

# **CERIA BERSAMA: Implementasi Program Edukasi dan Demonstrasi Pembuatan MP-ASI untuk Mencegah Stunting di Desa Sidawangi, Kabupaten Cirebon**

## **(*CERIA BERSAMA*: Implementation of an Educational and Demonstration Program for Making *MP-ASI* to Prevent Stunting in Sidawangi Village, Cirebon)**

**Afifa Ahmi Nisa<sup>1\*</sup>, Sirfi Sarifah<sup>2</sup>, Jasmine Mutiara Indira Nurdin<sup>3</sup>, Syahira Fadhla<sup>2</sup>, Syifa Adawiyah<sup>4</sup>, Jumrotul Khasanah<sup>5</sup>, Aidil Amin Tozzar<sup>6</sup>, Daiva Aqilyanda Ramaditya<sup>7</sup>, Fendy Septyanto<sup>8</sup>**

<sup>1</sup> Departemen Ilmu Komunikasi dan Keluarga, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16680.

<sup>2</sup> Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16680.

<sup>3</sup> Departemen Biokimia, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16680.

<sup>4</sup> Departemen Ilmu Komputer, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16680.

<sup>5</sup> Departemen Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16680.

<sup>6</sup> Departemen Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Manajemen, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16680.

<sup>7</sup> Departemen Bisnis, Sekolah Bisnis, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Gunung Gede, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16128.

<sup>8</sup> Departemen Matematika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Dramaga, Bogor, Jawa Barat, Indonesia 16680.

\*Penulis Korespondensi: [afifaahminisa@apps.ipb.ac.id](mailto:afifaahminisa@apps.ipb.ac.id)

Diterima September 2024/Disetujui November 2024

### **ABSTRAK**

*Stunting* merupakan salah satu masalah gizi yang belum terselesaikan di Indonesia. Pada tahun 2023, provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi *stunting* di atas nasional dengan persentase 21,7 %. *Stunting* tidak hanya berdampak terhadap kesehatan, tetapi juga berdampak terhadap kualitas bangsa. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan dari ibu hamil dan ibu yang memiliki anak baduta. Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan (*Action Research*) melalui sosialisasi *stunting* dan demonstrasi pembuatan MP-ASI. Alat bantu yang digunakan adalah *leaflet*, PPT, kipas edukasi, serta *pre-test* dan *post-test* yang digunakan untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap. Hasil Kegiatan menunjukkan bahwa sudah lebih dari setengah responden yang memiliki pengetahuan yang baik terkait *stunting*. Secara keseluruhan, responden sudah mengalami peningkatan sikap, meskipun begitu masih ada 8.3% responden yang mengalami penurunan sikap. Kegiatan demonstrasi masak MP-ASI memberikan cara pembuatan MP-ASI kepada sasaran sehingga sasaran mengetahui cara pembuatan MP-ASI. Untuk mendukung keberlanjutan program, diharapkan mitra dapur DASHAT dapat memanfaatkan buku saku yang telah diberikan dalam pembuatan MP-ASI dan PMT kepada anak.

Kata kunci: demonstrasi, intervensi, MP-ASI, sosialisasi, *stunting*

## ABSTRACT

Stunting is one of the unresolved nutrition problems in Indonesia. In 2023, West Java province has a stunting prevalence above the national level with a percentage of 21.7%. Stunting not only affects health, but also affects the quality of the nation. The purpose of this activity is to improve the knowledge, attitudes, and skills of pregnant women and mothers of under-five children. The method used was action research through socialization of stunting and demonstration of making complementary food. The tools used were leaflets, PPT, educational fans, as well as pre-test and post-test used to measure changes in knowledge and attitudes. The results showed that more than half of the respondents had good knowledge related to stunting. Overall, respondents have experienced an increase in attitude, even so there are still 8.3% of respondents who experience a decrease in attitude. The MP-ASI cooking demonstration activity provides ways to make MP-ASI to the target so that the target knows how to make MP-ASI. To support the sustainability of the program, it is expected that DASHAT kitchen partners can utilize the pocket book that has been given in making complementary food and PMT to children.

