

Pelatihan Pembuatan MPASI Tinggi Protein PROTIAS kepada Kader Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Sukorambi Kabupaten Jember

^{1*}Arisanty Nur Setia Restuti, ¹Adhiningsih Yulianti, ²Arisona Ahmad, ²Sugeng Hartanto, ¹Endang Widyawatiningrum, ¹Vita Nurmasyitah, ²Rendy Chairul Ramadhany

¹ Department of Health, Politeknik Negeri Jember

² Department of Business, Politeknik Negeri Jember

*Penulis korespondensi, email: arisanty@polije.ac.id

(Received: 26 December 2024/Accepted: 30 June 2025/Published: 30 June 2025)

Abstrak

Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan mengembangkan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) tinggi protein dan zat gizi lainnya yang diperlukan anak untuk pertumbuhan yang optimal serta pemberian edukasi kesehatan. PROTIAS merupakan MP-ASI tinggi protein berbasis tepung beras sehat Polije kombinasi tepung daging ikan lele. Beras sehat Polije merupakan beras tanpa poles yang memiliki kandungan zat gizi lebih tinggi dibandingkan dengan beras poles seperti serat, karbohidrat kompleks, vitamin B kompleks dan mineral. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan pelatihan kepada kader posyandu tentang pembuatan MPASI PROTIAS berbahan baku tepung beras kombinasi tepung daging ikan lele sebagai menu sehat pendamping ASI yang di wilayah kerja Puskesmas Sukorambi Kabupaten Jember. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Oktober 2024, berlokasi di Kantor Desa Duku Mencek Kecamatan Sukorambi Kabupaten Jember. Pelatihan pembuatan MP-ASI PROTIAS dilakukan dengan metode demonstrasi terkait cara pembuatan dan pengolahan MP-ASI berbasis tepung beras sehat Polije kombinasi tepung daging ikan lele. Kegiatan pelatihan dipandu oleh dosen, serta melibatkan teknisi dan mahasiswa. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam mendampingi balita stunting. Selain itu dari kegiatan ini kader posyandu dapat memanfaatkan bahan lokal yang relatif murah namun bergizi tinggi sebagai bahan MP ASI bagi balita stunting.

Kata Kunci : pelatihan, MPASI, tinggi protein, lele

Abstract

Stunting prevention developing high-protein complementary foods (MP-ASI) and other nutrients needed by children for optimal growth and providing health education. PROTIAS is a high-protein MP-ASI based on Polije healthy rice flour combined with catfish meat flour. Community service activities are carried out by providing training to posyandu cadres on making PROTIAS MPASI made from rice flour combined with catfish meat flour as a healthy menu MPASI in the Puskemas Sukorambi working area, Jember. The activity was carried out in October 2024, located at the Duku Mencek Village Office, Sukorambi District, Jember. The training on making PROTIAS MP-ASI was carried out using a demonstration method related to how to make and process MP-ASI based on Polije healthy rice flour combined with catfish meat flour. The training activities were guided by lecturers, and involved technicians and students. Through this community service activity, it is expected to improve the knowledge and skills of posyandu cadres in assisting stunted toddlers. In addition, it is hoped that posyandu cadres can also utilize relatively cheap but highly nutritious local materials as MP ASI ingredients for stunted toddler.

Keywords : training, MPASI, high protein, catfish

1. Pendahuluan

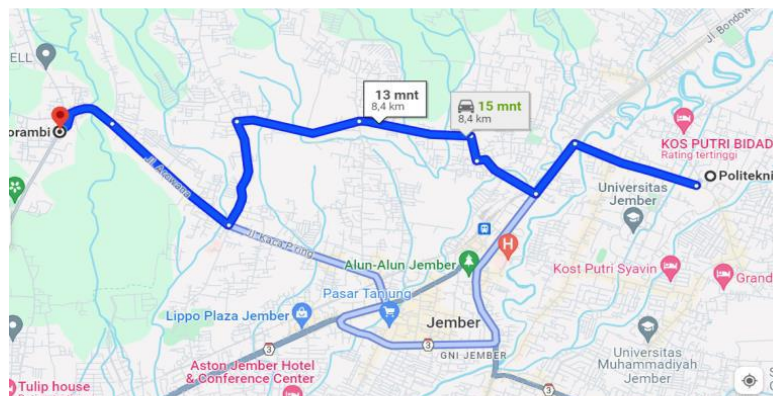
Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis, penyakit infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai (WHO,2021). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,6%, masih di atas standar yang ditetapkan WHO (Kementerian Kesehatan RI,2022). Prevalensi stunting di Jember pada tahun 2022 masih mencapai angka tertinggi di Jawa Timur yaitu sekitar 34,9% (Dinas Kesehatan Jember, 2022).

Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan mengembangkan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) tinggi protein dan zat gizi seperti zat besi, zink, natrium yang diperlukan anak untuk pertumbuhan yang optimal, dengan cara pemilihan jenis makanan yang tepat. PROTIAS merupakan MP-ASI tinggi protein berbasis tepung beras sehat Polije kombinasi tepung daging ikan lele. PROTIAS mempunyai kandungan energi total 384,86 (kcal/100g); kadar abu 3,11%; kadar air 7,55%; karbohidrat 51,09%; lemak total 5,5%; protein 32,75%; natrium 390,55 mg/100g; zink 2,32 mg/100g; zat besi 1,62 mg/100g; densitas kamba 0,62 + 0,01 g/ml; serta hasil pemeriksaan cemaran bakteri *Escherichia coli* dan *Salmonella sp* dinyatakan negatif (Rahmawati dkk, 2023). Dapat disimpulkan keunggulan beras sehat polije adalah bebas pestisida dan tinggi zat besi dan zink.

Kecamatan Sukorambi menempati urutan pertama kejadian stunting dengan prosentase sebesar 19,10%. Puskesmas Sukorambi mempunyai kader posyandu yang aktif dalam pendampingan balita stunting. Hal ini terlihat dari adanya kegiatan pendampingan dalam pemenuhan gizi, pemberian ASI eksklusif hingga bayi usia 6 bulan, dan informasi terkait MP-ASI yang sehat. Namun pelaksanaan dilapangan terdapat kendala karena kurangnya keterampilan dan pengetahuan kader dalam menerapkan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari, serta kurangnya pemahaman tentang informasi dan cara menerapkan ragam bahan makanan lokal terkait pembuatan MP-ASI yang sehat bagi balita stunting. Sehingga pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan bertujuan untuk meningkatkan keterampilan Kader Posyandu dan keluarga balita stunting dalam membuat MP-ASI. Selain itu diharapkan kader posyandu juga dapat memanfaatkan bahan lokal yang relatif murah namun bergizi tinggi sebagai bahan MP ASI bagi balita stunting.

