



Submitted 30<sup>th</sup> August 2022  
Revised 5<sup>th</sup> September 2022  
Accepted 10<sup>th</sup> September 2022  
Available online 30<sup>th</sup> September 2022

## Upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pengolahan menu mpasi

### *Effort to increase the knowledge and skills of cadres in processing the mpasi menu*

**Maudy Chintania Ekyta Putri<sup>1</sup>, Farida Wahyu Ningtyias<sup>2\*</sup>, Rahayu Titis Indrawati<sup>3</sup>,  
Maudy Adinda Revinadewi<sup>4</sup>, Ivana Ika Cahya Putri<sup>5</sup>, Dhuha Itsnanisa Adi<sup>6</sup>**

Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember,  
Indonesia

[farida.fkm@unej.ac.id](mailto:farida.fkm@unej.ac.id)

#### ABSTRAK

Stunting di Indonesia mencapai angka prevalensi sebesar 24,42% dan menjadi perhatian pemerintah untuk penyelesaiannya. Kecamatan Jelbuk, merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Jember dengan prevalensi stunting tertinggi sebesar 27,5% dengan Desa Panduman yang menempati urutan pertama balita stunting sejumlah 118 balita. Stunting memiliki dampak fungsional yang merugikan pada anak-anak utamanya pada 1000 hari pertama sejak pembuahan hingga usia dua tahun. Kejadian stunting meningkatkan risiko penyakit kronis terkait gizi yang akan di manifestasi di masa dewasa sehingga menjadikan penderitanya menjadi tidak produktif. Penyebab stunting yakni asupan energi rendah, adanya penyakit infeksi yang menjangkit, dipengaruhi pula oleh jenis kelamin dengan sebagian besar balita stunting laki-laki, tingkat pendidikan

---

#### \* How to Cite

Ningtyias, F. W., Putri, M. C. E. ., Indrawati, R. T. ., Revinadewi, M. A. ., Putri, I. I. C. ., & Adi, D. I. . (2022). Upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pengolahan menu mpasi: Effort to increase the knowledge and skills of cadres in processing the mpasi menu. *Bhakti Community Journal*, 1(2), 80-88. <https://doi.org/10.36376/bcj.v1i2.11>

orang tua rendah dan ibu bekerja sehingga berpengaruh pada pemenuhan asupan gizi dan pola asuh. MPASI menjadi penting karena dapat memenuhi kebutuhan gizi yang baik. Lomba memasak menu sehat yang dilaksanakan di Balai Desa Panduman pukul 09.00-11.00 diawali dengan memberikan booklet 18 resep menu sehat dan materi pengantar tentang menu yang dapat dikonsumsi ibu hamil, balita dan keluarga yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para ibu kader, ibu hamil dan ibu balita di Desa Panduman dalam mengelola MPASI dan menu sehat keluarga. Efektifitas kegiatan sebesar 1,13% dan adequacy of performance > 75% sehingga diharapkan dengan kegiatan yang baik ini dapat menurunkan angka stunting di Desa Panduman.

**Kata Kunci :** *Stunting; ibu hamil; MPASI; kader*

#### ABSTRACT

*Stunting in Indonesia reaches a prevalence rate of 24,42% and is the government's concern for its solution. Jelbuk District, is a sub-district in Jember Regency with the highest stunting prevalence of 27.5% with Panduman Village which ranks first with 118 stunting toddlers. Stunting has a detrimental functional impact on children mainly in the first 1000 days from conception to two years of age. The incidence of stunting increases the risk of chronic diseases related to nutrition which will be manifested in adulthood so that the sufferer becomes unproductive. The causes of stunting are low energy intake, the presence of infectious diseases that are contagious, also influenced by gender with the majority of toddlers being male stunting, low maternal education, low father education and working mothers so that it affects the fulfillment of nutritional intake and parenting patterns. MPASI is important because it can meet the needs of good nutrition. The healthy menu cooking competition which was held at the Panduman Village Hall at 09.00-11.00 was started by giving a booklet of 18 healthy menu recipes and introductory materials about menus that can be consumed by pregnant women, toddlers and families with the aim of increasing the knowledge and skills of cadres, pregnant women and mothers of children under five in Panduman Village in managing MPASI and family healthy menus. The effectiveness of the activity is 1.13% and the adequacy of performance is > 75% so it is hoped that this good activity can reduce the stunting rate in Panduman Village*