Keyword: demonstrasion, intervention, MP-ASI, socialization, stunting

## PENDAHULUAN

*Stunting* adalah sebuah masalah gizi kronis yang menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak dan menjadi salah satu isu krusial di Indonesia. *Stunting* merupakan kondisi yang menggambarkan status gizi kurang yang bersifat kronis pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak sejak awal masa kehidupan. Kekurangan gizi ini terjadi dalam waktu yang cukup panjang, sehingga pertumbuhan anak terhambat (Yuliani *et al.* 2023). Masalah *stunting* di Indonesia tidak dapat dipandang sebelah mata. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, namun juga berimplikasi luas terhadap kualitas sumber daya manusia dan pembangunan bangsa. Statistik PBB 2020 mencatat, lebih dari 149 juta (22%) balita di seluruh dunia mengalami *stunting*. Menurut SKI (2023), prevalensi *stunting* di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 21,5%. Provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi *stunting* di atas nasional dengan persentase 21,7 %. Cirebon merupakan kota yang berada di provinsi Jawa Barat yang juga memiliki kejadian *stunting* cukup tinggi, dengan prevalensi balita pendek di tahun 2023 sebesar 22,9% (SKI 2023).

*Stunting* membawa dampak buruk baik jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak *stunting* dalam jangka pendek pada seorang anak akan mengalami gangguan perkembangan otak, kecerdasan, gangguan metabolisme tubuh, gangguan pertumbuhan fisik, serta peningkatan biaya kesehatan. Sedangkan dalam jangka panjang, mereka mengalami perkembangan kognitif dan fisik yang tidak optimal, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit serta beresiko tinggi terkena penyakit degeneratif seperti diabetes, obesitas, jantung, kanker, stroke dan disabilitas pada usia lanjut (Ngainis 2020; Yadika 2019). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, namun juga berimplikasi luas terhadap kualitas sumber daya manusia dan pembangunan bangsa.

*Stunting* dapat disebabkan oleh dua faktor, yaitu faktor penyebab langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung *stunting* adalah asupan gizi yang tidak adekuat dan penyakit infeksi. Asupan gizi yang tidak adekuat seperti asupan energi dan protein yang tidak terpenuhi, asupan ini dapat terjadi sejak masa konsepsi sampai fase selanjutnya. Penyakit infeksi seperti diare dan ISPA. Faktor penyebab tidak langsung yang menyebabkan *stunting*, yaitu pemberian ASI tidak eksklusif, imunisasi dasar tidak lengkap, dan karakteristik keluarga (pendidikan, pekerjaan, status ekonomi, pola asuh) (Flora 2021). Selain itu, tingkat pengetahuan ibu sangat mempengaruhi kejadian *stunting* karena anak yang lahir dari ibu yang mempunyai pengetahuan gizi yang baik tidak terlalu

beresiko mengalami *stunting* daripada anak yang orang tuanya yang memiliki tingkat pengetahuan rendah (Kusumawardani *et al.* 2022).

Gizi buruk pada 1000 HPK pertama kehidupan anak dapat menyebabkan pertumbuhan terhambat yang tidak dapat diubah (*irreversible*) pada saat mereka sudah dewasa, seperti gangguan kognitif yang dapat mengurangi kinerja pada saat si anak telah dewasa (Probosiwi 2017; Rao 2020). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, namun juga berimplikasi luas terhadap kualitas sumber daya manusia dan pembangunan bangsa. Cara yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya kejadian *stunting* adalah dengan cara meningkatkan pengetahuan masyarakat, terutama ibu-ibu mengenai bahaya *stunting*. Selain itu, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat waktu dan bergizi seimbang merupakan salah satu upaya pencegahan *stunting* yang efektif (Chasanah & Achmad 2022). Namun, masih banyak masyarakat yang belum memahami pentingnya gizi seimbang dan cara membuat MP-ASI yang benar. Oleh karena itu, kegiatan sosialisasi yang dilakukan oleh kelompok Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) Inovasi IPB University bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya *stunting*, pentingnya pedoman gizi seimbang dan membuat MP-ASI yang bergizi.

