

## **PEMBERDAYAAN MASYARAKAT PADA MASA PEMULIHAN COVID-19 MELALUI PELATIHAN PENGOLAHAN DAN PEMASARAN MP-ASI LOKAL**

Prita Dhyani Swamilaksita<sup>1</sup>, Anugrah Novianti<sup>2</sup>, Devi Angeliana Kusumaningtiar<sup>3</sup>, Harna<sup>4</sup>

<sup>1,2,4</sup>Prodi Gizi, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

<sup>3</sup>Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul

Jl. Arjuna Utara No 9, Kebon Jeruk, Jakarta Barat

prita.dhyani@esaunggul.ac.id

### **Abstract**

*Partners in this community service activity are Tanah Sareal District, Bogor City with the target being cadres in 11 urban villages (Kedung Waringin, Kedung Jaya, Kebon Pedes, Tanah Sareal, Kedung Badak, Sukaresmi, Sukapeace, Cibadak, Kayumanis, Mekarwangi, and Kencana ) who are able to participate in the entire process of the Community Service Program from formulating problems, finding solutions, planning, and carrying out all activities as well as being able to socialize the results of activities to all members of the community. The problem in this area is that the highest distribution of people is in prosperous families II (51, 10%) with the coverage of complementary feeding in 11 urban villages is still low, namely <50%, besides that the coverage data for weighing children under five is still <50% (D/S). ) so that cases of malnutrition and malnutrition are still found in Tanah Sareal District. Therefore, the problem of malnutrition as a risk of stunting still needs attention in this region. Especially in the current Covid-19 pandemic, where proper and safe nutrition is needed in addition to growth as well as to increase body resistance. In addition, the Covid-19 pandemic has an impact on the stability of the family's economy so that skills for self-employment are needed to increase family income. Contributions and benefits obtained by the target are the use of the results of the application of community service program technology as a solution to problems, namely with the following activities: (1) Socialization of exclusive breastfeeding and how to give MP-ASI; (2) MPASI processing training; (3) Fostering the marketing of MPASI products as a local economic development during the recovery period of the Covid-19 pandemic.*

**Keywords:** MP-ASI, covid-19 recovery, stunting, toddler nutrition

### **Abstract**

Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor dengan sasaran yaitu ibu kader di 11 titik kelurahan (Kedung Waringin, Kedung Jaya, Kebon Pedes, Tanah Sareal, Kedung Badak, Sukaresmi, Sukadamai, Cibadak, Kayumanis, Mekarwangi, dan Kencana) yang sanggup mengikuti seluruh proses Program Pengabdian Masyarakat dari merumuskan permasalahan, mencari solusi, merencanakan, dan melaksanakan seluruh kegiatan serta sanggup mensosialisasikan hasil kegiatan ke seluruh warga masyarakat. Permasalahan yang terdapat di wilayah tersebut adalah sebaran tertinggi masyarakat berada dalam keluarga sejahtera II (51, 10%) dengan cakupan pemberian MPASI di 11 kelurahan masih rendah yaitu < 50%, disamping itu data cakupan penimbangan balita juga masih < 50% (D/S) sehingga masih ditemui kasus kurang gizi dan gizi buruk di Kecamatan Tanah Sareal. Oleh karena itu, masalah gizi buruk sebagai resiko stunting ini masih perlu mendapat perhatian di wilayah ini. Apalagi dalam masa pandemi Covid-19 sekarang ini, dimana gizi yang tepat dan aman sangat diperlukan selain untuk pertumbuhan juga untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Selain itu, masa pandemi Covid-19 berdampak pada kestabilan ekonomi keluarga sehingga keterampilan untuk berwirausaha secara mandiri diperlukan untuk meningkatkan pendapatan keluarga. Kontribusi dan manfaat yang diperoleh sasaran adalah penggunaan hasil penerapan teknologi program pengabdian masyarakat sebagai solusi permasalahan yaitu dengan kegiatan sebagai berikut: (1) Sosialisasi asi eksklusif dan cara pemberian MP-ASI; (2) Pelatihan pengolahan MPASI; (3) Pembinaan pemasaran produk MPASI sebagai pengembangan ekonomi lokal di masa pemulihan pandemi Covid-19.

