://doi.org/10.33221/jikes.v19i02.548>
- Yulmaniati, Y., Hurul Ainun, N., & Jailani, M. (2022). Pemanfaatan Hasil Pangan Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Bandar Baru, Kecamatan Sibolangit, Sumatera Utara. *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 5(5), 2396–2401. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v5i5.2238>