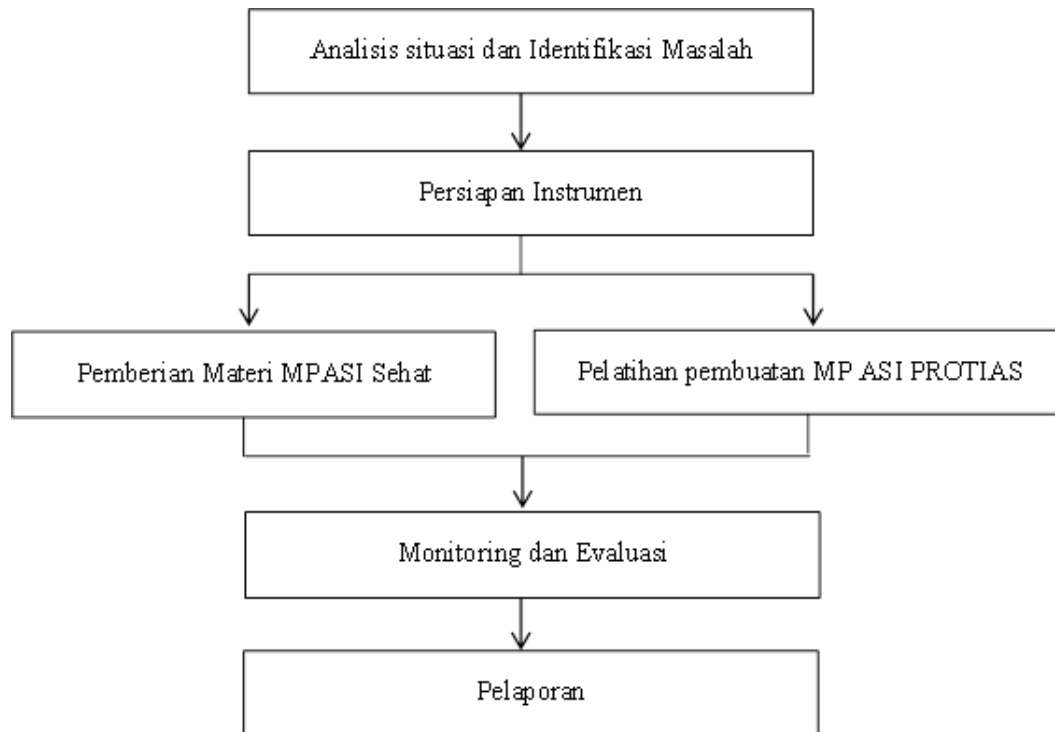
2. Metode

Lokasi pengabdian masyarakat dilakukan diwilayah Puskesmas Sukorambi Kabupaten Jember. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan selama 3 bulan (Agustus – Oktober 2024). Adapun lokasi pengabdian dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Lokasi Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dibagi menjadi tiga tahap kegiatan yaitu meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan monitoring evaluasi. Persiapan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu koordinasi awal dengan mitra di Kecamatan Sukorambi Jember seperti Kepala Puskesmas, Kader Posyandu, Tokoh Masyarakat, dan masyarakat setempat di Kecamatan Sukorambi, persiapan materi pelatihan dan penyediaan bahan baku MPASI PROTIAS, persiapan peralatan pembuatan MPASI PROTIAS. Selanjutnya tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan selama 3 bulan yaitu Agustus sampai Oktober 2024 dengan materi tentang pelatihan pembuatan MPASI PROTIAS. Pada tahap ketiga yaitu monitoring evaluasi dengan pihak puskesmas Sukorambi dan Polije. (Gambar 2).



Gambar 2. Alur Kegiatan Pengabdian Masyarakat

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan mendiskusikan permasalahan yang dialami oleh puskesmas Sukorambi yaitu rendahnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, rendahnya ketrampilan kader tentang pemanfaatan bahan lokal untuk pembuatan MP ASI bagi bayi stunting, sehingga solusi yang ditawarkan berupa pelatihan pembuatan MPASI PROTIAS bagi para kader posyandu di wilayah Kecamatan Sukorambi. Secara terperinci rangkaian kegiatan ini dibagi menjadi tiga tahap yaitu tahap perencanaan, pelaksanaan, monitoring evaluasi dan pelaporan yang akan dijelaskan sebagai berikut.

3.1. Perencanaan

Perencanaan kegiatan dilakukan di awal saat rancangan program kegiatan dibuat. Kegiatan perencanaan meliputi berbagai tahapan seperti melakukan koordinasi awal dengan mitra di Kecamatan Sukorambi Jember seperti Kepala Puskesmas, Kader Posyandu, Tokoh Masyarakat, dan masyarakat setempat di Kecamatan Sukorambi. Melakukan pengurusan perizinan pada pejabat yang berwenang. Analisis situasi melalui observasi dan wawancara langsung untuk mengetahui permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh pihak mitra. Tim

pengusul Pengabdian Kepada Masyarakat melakukan persiapan instrumen yang akan digunakan untuk pelaksanaan kegiatan (Gambar 3 dan Gambar 4).



Gambar 3. Bahan baku MPASI PROTAS (Tepung Lele)



Gambar 4. Persiapan Peralatan Pelatihan

3.2. Pelaksanaan pemberian materi MPASI sehat

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan secara luring di Kantor Desa Dukuh Mencek. Kegiatan tersebut dihadiri oleh seluruh kader posyandu Kecamatan Sukorambi yang berjumlah 22 orang. Pemberi materi pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dosen dibantu oleh teknisi dan mahasiswa Politeknik Negeri Jember. Materi yang diberikan berupa pentingnya pembuatan MPASI yang sehat dan berbagai jenis bahan lokal yang bisa dimanfaatkan untuk membuat MPASI sehat (Gambar 5 dan Gambar 6).