## METODE PENERAPAN INOVASI

### Sasaran Inovasi

Program CERIA BERSAMA merupakan program yang dibentuk oleh mahasiswa KKNT-I IPB University sebagai bentuk upaya dalam mengurangi prevalensi *stunting* yang terdapat di Desa Sidawangi. Sasaran inovasi dari kegiatan ini adalah ibu-ibu hamil dan ibu-ibu yang memiliki anak berusia 12–23 bulan di Desa Sidawangi, Kabupaten Cirebon.

### Inovasi yang Digunakan

Inovasi yang digunakan pada pelaksanaan program CERIA BERSAMA melibatkan proses sosialisasi melalui metode ceramah dan demonstrasi. Hal ini dapat terlihat dalam penyampaian materi melalui power point, pemberian leaflet yang berisikan panduan penjelasan *stunting*, kipas 'isi piringku', prosedur pembuatan MP-ASI dengan menu steak tempe dengan saus jamur, serta pemberian buku saku MP-ASI yang mudah dibawa serta digunakan oleh peserta.

### Metode Penerapan Inovasi

Metode yang digunakan dalam program CERIA BERSAMA merupakan metode penelitian tindakan (*Action Research*) yang dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif, yang melibatkan program pendidikan kesehatan dan pelatihan (Marsia *et al.* 2023). Sebanyak 17 peserta, termasuk ibu hamil dan ibu dengan baduta dari Desa Sidawangi, berhasil dihadirkan pada program ini. Keseluruhan program terbagi menjadi dua agenda acara, yaitu penyampaian materi terkait *stunting* dan 'isi piringku' oleh narasumber, yaitu pihak puskesmas Desa Sidawangi yang kemudian dilanjutkan ke agenda selanjutnya, yaitu demonstrasi pembuatan MP-ASI untuk bayi berusia 12-23 bulan. Setiap peserta yang hadir akan diberikan *leaflet* yang berisikan panduan penjelasan *stunting*, 'isi piringku', serta prosedur pembuatan MP-ASI dengan menu *steak* tempe dengan saus jamur serta beberapa di antara peserta akan mendapatkan buku saku MP-ASI.

### **Lokasi, Bahan, dan Alat**

Program CERIA BERSAMA dilaksanakan sebanyak satu kali pertemuan pada Rabu, 17 Juli 2024 serta bertempat di Balai Desa Sidawangi. Alat dan bahan yang digunakan pada program ini di antaranya adalah *leaflet*, kuisisioner, buku saku, *laptop*, proyektor, seperangkat alat memasak, serta bahan untuk pembuatan menu MP-ASI *steak* tempe, *mushroom sauce*, dan *mashed potato*.

### **Pengumpulan dan Analisis Data**

Kuisisioner sebagai instrumen yang digunakan pada program ini akan mengukur penilaian terhadap pemahaman peserta terkait materi, tingkat efektivitas sosialisasi yang telah dilaksanakan, serta dijadikan sebagai bahan evaluasi pelaksanaan program CERIA BERSAMA. Kuisisioner dibagikan kepada seluruh peserta yang hadir sesaat sebelum dan setelah penyampaian materi dengan pertanyaan yang serupa. Kuisisioner yang telah diisi oleh peserta kemudian dikolektifkan dan dievaluasi menggunakan metode univariat. Hasil dari kuisisioner ini akan menentukan perubahan aspek pengetahuan serta aspek sikap dan keterampilan pada peserta, yaitu ibu hamil dan ibu dengan baduta. Indikator keberhasilan ditentukan dari peningkatan pengetahuan dari peserta terkait *stunting* dan upaya pencegahannya berdasarkan hasil evaluasi kuisisioner, sekitar 80% dari seluruh peserta berpartisipasi aktif dalam kegiatan demo memasak, dan peserta yang hadir mampu mempraktikkan resep yang diberikan dan mendapatkan ide untuk membuat resep baru dari buku saku MP-ASI (Marsia *et al.* 2023).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Program CERIA BERSAMA yang dilaksanakan meliputi dua kegiatan utama, yaitu pemberian sosialisasi dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai *stunting* serta pemberian demonstrasi pembuatan MP-ASI untuk meningkatkan keterampilan dari masyarakat. Kegiatan sosialisasi merupakan kegiatan pertama yang dilaksanakan pada program CERIA BERSAMA. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu hamil dan ibu yang memiliki anak baduta yang tinggal di Desa Sidawangi. Hal ini disebabkan karena pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor penyebab *stunting* pada anak, anak pada ibu yang memiliki pengetahuan yang lebih rendah lebih beresiko terkena *stunting* sebanyak 1,67 kali dibandingkan anak dengan ibu yang memiliki pengetahuan yang lebih tinggi (Gladys dan Sandra 2018). Kegiatan sosialisasi dilaksanakan dengan berkolaborasi bersama puskesmas yang ada di Desa Sidawangi. Agenda dari kegiatan sosialisasi meliputi pemaparan materi mengenai *stunting*, pola makan seimbang, serta Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Sosialisasi mengenai pola makan seimbang dan MP-ASI kepada orang tua penting karena memberikan informasi mengenai praktik pemberian makanan yang tepat kepada anak, seperti memberikan MP-ASI yang sesuai dengan usianya setelah anak berusia 6 bulan dan pola makan seimbang bagi kehidupan anak (Lestari 2023). Pemberian sosialisasi kepada sasaran dilaksanakan dengan menggunakan beberapa alat bantu, yaitu PPT materi dan *leaflet* yang berisi materi. Dalam rangkaian ini juga dilaksanakan pengisian *pre-test* pada awal kegiatan dan *post-test* pada akhir kegiatan untuk mengukur perubahan pengetahuan dan sikap sasaran terkait materi yang diberikan.