**Kata kunci:**MP-ASI, pemulihan covid-19, stunting, gizi balita

### **Pendahuluan**

Stunting merupakan kondisi dimana anak mengalami gangguan pertumbuhan hingga

tinggi badan anak lebih rendah atau lebih pendek dari standar usianya. Kondisi ini terjadi akibat anak tidak mendapatkan asupan gizi

dalam jumlah yang tepat dalam waktu yang lama. Apabila kondisi ini terus dibiarkan maka akan menyebabkan anak kurang berprestasi disekolah, saat dewasa akan kurang produktif dan penghasilan berkurang sehingga akan terus berada di bawah garis kemiskinan. Berdasarkan data WHO tahun 2016, lebih dari 25% jumlah anak yang berumur dibawah lima tahun yaitu sekitar 165 juta anak mengalami stunting. Sedangkan pada tahun 2010-2016 Indonesia menduduki peringkat kelima prevalensi stunting tertinggi di Asia. Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, prevelensi anak balita stunting di Indonesia sebesar 30,8% untuk skala Nasional (apabila masalah stunting masih di atas 20% maka merupakan masalah kesehatan masyarakat) (WHO 2016).

Stunting merupakan ancaman utama terhadap kualitas sumberdaya manusia, juga ancaman terhadap kemampuan daya saing bangsa. Hal ini dikarenakan anak stunting, bukan hanya terganggu pertumbuhan fisiknya (bertubuh pendek/kerdil) saja, melainkan juga terganggu perkembangan otaknya, yang mana tentu akan sangat mempengaruhi kemampuan dan prestasi di sekolah, produktivitas, dan kreativitas di usia-usia produktif.

Hasil penelitian mengenai model pengendalian faktor resiko stunting pada anak usia di bawah tiga tahun mengungkapkan bahwa riwayat pemberian ASI dan makanan pendamping asi (MPASI) kurang baik akan mempengaruhi terjadinya stunting (66%). Berbagai penelitian tentang stunting dan literatur yang ada diketahui bahwa selain penyakit infeksi, stunting berhubungan juga dengan defisiensi zat gizi makro dan mikro seperti protein, zat besi, zink, kalsium, dan vitamin D, A dan C. Lebih lanjut diketahui bahwa stunting merupakan indikator yang sensitif untuk keadaan sosial ekonomi yang buruk dan prediktor morbiditas serta mortalitas jangka panjang (Kusumawati, Rahardjo, dan Sari 2015).

MPASI yang diberikan kepada anak harus kaya akan zat gizi dan pengolahannya harus aman. Berdasarkan panduan WHO pemberian makanan MPASI yang mengandung empat kelompok bahan makanan seperti karbohidrat, protein, lemak, dan serat akan membantu meningkatkan pertumbuhan anak dan mencegah stunting. Hal-hal yang perlu

diperhatikan dalam pemberian MPASI pada anak yaitu frekuensi, jumlah, tekstur, ragam bahan makanan, cara pemberian makan agar tepat sesuai dengan usia anak. Selain itu, penting juga memperhatikan aspek keamanan dalam pengolahan (minimal cuci tangan sebelum memasak, selesai memasak, dan pada saat akan memberikan makan pada anak) agar anak terhindar dari *food borne diseases*. Penyimpanan MPASI sebelum diberikan atau ketika ada yang tersisa ini pun perlu diperhatikan (waktu simpan) agar senantiasa aman untuk dikonsumsi anak. Apalagi dalam masa pandemi Covid-19 seperti sekarang ini, daya tahan tubuh anak perlu ditingkatkan dengan pemberian MPASI yang tepat baik dari kandungan gizi maupun kersihan dan keamanannya.

Pandemi Covid-19 yang sedang berlangsung saat ini juga berdampak pada ekonomi dan keuangan keluarga sehingga berdampak pula pada akses pangan keluarga. Untuk memenuhi makanan sehat dalam keluarga tidaklah harus dari bahan makanan yang mahal tetapi dapat di optimalkan kandungan gizinya dari makanan lokal sehingga pelatihan pembuatan MPASI ini diperlukan untuk mendukung tujuan tersebut. Selain itu, pemilihan MPASI dari bahan pangan lokal bisa dikreasikan sedemikian rupa sehingga dapat dijadikan lahan usaha untuk mendukung ekonomi lokal.