Gambar 5. Penyampaian Materi MPASI



Gambar 6. Materi MPASI

3.3. Pelaksanaan Pelatihan pembuatan MPASI PROTIAS

Pelatihan pembuatan MPASI PROTIAS dilaksanakan setelah kader posyandu mendapatkan materi dasar tentang keanekaragaman MPASI sehat. Praktik pembuatan MP-ASI yang sehat dengan demonstrasi cara pembuatan dan pengolahan MP-ASI berbasis tepung beras sehat Polije kombinasi tepung daging ikan lele. Kegiatan pelatihan dipandu oleh tim pengusul yang merupakan tenaga pengajar di prodi Gizi Klinik, serta melibatkan teknisi dan mahasiswa. Pada kegiatan pengabdian mitra juga diberikan MP-ASI berbasis tepung beras sehat Polije kombinasi tepung daging ikan lele yang telah diformulasikan oleh tim pengusul. Melalui kegiatan ini diharapkan mitra sasaran dapat lebih memanfaatkan bahan-bahan lokal yang relatif lebih murah namun bergizi tinggi dan bermanfaat bagi Kesehatan. Monev kegiatan pengabdian ini berupa peningkatan pengetahuan ketrampilan para kader dengan cara wawancara dan praktek langsung pembuatan MPASI PROTIAS (Gambar 7).



Gambar 7. Pelatihan pembuatan MPASI PROTIAS

4. Simpulan

Pengetahuan dan keterampilan dalam membuat MPASI PROTIAS telah diberikan kepada kader posyandu di puskesmas Sukorambi Kabupaten Jember. Pengetahuan dan keterampilan yang diberikan ini bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan dari kader dalam mendampingi ibu dan balita stunting. Selain itu juga meningkatkan keterampilan dan pengetahuan kader dalam memanfaatkan bahan lokal dalam pembuatan MPASI yang sehat, bergizi, dan bernilai ekonomis. Selanjutnya diperlukan pengembangan terkait pemanfaatan tepung lele menjadi berbagai olahan bergizi untuk balita.

5. Persantunan

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada Politeknik Negeri Jember atas pendanaan PNPB tahun 2024 pada Program Pengabdian kepada Masyarakat Skema Pengabdian Pemberdayaan Masyarakat, sesuai dengan Surat Perjanjian Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat No: 717/PL 17.4/PM/2024.

6. Referensi

- Dinas Kesehatan Kabupaten Jember. 2022. *Persebaran Prosentase Stunting Berdasarkan Wilayah Kerja Puskesmas*. Jember.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. *Status Gizi SSGI 2022*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Novianti, E., Ramdhanie, G.G., dan Purnama, D. 2021. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) Dini: Studi Literatur. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada*, 21(2): 344-367. Available Online at: https://ejurnal.universitaskbth.ac.id/index.php/P3M_JKBTH/article/view/765/0.
- Rahmawati D., Yulianti A., Jannah M., dan Fitriyah D. 2023. *Pengembangan MPASI Tinggi Protein Kombinasi Beras Sehat Polije dengan Tepung Ikan Lele Sebagai Inovasi Produk Pencegahan Stunting di TEFA NCC*. Laporan Penelitian Terapan. Politeknik Negeri Jember.
- Rokhmah D., Ma'rufi I., Rohmawati N., Moelyaningrum AD., Hidayati MN., dan Bahyu R. 2021. Sanitasi Lingkungan dan Status Gizi pada Keluarga dengan Balita Stunting di Kabupaten Jember: Perspektif Petugas Kesehatan di Puskesmas. *Prosiding Seminar Nasional 5th*

Public Health Leadership Peran Strategis Pemerintah Daerah dalam Pencegahan Stunting.

- Ulfah IF., dan Nugroho AB. 2020. Menilik Tantangan Pembangunan Kesehatan di Indonesia: Faktor Penyebab Stunting di Kabupaten Jember. *Jurnal Sosial Politik*, 6(2), 201-203.
- World Health Organization. 2021. *Levels and Trends in Child Malnutrition Key Findings of the 2021 edition of Joint Child Malnutrition Estimates*. Geneva.



© 2025 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC-BY-NC-ND) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).