*Pre-test* dan *post-test* yang disusun terdiri dari dua bagian, yaitu bagian pengetahuan dan sikap. Kedua bagian memiliki masing-masing tujuh item pertanyaan atau pernyataan. Seluruh poin yang terdapat pada *pre-test* dan *post-test* berhubungan dengan materi yang sudah di sampaikan pada sosialisasi. Pengetahuan selanjutnya dikategorikan menjadi tiga

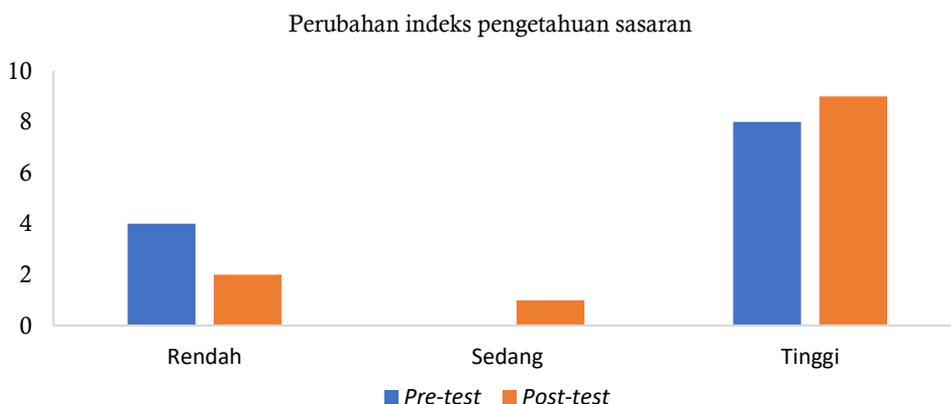
kategori yang mengacu pada *cut off scores* Khomsan (2000), yang terdiri dari rendah (nilai indeks < 60), sedang (nilai indeks 60–80), dan kategori tinggi (nilai indeks >80). Tabel 1 dan Gambar 1 menunjukkan sebaran responden berdasarkan kategori pada peningkatan pengetahuan.

Tabel tersebut menunjukkan perbandingan capaian pengetahuan sasaran pada saat *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa saat *pre-test* terdapat lebih dari setengah responden (66,7%) yang memiliki capaian pengetahuan yang terkategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sudah lebih dari setengah responden yang memiliki pengetahuan yang baik terkait *stunting* meskipun belum diberikan paparan informasi. Meskipun begitu, masih terdapat lebih dari seperempat responden (33,3%) yang memiliki pengetahuan yang rendah terkait *stunting* sehingga permasalahan ini masih menjadi hal yang perlu disosialisasikan. Hal ini menjadi hal yang cukup penting karena melalui sosialisasi, ibu hamil dan ibu dengan anak baduta akan mendapatkan landasan kognitif baru terkait *stunting* sehingga pengetahuan kesehatan terkait *stunting* akan meningkat dan berdampak pada perubahan perilaku pengasuhan para ibu. Sosialisasi juga diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan terkait asupan nutrisi yang baik bagi ibu hamil sehingga pertumbuhan dan perkembangan janin optimal (Anggreani & Murni 2021).