Secara administratif, luas wilayah Kecamatan Tanah Sareal sebesar 1.970 Ha yang terdiri dari 11 Kelurahan (Kedung Waringin, Kedung Jaya, Kebon Pedes, Tanah Sareal, Kedung Badak, Sukaresmi, Sukadamai, Cibadak, Kayumanis, Mekarwangi, dan Kencana), 135 RW dan 669 RT dengan batas wilayah sebelah utara berbatasan dengan Kabupaten Bogor, sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Bogor Utara, sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Bogor Barat, sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Bogor Tengah. Jumlah penduduknya pada Tahun 2017 yaitu 232.598 jiwa dengan sebaran tertinggi berada dalam keluarga sejahtera 11 (51, 10%). Berdasarkan data maka diketahui bahwa jumlah balita di Kecamatan Tanah Sareal tahun 2016 yaitu 18.430 jiwa dengan 9509 diantaranya berjenis kelamin laki-laki dan 8921 diantaranya berjenis kelamin

perempuan (Kecamatan Tanah Sareal Dalam Angka 2020). Data gizi di wilayah tersebut menunjukkan bahwa cakupan pemberian MPASI di 11 kelurahan masih rendah yaitu < 50%, disamping itu data cakupan penimbangan balita juga masih < 50% (D/S) sehingga masih ditemui kasus kurang gizi dan gizi buruk di Kecamatan Tanah Sareal.

Pemberdayaan Masyarakat Pada Masa Pemulihan Covid-19 Melalui Pelatihan Pengolahan dan Pemasaran MPASI Lokal diharapkan dapat menjadi sarana untuk memberikan edukasi kepada para ibu mengenai pentingnya pemberian makanan tambahan selain ASI untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga stunting dapat dicegah, serta bagaimana ibu bisa membuat MPASI dari bahan lokal yang relatif murah tetapi kaya gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sehari-hari sekaligus untuk meningkatkan ekonomi keluarga melalui pemasaran MPASI lokal yang efektif.

## **Metode Pelaksanaan**

Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan PKM di Kecamatan Tanah sareal yaitu:

1. *Model Participatory Rural Appraisal (PRA)* yang menekankan keterlibatan masyarakat dalam keseluruhan kegiatan mulai dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi program kegiatan.
2. *Model Participatory Tecnology Development* yang memanfaatkan teknologi tepat guna yang berbasis pada ilmu pengetahuan dan kearifan budaya lokal.
3. *Model Community Development* yaitu pendekatan yang melibatkan masyarakat secara langsung sebagai subyek dan obyek pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
4. Persuasif yaitu pendekatan yang bersifat himbauan dan dukungan tanpa unsur paksaan bagi masyarakat untuk berperan aktif dalam kegiatan ini.
5. Edukatif yaitu pendekatan sosialisasi, pelatihan dan pendampingan sebagai sarana transfer ilmu pengetahuan dan pendidikan untuk pemberdayaan masyarakat.

Secara teknis, pelaksanaan kegiatan PKM di Kecamatan Tanah Sareal yaitu:

1. Persiapan. Pada tahap persiapan ini dilakukan untuk *Focus Discussion Group*

untuk menelaah masalah lebih dalam dan sosialisasi program secara lebih luas terhadap komponen masyarakat yang terlibat serta apa saja yang diperlukan selama pelaksanaan program.

2. Pelaksanaan kegiatan. Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan yaitu meliputi tahap 2 tahap, yaitu Tahap Pertama Sosialisasi ASI Eksklusif dan Cara Pemberian MPASI, sedangkan Tahap Kedua meliputi Pelatihan Pengolahan MPASI Lokal dan Pembinaan Pemasaran Produk MPASI.
3. Evaluasi dan monitoring kegiatan. Evaluasi dan monitoring kegiatan dilakukan secara periodik dengan melibatkan anggota pelaksana dan tokoh masyarakat desa dan Ibu PKK Kecamatan Tanah sareal. Evaluasi akan dilaksanakan secara menyeluruh untuk mengetahui derajat keberhasilan kegiatan berdasarkan target yang telah ditetapkan. Hasil evaluasi tahun pertama akan dijadikan dasar untuk pelaksanaan tahun berikutnya.