**Keywords:** *stunting; pregnant women; complementary feeding; health cadres*

#### PENDAHULUAN

Permasalahan stunting di Indonesia merupakan salah satu masalah gizi utama pada balita yang masih menjadi fokus pemerintah karena kejadian stunting memiliki dampak fungsional yang merugikan

pada anak-anak utamanya pada 1000 hari pertama sejak pembuahan hingga usia dua tahun. Kejadian stunting meningkatkan risiko penyakit kronis terkait gizi yang akan di manifestasi di masa dewasa sehingga menjadikan penderitanya menjadi tidak produktif. Seorang anak dikatakan stunting apabila tinggi badan menurut usia tidak sesuai dengan anak seusianya, WHO telah menetapkan kriteria stunting jika tinggi badan anak tersebut lebih dari dua standar deviasi di bawah median standar pertumbuhan anak. Sejak tahun 2013 hingga 2025 telah mencanangkan target penurunan prevalensi stunting sebesar 40% (WHO, 2015). Indonesia telah berhasil menurunkan prevalensi stunting dari tahun 2019 hingga 2021 sebesar 3,3%, namun hal tersebut masih jauh dari capaian untuk memenuhi target yang dicanangkan oleh WHO.

Di wilayah Jawa Timur prevalensi stunting sebesar 23,5%, sedangkan Kabupaten Jember masih memiliki persentase yang tinggi terkait balita dengan gizi buruk dengan balita BGM (Bawah Garis Merah) mengalami peningkatan dari tahun 2019 sebesar 2,36% menjadi 3,92% di tahun 2020 (Dinkes Jember, 2020). Berdasarkan data dari Dinas P3AKB Kabupaten Jember pada tahun 2021, Kecamatan Jelbuk merupakan lokus stunting dengan prevalensi tertinggi diantara kecamatan lain yakni sebesar 27,5% dan berdasarkan Data OPTIM (operasi timbang) bulan Agustus 2021, desa dengan jumlah balita stunting tertinggi yakni Desa Panduman dengan 118 balita. Permasalahan stunting ini dapat disebabkan oleh banyak faktor baik secara langsung atau tidak langsung. Faktor penyebab stunting menurut penelitian yang dilakukan oleh (Mugianti et al., 2018) dan (Oktia, 2020) yaitu disebabkan karena asupan energi rendah, adanya penyakit infeksi yang menjangkit, dipengaruhi pula oleh jenis kelamin dengan sebagian besar balita stunting laki-laki, pendidikan ibu rendah, pendidikan ayah rendah dan ibu bekerja sehingga berpengaruh pada pemenuhan asupan gizi dan pola asuh termasuk asupan protein yang rendah dan tidak adanya pemberian Asi Eksklusif atau makanan pendamping ASI pada balita.

Makanan pendamping ASI (MP-ASI) merupakan makanan padat atau cair yang dapat dicerna sesuai dengan usia dan kemampuan pencernaan bayi atau anak usia 6-24 bulan untuk menghasilkan energy dan dilakukan secara bertahap (Rachmawati et al., 2021). Selain itu MP-ASI yang diberikan juga dengan selain memperhatikan tekstur, juga memperhatikan frekuensi, jumlah, kebersihan, serta keanekaragaman jenis makanan yang juga sesuai untuk anak. Jika pemberian MPASI dilakukan pada bayi 0-6 bulan maka dapat menyebabkan penyakit infeksi pencernaan (diare) dan apabila tidak benar melakukan perawatan atau penyembuhan maka dapat menyebabkan stunting pada anak karena metabolisme

terganggu (Nuradhiani, 2020). Kualitas serta kuantitas MP-ASI yang baik sangat diperlukan untuk mencegah stunting pada balita, maka perlu dilakukan pendampingan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pengaturan dan kualitas makanan yang diberikan kepada keluarga utamanya ibu hamil dan balita. Implementasi dari pendampingan dapat dilakukan dengan lomba memasak menu sehat yang menggunakan bahan dan resep yang tersedia dilingkungan rumah tangga. Kerjasama antara lintas kelompok kerja yang dapat diberdayakan untuk pencegahan stunting sangat dibutuhkan dalam terwujudnya penurunan prevalensi stunting utamanya di Desa Panduman, Kecamatan Jelbuk, Kabupaten Jember.