Keluarga merupakan awal dan pusat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak pertama kali mendapatkan pengetahuan dan pengalaman dalam hidupnya melalui interaksi dalam keluarga sehingga pengetahuan orang tua merupakan suatu hal yang penting dalam kehidupan anak. Penelitian yang dilakukan oleh Oktari *et al.* (2022) menunjukkan bahwa pengetahuan orang tua berdampak terhadap perkembangan anak, ketika orang tua memiliki pengetahuan yang baik maka anaknya akan mengalami perkembangan yang lebih baik dibandingkan perkembangan anak yang memiliki orang tua dengan pengetahuan yang lebih rendah. Pada Tabel 1 juga dapat diketahui bahwa pada

Tabel 1 Indeks pencapaian pengetahuan sasaran

Kategori	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Rendah	4	33,3	2	16,7
Sedang	0	0,0	1	8,3
Tinggi	8	66,7	9	75,0



Gambar 1 Diagram perubahan indeks pengetahuan sasaran.

saat *post-test* terdapat tiga perempat responden (75%) yang terkategori memiliki pengetahuan yang tinggi terkait *stunting*. Jumlah ini sudah mengalami peningkatan sebesar 8,3% dari sebelumnya. Pada *post-test* terdapat 8,3% responden yang berada pada kategori sedang untuk capaian pengetahuannya, hal ini juga menunjukkan peningkatan daripada yang sebelumnya karena pada saat *pre-test* tidak ada responden yang memiliki pengetahuan yang terkategori sedang. Selanjutnya, masih terdapat 16,7% responden yang pengetahuannya berada pada kategori rendah. Meskipun begitu, hal ini sudah menunjukkan penurunan daripada saat *pre-test*. Perbandingan hasil yang lebih jelas ditunjukkan oleh diagram dibawah ini. Hal ini juga menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan melalui proses sosialisasi telah berhasil dilakukan.

*Pre-test* dan *post-test* yang disusun terdiri dari tujuh pertanyaan, yaitu definisi *stunting*, ciri *stunting*, bahaya *stunting*, penyebab *stunting*, pencegahan *stunting*, konsep gizi seimbang, serta MP-ASI. Tabel 2 menunjukkan indeks capaian pengetahuan sasaran berdasarkan indikator pertanyaan. Enam dari tujuh indikator (85,71%) mengalami peningkatan nilai atau memiliki nilai yang tetap dari hasil *pre-test*. Indikator yang mengalami peningkatan adalah mengenai pencegahan *stunting*, konsep gizi seimbang, dan MP-ASI. Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Desa Sidawangi sudah memahami mengenai pencegahan *stunting*, gizi seimbang, dan MP-ASI setelah mengikuti kegiatan sosialisasi. Sementara itu, satu indikator pertanyaan mengalami penurunan sebanyak 8.3%. Indikator tersebut adalah indikator bahaya *stunting*, data ini menunjukkan nilai yang mengkhawatirkan karena bahaya *stunting* merupakan salah satu aspek penting yang harus diketahui oleh masyarakat. *Stunting* berdampak serius pada perkembangan anak, termasuk resiko penyakit, penurunan daya tahan tubuh, gangguan kognitif, dan masalah perkembangan lainnya yang dapat memengaruhi produktivitas anak dan kualitas hidupnya saat dewasa (Hasriani 2023).

