



Penyuluhan Pencegahan Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Olahan Mp-Asi Pada Generasi Z

¹ Tia Syafira¹, ²Fanny Novianti, ³Erni Diah Susanti, ⁴Linda Suwarni

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Pontianak. Jl. Jenderal Ahmad Yani No.111,
Kota Pontianak, Provinsi Kalimantan Barat, Indonesia, Kode Pos 78124

*Corresponding Author e-mail: linda.suwarni@unmuhpnk.ac.id

Received: November 2023; Revised: November 2023; Published: November 2023

Abstrak: Permasalahan stunting menjadi fokus pemerintah, karena status kesehatan anak menjadi indikator utama kualitas kesehatan. Setiap daerah memiliki pangan lokal yang kaya akan nutrisi, namun masih belum banyak generasi Z memanfaatkan dalam olahan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Masih minim pengetahuan generasi Z ini adalah salah satu penyebabnya. Pemanfaatan pangan lokal dalam olahan MP-ASI menjadi salah satu strategi dalam pencegahan stunting. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal dalam olahan MP-ASI pada generasi Z di Desa Terap, Kecamatan Toho, Kabupaten Mempawah, Kalimantan Barat. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini melalui penyuluhan dan demonstrasi pembuatan MP-ASI berbahan dasar pangan lokal yang kaya nutrisi. Mitra yang terlibat dalam pengabdian ini adalah generasi Z yang memiliki anak usia 6-24 bulan sebanyak 11 orang. Hasil kegiatan pengabdian ini diperoleh bahwa terdapat peningkatan pengetahuan tentang pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal dengan rata-rata skor pengetahuan peserta penyuluhan pada saat pre-test sebesar 60,53 dan post-test sebesar 93,5, dengan kenaikan pengetahuan sebesar 54,6%. Diperlukan pendampingan oleh kader dan bidan desa dalam pemanfaatan pangan lokal dalam olahan MP-ASI sebagai upaya pencegahan stunting.

Kata Kunci : Pencegahan Stunting, Pangan Lokal, Penyuluhan

Counseling On Stunting Prevention Through The Use Of Local Food In Processed Mp-Asi In Generation Z

Abstract: The problem of stunting is the government's focus, because children's health status is the main indicator of health quality. Every region has local food that is rich in nutrients, but not many Generation Z people use it to prepare complementary foods for breast milk (MP-ASI). Generation Z's lack of knowledge is one of the reasons. Utilizing local food in processing MP-ASI is one of the strategies for preventing stunting. The aim of this service activity is to provide education about stunting prevention through the use of local food in processed MP-ASI for generation Z in Terap Village, Toho District, Mempawah Regency, West Kalimantan. The method for implementing this service activity is through counseling and demonstrations on making MP-ASI made from local food that is rich in nutrients. The partners involved in this service are generation Z who have 11 children aged 6-24 months. The results of this service activity showed that there was an increase in knowledge about preventing stunting through the use of local food with the average knowledge score of counseling participants during the pre-test of 60.53 and post-test of 93.5, with an increase in knowledge of 54.5%. Assistance is needed by cadres and village midwives in the use of local food in MP-ASI processing as an effort to prevent stunting.

Keywords: Stunting Prevention, Local Food, Counseling

How to Cite: Syafira, T., Novianti, F., Susanti, E. D., & Suwarni, L. (2023). Penyuluhan Pencegahan Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Olahan Mp-Asi Pada Generasi Z. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 5(4), 721–728. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i4.1487>



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i4.1487>

Copyright© 2023, Syafira et al

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) License.



PENDAHULUAN

Permasalahan stunting saat ini menjadi fokus pemerintah dalam status kesehatan anak menjadi indikator utama dalam pengambilan keputusan tentang kualitas dari kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, pemerintah perlu mencegah terjadinya stunting, salah satunya adalah memberikan edukasi dan informasi kepada masyarakat (Sofiana, Yuliono, Warsiah, & Safitri, 2021).