Berdasarkan diskusi awal dengan pihak mitra maka disepakati bahwa pelaksanaan kegiatan akan dilakukan di Kecamatan Tanah Sareal, dimana peserta merupakan kader posyandu Kelurahan Kedung Waringin, Kedung Jaya, Kebon Pedes, Tanah Sareal, Kedung Badak, Sukaesmi, Sukadamai, Cibadak, Kayumanis, Mekarwangi, dan Kencana dengan estimasi 8 bulan pelaksanaan meliputi persiapan hingga publikasi.

Alat dan bahan yang digunakan yaitu materi edukasi dengan media buku saku dan *infocus*. Selain itu bahan dan alat masak seperti panci, kukusan, kompor, talenan, pisau, baskom, serbet, sendok, garpu, mangkok, dan piring saji diperlukan untuk pelatihan pengolahan MPASI, serta alat tulis seperti kertas dan pulpen serta papan tulis kecil diperlukan untuk pembinaan pemasaran MPASI.

Materi yang akan disampaikan dalam sosialisasi ASI Eksklusif dan Cara Pemberian MPASI yaitu:

1. Masalah seputar ASI dan pemberian ASI (manfaat ASI eksklusif, cara menyusui yang benar, cara mengatasi permasalahan selama menyusui, dan cara agar ASI deras dan lancar).
2. Masalah seputar cara pemberian MPASI (manfaat MPASI, frekuensi pemberian

makan anak. jumlah makanan yang diberikan berdasarkan usia, tekstur makanan yang tepat sesuai dengan usia, cara mengolah MPASI berdasarkan usia, bahan makanan lokal yang bisa dipilih untuk meningkatkan gizi agar terhindar dari stunting dan meningkatkan daya tahan tubuh, cara pemberian makan yang benar, dan kebersihan selama pengolahan MPASI.

Pelatihan pengolahan MPASI akan dilakukan menggunakan pangan lokal yang banyak tersedia di wilayah Kecamatan Tanah Sareal dan pada pelatihan tersebut juga akan diajarkan kreasi makanan sehingga dapat dikomersialkan (dijual) untuk membantu ekonomi keluarga sepanjang pemulihan Covid-19. Makanan yang akan di buat sepanjang pelatihan berupa makanan pokok dan selingan (snack).

Pembinaan pemasaran produk MPASI dilakukan dengan cara diskusi dengan ibu-ibu peserta pelatihan pengolahan MPASI. Dalam diskusi tersebut akan dibahas mengenai bagaimana cara memasarkan makanan yang efektif di masa pandemik Covid -19 termasuk di dalamnya cara menghitung food cost (biaya produksi dan laba), pemilihan kemasan yang baik, cara menawarkan produk makanan kepada konsumen, pemilihan media pemasaran, dan pemantauan langsung untuk proses penjualan produk MPASI.

### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Tanah sareal secara luring tanggal 30 Sepetember – 1 Oktober 2021 dengan peserta yaitu perwakilan kader tiap kelurahan (11 kelurahan). Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini yaitu mengenai pencegahan stunting melalui pemberian ASI eksklusif dan pemberian MP-ASI. Pada kegiatan tersebut juga dilakukan pelatihan mengenai pembuatan MP-ASI yang mudah, murah, dan bergizi sebagai peluang untuk meningkatkan ekonomi keluarga pasca Covid-19 melalui sosialisasi pemasaran dan peningkatan keterampilan.

Alat bantu sosialisasi yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu buku saku, yang terbagi atas pecegahan stunting yang di dalamnya juga disinggung mengenai pemberian asi eksklusif

sebagai salah satu pemcegahan stunting di 1000 HPK yang disusun oleh Ibu Harna, SGz, MSi. Kemudian, buku saku mengenai makanan pendamping ASI yang disusun oleh Ibu Anugrah Novianti, SGz, M.Gizi dan buku saku mengenai higiene dan sanitasi dalam persiapan pembuatan MP-ASI yang disusun oleh Ibu Prita Dhyani Swamilaksita, SP, M.Si.