## METODE

Penurunan stunting di Desa Panduman Kecamatan Jembuk Kabupaten Jember dilaksanakan melalui kegiatan edukasi masyarakat disertai dengan lomba memasak dengan nama kegiatan “Pendampingan untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan para Kader dalam Mengelola Menu MPASI yang Sehat bagi Ibu Hamil, Balita dan Keluarga” ini menyoar para kader posyandu di Desa Panduman, Kecamatan Jelbuk. Kegiatan ini dilaksanakan di Balai Desa, Desa Panduman pukul 09.00-11.00. Peserta yang mengikuti kegiatan ini adalah para kader yang berasal dari 9 posyandu di 8 dusun di Desa Panduman. Total peserta yang mengikuti perlombaan memasak sebanyak 21 orang. Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan meliputi :

### 1. Metode Penentuan dan Penyebab Masalah

Penentuan masalah kesehatan diperoleh dari hasil analisis situasi selama pelaksanaan kegiatan Pengalaman Belajar Lapangan. Faktor-faktor penyebab yang berkaitan dengan stunting dikaji menggunakan teori HL Blum. Data yang diperoleh kemudian akan dilanjutkan ke tahap berikutnya yaitu analisis masalah. Dari analisis masalah tersebut akan didapatkan beberapa permasalahan Kesehatan di masyarakat yang dapat menjadi faktor penyebab terjadinya stunting.

### 2. Metode Penentuan Prioritas Masalah

Dalam melaksanakan prioritas masalah dan menentukan alternatif solusi, peneliti menggunakan Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) dengan metode *Nominal Group Technique* (NGT) modifikasi. Kegiatan dilakukan secara *offline* di balai desa Panduman Kecamatan Jelbuk, Kabupaten Jember dengan diikuti oleh perwakilan warga setempat seperti Kepala Desa, sekretaris desa, kepala dusun, ibu PKK, kader Kesehatan, dan tokoh masyarakat. Musyawarah didasarkan pada permasalahan Kesehatan

yang telah diidentifikasi sebelumnya. Permasalahan diusulkan dan didiskusikan dengan metode NGT untuk ditentukan prioritas masalah yang akan dilakukan intervensi dengan melakukan perencanaan program terlebih dahulu. Penentuan prioritas masalah diberi angka 1 sampai 5, dimana dari peserta MMD yang hadir akan memberikan nomor di setiap permasalahan yang sudah ditentukan. Nantinya dengan nilai terbanyak akan menjadi permasalahan utama yang akan diselesaikan.

### 3. Metode Perencanaan Program

Perencanaan program disusun berdasarkan prioritas masalah Kesehatan yang sudah disepakati oleh masyarakat pada saat MMD di Desa Panduman Kecamatan Jelbuk, Kabupaten Jember. Masalah yang di prioritaskan akan dilakukan perumusan tujuan umum dan tujuan khusus untuk menyelesaikan permasalahan kesehatan utamanya stunting. Perencanaan program intervensi juga mempertimbangkan hasil dari identifikasi sumber daya manusia, waktu dan biaya. Implementasi, koordinasi, dan supervisi. Pertama, implementasi dilaksanakan berdasarkan upaya promotive dan preventif, yaitu terdiri dari aspek-aspek prioritas permasalahan dari hasil MMD dengan memberikan informasi-informasi mengenai penyebab stunting berdasarkan hasil analisis situasi. Pelaksanaan intervensi program dilakukan secara tatap muka, dengan menggunakan metode ceramah, pemberian booklet sebagai bahan bacaan, pre-test dan post-test, serta praktik secara langsung. Kedua, pelaksanaan program dilaksanakan dengan koordinasi dengan pihak-pihak yang dapat membantu pelaksanaan yakni dari PKK, KPM, RDS, kader dan bidan desa agar program yang dijalankan dapat berjalan dengan baik. Ketiga, supervisi dapat dilakukan melalui kepala desa kepada pelaksana program pengembangan masyarakat. Supervisi dapat dilakukan di awal kegiatan, saat kegiatan berlangsung dan akhir kegiatan sebagai bahan evaluasi.