Penyebab stunting yang sering ditemukan seperti kurangnya pengetahuan, asupan gizi selama kandungan dan setelah melahirkan dan terbatasnya akses layanan kesehatan yang didapatkan, serta kurangnya fasilitas air bersih dan sanitasi. Oleh karena itu, diperlukan peningkatan gizi, pendidikan, dan akses air bersih (Puspitasari, Putra, & Amir, 2021). Adapun faktor langsung yang mempengaruhi kejadian stunting seperti malnutrisi ibu, kehamilan dini, gizi kurang, ASI tidak eksklusif, dan penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung seperti pelayanan kesehatan, pendidikan, sosial budaya dan kebersihan lingkungan (Rahmawati, Bagata, Raodah, & Almah, 2020).

Pencegahan stunting pada periode emas (*Golden age*) melalui pemberian makanan pendamping ASI diberikan mulai dari usia 6-24 bulan (Anandita & Gustina, 2022). Pemberian MP-ASI dini sebelum usia 6 bulan akan mempengaruhi permasalahan dimasa berikutnya. (Mufida, Widyaningsih, & Malingan, 2015)

Desa Terap, Kecamatan Toho Kabupaten Mempawah, terdapat 8 desa dengan jumlah penduduk sebanyak 307.742 jiwa dari sekian banyak desa terdapat salah satu desa yang dijadikan lokus stunting adalah Desa Terap. Atas dasar tersebut, program kerja di Desa Terap sudah mengarah pada kegiatan pencegahan stunting yang dimasukkan dalam program posyandu. Bersama dengan hal ini, tim pengabdian masyarakat melakukan kegiatan yang bekerja sama dengan program desa serta posyandu melalui kegiatan ini diharapkan adanya peningkatan wawasan dan pengetahuan masyarakat khususnya bagi orang tua atau calon orang tua tentang stunting dan menjadi dasar untuk menjaga agar keturunannya tidak terkena stunting.

Generasi Z adalah generasi kelahiran 1997 – 2012, yang proporsinya sebesar 27,94% (Kemendikbudristek, 2021). Generasi Z memiliki karakteristik media sosial dan teknologi namun kesulitan dalam identifikasi dirinya (Tulgan, 2013). Generasi Z di Desa Terap merupakan generasi yang akan memasuki bonus demografi. Sebagian dari mereka sudah menikah, dan memiliki anak. Potensi pangan lokal yang ada di lingkungan desa belum banyak diketahui oleh mereka, sehingga belum termanfaatkan dengan baik. Padahal pangan lokal yang ada banyak mengandung nutrisi yang bermanfaat bagi pertumbuhan anak.

Didukung dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pangan lokal berupa ikan yang diolah dalam MP-ASI memiliki kandungan gizi yang tinggi (Sineke & Kawuluan, 2020; Simanjuntak, 2023). Pangan lokal mengandung karbohidrat, protein, lemak, dan mineral yang sangat diperlukan dalam masa tumbuh kembang seorang anak (Husnah, et al., 2022). Metode penyuluhan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan tentang pemanfaatan pangan lokal dalam pencegahan stunting (Sutyawan & Wicaksono, 2022). Didukung kegiatan pengabdian sebelumnya, penyuluhan

menjadi metode yang efektif dalam peningkatan pengetahuan (Astreansyah, Yustandi, Mayandari, & Suwarni, 2021; Selviana & Suwarni, 2023).

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal dalam olahan MP-ASI pada generasi Z di Desa Terap, Kecamatan Toho, Kabupaten Mempawah, Kalimantan Barat.