Gambar 1  
Pembukaan Kegiatan



Gambar 2  
Pembagian Buku Saku

Pada pelatihan pembuatan MP-ASI menu yang dibuat adalah Nasi Schotel, menggunakan bahan-bahan yang mudah dijumpai dan relatif terjangkau tetapi tetap dapat memenuhi kebutuhan gizi anak. Membuat menu sehat bagi balita tidaklah harus mahal. Bahan-bahan yang mudah diperoleh seperti tahu, wortel, daging ayam sanagt mudah diperoleh dapat dioleh menjadi bentuk yang menarik sehingga anak pun tergugah untuk makan. Menu ini juga dapat diaplikasikan untuk anak yang mengalami sulit makan sayur karena wortelnya

tidak terlihat (diparut) dan dikombinasikan dengan bahan sangat enak dan tidak terasa seperti makan sayuran dalam bentuk utuhnya.



Gambar 3  
Pelatihan Pembuatan MP-ASI

Selain membagikan ilmu membuat makanan sederhana tetapi bergizi, pelatihan ini juga dapat dijadikan sarana untuk meningkatkan keterampilan ibu-ibu dalam mengolah makanan yang bisa dijual untuk meningkatkan ekonomi keluarga. Apalagi di masa *new normal* ini dimana banyak keluarga yang mengalami pemutusan hubungan kerja atau mengalami kesulitan ekonomi. Hal ini tentunya dapat menjadi alternatif usaha rumah tangga.

Menu tersebut dipilih karena mudah dibuat, bahannya bisa diganti sesuai selera dan rasanya sudah pasti sesuai dengan selera anak yang gurih. Nilai gizi yang dikandung dari menu tersebut yaitu 144 kalori, 8,5gram protein, 4,5 gram lemak, dan 17 gram karbohidrat. Menu ini dapat diaplikasikan menjadi menu selingan ataupun menu utama dengan porsi yang lebih besar karena pada saat pelatihan porsinya dibuat lebih kecil untuk peserta mencicipi. Apabila dilihat dari harga pokok produksinya, menu tersebut masih dapat dijangkau dengan harga pokok per porsi kecil yaitu Rp. 6286. Apabila ingin dijual maka biasanya ditambah 25-30% dari harga pokok produksi yaitu sekitar Rp 7900-8200 per cup.

Kelebihan produk ini apabila dipasarkan yaitu sesuai dengan karakter rasa yang disukai anak, mudah dibuat, menu menyesuaikan dengan perkembangan makanan masa kini.

Tentu saja ini hanya salah satu alternative dari banyak menu sederhana lainnya yang bisa dijual di rumah tangga. Hal yang menjadi pokok materi pemasaran adalah bahwa MP-ASI dapat dijadikan salah satu peluang usaha di era new normal karena tidak semua orang paham bahwa makanan bergizi tidak harus mahal dan banyak wanita yang terlibat dalam pekerjaan di luar rumah sehingga tidak ada waktu untuk membuat makanan sehat di rumah. Produk MP-ASI yang banyak beredar di pasaran selama ini terbatas pada bentuk dan tekstur yang kurang beragam dan harganya yang relatif mahal dengan kandungan gizi yang kurang memenuhi kebutuhan.

### **Kesimpulan**

Pertumbuhan dan perkembangan harus didukung oleh pemberian MP-ASI yang memadai dan tidak harus mahal untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi harian anak. Bahan pangan lokal yang mudah ditemui dapat dijadikan kreasi MP-ASI yang sehat, selain itu dapat dijadikan potensi untuk meningkatkan ekonomi keluarga.

### **Daftar Pustaka**

- BPS 2020. Kematan Tanah Sareal Dalam Angka 2020. Badan Pusat Statistik Kota Bogor (<https://bogorkota.bps.go.id>).
- Izwardy, D. 2018. Praktik Pemberian Makanan Bayi Dan Anak (Pmba) Untuk Perubahan Perilaku Pemenuhan Asupan Gizi Anak Dalam Upaya Pencegahan Stunting. [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_60248a365b4ce1e/files/1PAPARAN-STUNTING-DIR.GIZI\\_1222.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_60248a365b4ce1e/files/1PAPARAN-STUNTING-DIR.GIZI_1222.pdf) (diakses 26 Oktober 2020).
- Kusumawati, Rahardjo, dan Sari. 2015. Model Pengendalian Faktor Risiko Stunting pada Anak Usia di Bawah Tiga Tahun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional* 9(3): 249-256.
- Profil Kecamatan Tanah Sareal 2019. Kecamatan Tanah Sareal, Bogor, Jawa Barat.
- Kemenkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kemenkes RI. 2019. Riset Kesehatan dasar 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.