### 4. Metode Evaluasi Program

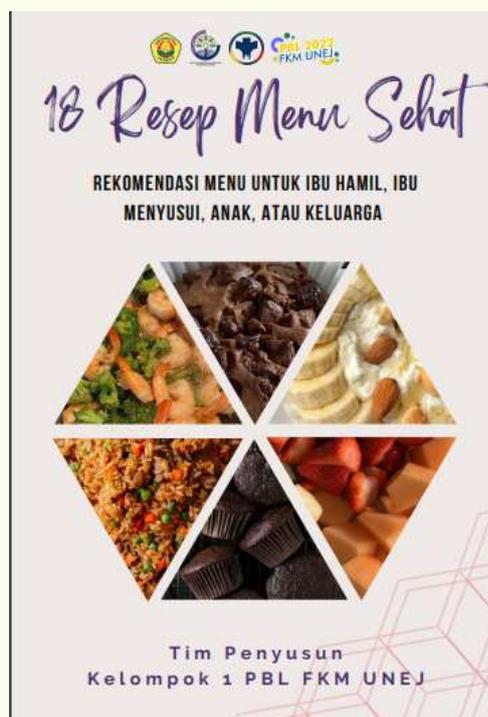
Pada kegiatan PBL dilaksanakan evaluasi program yang terdiri dari evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Pelaksanaan evaluasi awal bertujuan untuk menilai kesiapan rencana kegiatan. Pada pelaksanaan evaluasi proses bertujuan untuk menilai suatu program yang sedang berlangsung sesuai dengan rencana atau *relevancy*. Pelaksanaan evaluasi akhir bertujuan untuk menilai pencapaian *adequacy efficiency*, dan *effectiveness*. Dalam menilai evaluasi pelaksanaan program, terdapat empat kriteria yang digunakan, yakni *relevancy*, *adequacy*, *progress*, dan *efficiency*. *Relevancy* dinilai berdasarkan tingkat kesesuaian yang ada di masyarakat sesuai dengan kebijakan yang ada. *Adequacy* dinilai berdasarkan *adequacy of performance*, yakni melalui seberapa besar perhatian masyarakat terhadap

program yang dilaksanakan dan bagaimana program tersebut dalam mengatasi permasalahan kesehatan yang ada. *Progress* dinilai berdasarkan adanya tangka kemajuan program dalam wktu yang sudah ditentukan. *Effectiveness* dinilai berdasarkan peningkatan dan penurunan pengetahuan dan perilaku sebelum dan sesudah kegiatan dilaksanakan, yakni melalui *pre-test* dan *post-test*. *Effectiveness* perbandingan hasil kegiatan dengan target.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Sesuai dengan permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat desa Panduman Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember yaitu tingginya angka stunting pada baduta dan balita, sehingga melalui kegiatan PBL II ini dibentuklah intervensi atau program yang terkait dengan pengetahuan mengenai pemberian MPASI (Makanan Pendamping ASI) dan menu makanan sehat keluarga yang dapat memperbaiki asupan gizi pada balita dan ibu hamsil. Selain itu, pemberian menu makanan yang baik juga dapat menghindarkan dari penyakit infeksi pencernaan sehingga metabolisme tubuh menjadi baik. Sasaran kegiatan ini adalah para Kader Posyandu di Desa Panduman dengan keluaran yang diharapkan yakni dapat membantu edukasi pada ibu balita dan ibu hamil mengenai MPASI dan menu makanan sehat keluarga. Praktik memasak menu sehat ini dilaksanakan secara langsung dan dilombakan dengan diberikan edukasi.

Kegiatan ini dimulai dengan memberikan booklet 18 menu sehat yang telah disusun oleh kelompok, kemudian diberikan pengantar mengenai latar belakang memasak MPASI dan menu sehat, peserta dipersilakan untuk menyusun dan memasak menu hidangan utama, hidangan camilan, dan minuman yang sehat sesuai booklet dan dapat dikreasikan menggunakan bahan yang tersedia di lingkungan rumah tangga. Menu yang dipilih juga harus di kaitkan dengan siapa yang akan mengonsumsi hidangan tersebut, apakah balita, apakah ibu hamil, atau anggota keluarga lain dengan memperhatikan kandungan gizi yang dibutuhkan. Menu yang telah dimasak akan dinilai dengan memperhatikan kriteria komposisi kadungan gizi, cita rasa, penyajian dan kreativitas.