METODE PELAKSANAAN

Pada kegiatan dilaksanakan di Aula kantor dan Rumah Kader Posyandu didesa Terap Kecamatan Toho Kabupaten Mempawah. Sasaran kegiatan pengabdian ini kepada kelompok generasi z yang sudah menikah, tergabung dalam pemuda adat dayak dan memiliki anak usia 6-24 bulan, yaitu sejumlah 11 orang. Kegiatan ini tanggal 10 – 15 Juli 2023. Tahapan kegiatan ini antara lain sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi berbagai permasalahan, potensi pangan lokal dan upaya pencegahan stunting pada generasi Z yang tergabung pada pemuda adat Dayak di Desa Terap Kecamatan Toho Kabupaten Mempawah.
2. Melakukan koordinasi dengan kepala Desa Terap dan Tokoh Pemuda Adat Dayak Desa Terap
3. Menyusun rencana pelaksanaan kegiatan pengabdian dan menyiapkan media edukasi seperti Demonstrasi Pencegahan
4. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan pemanfaatan pangan lokal dalam olahan MP-ASI.

Mitra dalam kegiatan ini merupakan kelompok pemuda adat Dayak yang ada di Desa Terap, Kecamatan Toho, Kabupaten Mempawah, khususnya yang masuk dalam usia generasi Z, yaitu kelahiran tahun 1997-2012. Pemilihan generasi pada kelompok usia ini karena merupakan usia produktif dan menjadi agen pembaharu di masa mendatang. Generasi Z pada saat ini di Desa Terap, sudah tidak begitu paham tentang pemanfaatan pangan lokal, dan atau kearifan lokal (termasuk tanaman obat keluarga) yang kaya akan khasiat atau manfaat. Selain itu, sebagian besar kelompok usia tersebut di desa ini sudah menikah dan memiliki anak, sehingga diperlukan penyuluhan dan pendampingan lanjut dalam meningkatkan kesehatan anaknya sebagai generasi penerus bangsa di masa yang akan datang.

Evaluasi kegiatan ini menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui efektivitas kegiatan pengabdian yang dilakukan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan pangan lokal yang kaya gizi dalam olahan MP-ASI.

HASIL DAN DISKUSI

Tim pengabdian bersama pemerintah desa dan kader posyandu melakukan kegiatan peningkatan pengetahuan masyarakat dimana harapan dari kegiatan pengabdian ini bertambahnya pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stunting sejak dini.

Kegiatan ini diberikan dalam bentuk penyuluhan dalam bentuk meningkatkan pengetahuan generasi Z dalam pemanfaatan pangan lokal dalam olahan MP-ASI. Penyuluhan ini diikuti 11 orang generasi Z yang sudah menikah dan memiliki anak usia 6-24 tahun dengan menggunakan

powerpoint. Selain itu, mitra diberikan modul olahan MP-ASI. Berikut dokumentasi kegiatan penyuluhan:



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan

Tim pengabdian juga memberikan modul olahan MP-ASI berbahan dasar pangan lokal yang kaya nutrisi. Modul ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan dan panduan bagi ibu dalam mengolah pangan lokal dalam pembuatan MP-ASI. Berikut dokumentasi kegiatan:



Gambar 2. Pembagian Modul Olahan MP-ASI Berbasis Pangan Lokal

Kegiatan selanjutnya menerima materi maka dilanjutkan dengan pembagian MP-ASI yang diberikan menggunakan bahan pangan lokal dengan bahan dasar MP-ASI menggunakan Daun Kelor, ikan nila, ikan lele, tahu, tempe dan Telur Puyuh. Berikut dokumentasi dari kegiatan selanjutnya:



Gambar 2. Kegiatan pendampingan pembuatan olahan MP-ASI berbasis pangan Lokal

Hasil evaluasi yang diperoleh semakin meningkatkannya pengetahuan masyarakat dapat dilihat pada grafik berikut ini:

Tabel 1. Distribusi tingkat pengetahuan masyarakat

Pengetahuan	Pre Test	Post Test
	60,53	93,5

Sumber : Data Primer 2023

Dari hasil di atas menunjukkan bahwa mean *pretest* sebesar 60,53 dan mean *posttest* sebesar 93,5. Terdapat peningkatan skor sebesar 32,97 (terjadi kenaikan pengetahuan sebesar 54,6%). Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan penyuluhan dan pendampingan pembuatan MPASI berbasis pangan lokal.

Hasil kegiatan pengabdian ini sejalan dengan beberapa kegiatan pengabdian sebelumnya, penyuluhan meningkatkan pengetahuan mitra (Azpah, Ramadhan, Widjaya, Sari, & Sari, 2023; Fauzi, et al., 2023; Umiyah, 2023). Pemberian edukasi tentang pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal diharapkan dapat dipraktikkan oleh generasi Z yang memiliki anak usia 6-24 bulan sehingga dapat mencukupi nutrisi anak sebagai upaya pencegahan stunting. Pemberian MP-ASI yang kaya nutrisi efektif dalam pencegahan stunting (Rosita, 2021; Primihastuti, Rhomadona, & Intiyaswati, 2022).

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan melalui kegiatan penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan generasi Z tentang pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal. Terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 54,6%.

REKOMENDASI

Diharapkan generasi Z dapat melestarikan pangan lokal dalam pemanfaatan MP-ASI, sehingga dapat memberikan nutrisi yang memadai.

ACKNOWLEDGMENT

Ucapan terima kasih kepada Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi (Ditjen Diktiristek) melalui Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan (Belmawa) yang sudah membiayai kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) bidang Kewirausahaan Tahun 2023 serta Universitas Muhammadiyah Pontianak yang telah mendukung pengabdian kepada masyarakat ini sehingga dapat berjalan sukses dan lancar.

REFERENCES

- Anandita, M. Y., & Gustina, I. (2022). Pencegahan Stunting Pada Periode Golden Age Melalui Peningkatan Edukasi Pentingnya MP-ASI. *Al Ghafur : Jurnal Ilmiah Pengabdian pada Masyarakat*, 1, 79-86. <https://journal.unigha.ac.id/index.php/Alghafur/article/view/917/846>
- Astreansyah, T., Yustandi, Y., Mayandari, R., & Suwarni, L. (2021). Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Audiovisual dalam Meningkatkan Pengetahuan tentang Hipertensi. *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 22-27.
- Azpah, I. A., Ramadhan, I., Widjaya, I., Sari, M. I., & Sari, N. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Baduta dan Pentingnya Pemberian MP-ASI Mengenai Asupan Gizi Anak di Desa Mekarjaya Kabupaten Lebak Provinsi Banten. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 823-828.
- Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil, K. R. (t.thn.). Diambil kembali dari <https://data.kalbarprov.go.id/dataset/data-kependudukan-kecamatan-toho-kabupaten-mempawah-31-desember-2022>
- Fauzi, E., Ikhsan, M., Firison, J., Putra, E., Kusnadi, H., & Ishak, A. (2023). Efektivitas Sosialisasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Petani Dalam Administrasi Kelompok Di Kecamatan Bunga Mas Kabupaten Bengkulu Selatan. *JURNAL CITRA AGRI TAMA*, 19-25.
- Hamzah, S. R. (2020). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. 1. Diambil kembali dari Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada di Desa Muntoi Masyarakat Kabupaten Bolaang Mongondow
- Husnah, H., Sakdiah, S., Anam, A. K., Husna, A., Mardhatillah, G., & Bakhtiar, B. (2022). Peran Makanan Lokal dalam Penurunan Stunting. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 47-53.
- Indriyani, O., & Rahardjo, N. (2023). Edukasi Pentingnya MP-ASI Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Masa Golden Anak. 1. Diambil kembali dari <https://jurnal.uns.ac.id/jmc/article/view/71551>
- Kemendikbudristek. (2021). *Gen Z Dominan, Apa Maknanya bagi Pendidikan Kita?* Diambil kembali dari Pusat Standar dan Kebijakan Pendidikan Badan Standar Kurikulum dan Assesmen Pendidikan Kemendikbudristek:

- <https://pskp.kemdikbud.go.id/produk/artikel/detail/3133/gen-z-dominan-apa-maknanya-bagi-pendidikan-kita>
- Kurniasari, E., Diadjeng, W., Putri, R., & Jannah, M. (2023). Efektifitas Edukasi Menggunakan Media Audio Visual Dan E-Leaflet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu Dalam Pencegahan Stunting Di Masa Pandemi Covid-19. Diambil kembali dari <https://jurnal.stikesbup.ac.id/index.php/jks/article/view/146>
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Malingan, J. M. (2015). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Untuk Bayi 6 – 24 Bulan: Kajian Pustaka. *Jurnal Pangan Dan Agroindustri*, 3, 1646-1651. Diambil kembali dari <https://jpa.ub.ac.id/index.php/jpa/article/view/290>
- Nurhaeni, N., Rahman, L., Astuti, Syamsir, S., & Utami, A. R. (2023). Lombok Spices: Local Wisdom Approach as a Strategy to Strengthen MPASI Practices for Posyandu Cadres. 7, 1004-1012. doi:<https://doi.org/10.31849/dinamisia.v7i4.14621>
- Permatasari, T. A., Chadirin, Y., Yuliani, T., & Koswara, S. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Fortikasi Pangan Organik Berbasis Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. 4. Diambil kembali dari <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JPMT/article/view/9804/5646>
- Primihastuti, D., Rhomadona, S., & Intiyaswati, I. (2022). Pemberian Mp-Asi Optimal Dalam Upaya Mencegah Kejadian Stunting. *urnal Keperawatan*, 73-79.
- Puspitasari, A., Putra, W. D., & Amir, H. (2021). Pencegahan Stunting Pada Anak Di Desa Tamangapa. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 1, 05-08. Diambil kembali dari <https://media.neliti.com/media/publications/351964-pencegahan-stunting-pada-anak-di-desa-ta-6365d397.pdf>
- R.A., M. Y., & Gustina, I. (2022). Pencegahan Stunting Pada Periode Golden Age Melalui Peningkatan Edukasi Pentingnya Mpsi. Diambil kembali dari <https://journal.unigha.ac.id/index.php/Alghafur/article/view/917>
- Rahmawati, Bagata, D. T., Raodah, & Almah, U. (2020). Sosialisasi Pencegahan Stunting Untuk Meningkatkan Sumber Daya Manusia Unggul. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 79-84. doi:10.33474/jp2m.v1i2.6512
- Rosita, A. (2021). Hubungan Pemberian MP-ASI dan Tingkat Pendidikan terhadap Kejadian Stunting pada Balita: Literature Review. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 407-412.
- Selviana, S., & Suwarni, L. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Kader Stunting Di Kelurahan Binaan Pcm Pontianak Barat. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 1106-1113.
- Simanjuntak, R. (2023). Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Makanan. *Jambura Journal Of Health Science And Research*, 584-589.
- Sineke, J., & Kawulusan, M. (2020). Pemberian makanan ringan (biskuit) berbahan dasar pangan lokal tepung tulang ikan malalugis (decapterus spp) dan bihun dalam meningkatkan status gizi anak balita stunting usia 1-2 tahun. *Gizido*, 87-98.

- Sofiana, M. S., Yuliono, A., Warsiah, & Safitri, I. (2021). Pencegahan Stunting pada Anak di Desa Tamangapa Kec. Ma'rang Kab. Pangkep. 4. Diambil kembali dari <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/121>
- Sutyawan, N., & Wicaksono, A. (2022). Optimalisasi Pemanfaatan Pangan Lokal Yang Aman Dan Bergizi Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Ibul Kabupaten Bangka Barat. *Panrita Abdi - Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 565-577.
- Tulgan, B. (2013). *Meet Generation Z: The second generation within the giant "Millennial" cohort*. RainmakerThinking, Inc.
- Umiyah, A. (2023). engabdian Kepada Masyarakat Melalui Pemberian Penyuluhan Kesehatan Tentang Diabetes Melitus Gestasional Pada Ibu Hamil. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 214–221.