*Gambar 1. Booklet Menu sehat keluarga*



*Gambar 2. Pelaksanaan Lomba Memasak*

Hasil kegiatan menunjukkan *adequacy of performance* sebesar 100%. Hal tersebut dikarenakan jumlah peserta yang ditargetkan telah seluruhnya memenuhi kehadiran. Selain itu, hal tersebut telah mencukupi kriteria

kecukupan dari segi peserta dan kegiatan sukses berlangsung dari segi peserta karena *adequacy of performance* > 75%. Kriteria evaluasi yang diharapkan adalah rata-rata total nilai penjurian dari seluruh peserta sebesar 75. Hasil penjurian menunjukkan rata-rata total nilai adalah 85,1 yang mana hasil tersebut masuk kedalam kategori baik dengan indikator penilaian adalah komposisi makanan, penyajian, citarasa, dan kreativitas. Rata-rata nilai perposyandu digunakan untuk menentukan pemenang dari lomba memasak. Efektivitas kegiatan lomba memasak dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan ibu-ibu kader di Desa Panduman sebesar 1,13%. Hasil tersebut menunjukkan kegiatan telah berlangsung sangat efektif karena hasil menunjukkan > 1%. Oleh karena itu, pelaksanaan kegiatan lomba memasak diharapkan dapat menjadi pemantik untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para ibu di Desa Panduman melalui pengetahuan dan keterampilan yang telah dimiliki para kader agar tercapai tujuan bersama, yakni penurunan angka stunting di Desa Panduman.

Metode dan media (alat peraga) yang digunakan dalam penyuluhan, akan menentukan efektivitas edukasi gizi terhadap perubahan perilaku klien. Alat peraga dimaksudkan untuk mengerahkan indra sebanyak mungkin kepada suatu objek, sehingga mempermudah persepsi (Rahmawaty, *et al.* 2022). Penggunaan media booklet berbarengan dengan praktik memasak dan edukasi pada saat penjurian lomba mengerahkan indra penglihatan, pendengaran juga perasa yang diharapkan dapat memperbesar ketercapaian tujuan yaitu pesan dapat tersampaikan dan juga dipraktikkan di rumah untuk penyediaan menu sehat untuk anak, ibu hamil dan ibu menyusui.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan “Pendampingan Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan para Kader dalam Mengelola Menu MPASI yang Sehat bagi Ibu Hamil, Balita dan Keluarga” menu yang hidangkan mengenai MPASI dan menu sehat untuk ibu hamil, balita dan keluarga termasuk kedalam kategori baik dengan indikator penilaian adalah komposisi makanan, penyajian, citarasa, dan kreativitas. Efektivitas kegiatan lomba memasak dalam meningkatkan kemampuan dan keterampilan ibu-ibu kader di Desa Panduman menunjukkan efektifitas yang baik sebesar 1,13% sehingga melalui pengetahuan dan keterampilan yang telah dimiliki para kader diharapkan dapat menjadi perpanjangan tangan yang akan megedukasi ibu hamil, dan ibu balita

untuk memilah dan milih menu yang sesuai agar tercapai tujuan bersama, yakni penurunan angka stunting di Desa Panduman.

### DAFTAR PUSTAKA

- Dinkes Jember. (2020). Profil Kesehatan Kabupaten Jember 2020. In Profil Kesehatan Kabupaten Jember 2020. Dinas Kesehatan Kabupaten Jember. <https://doi.org/10.19184/pk.v8i2.20360>
- Mugianti, S., Mulyadi, A., Anam, A. K., & Najah, Z. L. (2018). Faktor Penyebab Anak Stunting Usia 25-60 Bulan di Kecamatan Sukorejo Kota Blitar. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 5(3), 268-278. <https://doi.org/10.26699/jnk.v5i3.art.p268-278>
- Nuradhiani, A. (2020) 'Pemberian ASI Eksklusif dan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) pada Kejadian Stunting di Negara Berkembang Exclusive breastfeeding and complementary feeding for stunting in developing countries', *J. Gizi Kerja dan Produktivitas*, 2020(1), pp. 23-28. <https://doi.org/10.30653/002.202051.266>
- Oktia, N., (2020) 'QAWWAM: Journal For Gender Mainstreaming Stunting Pada Anak: Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia', *Qawwam*, 14(1), p. 19. doi: 10.20414/Qawwam.v14i1.2372.
- Rachmawati, R., Susanto, C. P. V., & Wulandari, A. (2021). Literature Review: Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif Dan MP ASI Dini Terhadap Stunting Pada Balita. *Embrio*, 11(2), 87-93. <https://doi.org/10.26418/jpn.v6i2.49470>
- Rahmawaty, S., Permatasari, D.I., Benni., Setiono., Budi Setiawan. (2022). Pendidikan Gizi Seimbang bagi ibu - ibu yang Memiliki anak usia 3 -5 tahun di Desa Kopen Boyolali. *Jurnal Warta LPM*, 5 Spesial Issue 2022, 29-34. <https://doi.org/10.32734/abdimastalenta.v4i1.2369>