Dalam pelaksanaan kegiatan, sikap sasaran diukur berdasarkan perubahan kesadaran sasaran terhadap perilaku *stunting*. Secara keseluruhan, responden sudah mengalami peningkatan sikap. Berdasarkan Tabel 3, dapat terlihat bahwa sikap sasaran yang terkategori rendah pada saat *pre-test* sebanyak 3 orang atau 25%, yang terkategori sedang sebanyak 50%, serta yang memiliki sikap terkategori tinggi adalah sebanyak 25%. Pada saat *post-test*, sikap sasaran mengalami peningkatan yang ditunjukkan dengan penurunan

Tabel 2 Indeks pencapaian pengetahuan sasaran berdasarkan item pertanyaan

Indikator pertanyaan	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>		Peningkatan pengetahuan
	n	%	n	%	
Definisi <i>stunting</i>	12	100,0	12	100,0	0,0
Ciri <i>stunting</i>	11	91,7	11	91,7	0,0
Bahaya <i>stunting</i>	9	75,0	8	66,7	-8,3
Penyebab <i>stunting</i>	11	91,7	11	91,7	0,0
Pencegahan <i>stunting</i>	9	75,0	11	91,7	16,7
Konsep gizi seimbang	4	33,3	11	91,7	58,4
MP-ASI	10	83,3	11	91,7	8,4

Tabel 3 Indeks pencapaian sikap sasaran

Kategori	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
	n	%	n	%
Rendah	3	25	1	83,7
Sedang	6	25	9	75,0
Tinggi	3	25	2	16,7

jumlah responden yang terkategori rendah menjadi 1 orang atau 8,3%, selain itu jumlah responden yang terkategori sedang juga sudah menunjukkan peningkatan yaitu naik menjadi 75% atau mengalami kenaikan sebanyak 25%. Meskipun begitu, sikap sasaran tidak sepenuhnya menunjukkan peningkatan karena jumlah responden yang terkategori tinggi mengalami penurunan menjadi 16,7%. Hal ini dapat disebabkan karena kegiatan ini hanya dilakukan dalam satu pertemuan sehingga pemberian edukasi dan demonstrasi yang dilakukan tidak mencakup seluruh informasi yang dibutuhkan oleh sasaran.

Hasil secara keseluruhan ditunjukkan oleh Gambar 2. Hasil ini menunjukkan bahwa masih perlu dilakukan edukasi dan sosialisasi kepada para ibu di Desa Sidawangi agar mengalami peningkatan sikap secara menyeluruh. Kegiatan inipun sebaiknya dilakukan dengan melibatkan banyak pihak di Desa Sidawangi, tidak hanya ibu hamil dan ibu yang memiliki baduta saja. Intensitas dari kegiatan sebaiknya diperbanyak agar memastikan seluruh sasaran dapat mencapai tujuan yang diinginkan. Peningkatan sikap ibu terkait *stunting* merupakan hal yang penting. Penelitian yang dilakukan Arnita *et al.* (2019) menyebutkan bahwa sikap ibu memiliki hubungan dengan upaya pencegahan *stunting*. Ibu yang memiliki sikap yang baik terkait *stunting* akan menunjukkan upaya pencegahan yang lebih baik daripada ibu yang memiliki sikap yang kurang baik.

Kegiatan selanjutnya adalah kegiatan demonstrasi yang dilaksanakan berkolaborasi bersama Dapur Sehat Atasi *Stunting* (DASHAT) Desa Sidawangi. Kegiatan ini dilaksanakan dalam rangka mencontohkan cara pembuatan MP-ASI kepada sasaran sehingga sasaran mengetahui cara pembuatan MP-ASI. Fungsi MP-ASI adalah untuk mengenalkan jenis makanan baru untuk memenuhi kebutuhan gizi anak (Rostika *et al.* 2019). MP-ASI yang diberikan kepada anak beragam sesuai dengan usianya. Pada pelaksanaan kegiatan, MP-ASI yang didemonstrasikan adalah MP-ASI untuk anak usia 12-23 bulan yang jenisnya sudah merupakan makanan padat dan mirip dengan makanan orang dewasa. MP-ASI yang dibuat saat pelaksanaan kegiatan adalah *steak tempe*, *mashed potato*, dan *mushroom sauce*.

MP-ASI yang akan dibuat memiliki tiga bahan utama, yaitu tempe, kentang, dan jamur. Tempe merupakan salah satu sumber protein nabati berharga murah dan mudah didapatkan. Tempe ini terbuat dari kedelai yang difermentasi oleh *Rhizopus oligosporus*. Proses fermentasi mendegradasi senyawa anti gizi pada kedelai, yaitu fitat, yang mengganggu penyerapan nutrisi oleh tubuh sehingga cocok untuk bayi yang perlu menyerap nutrisi secara optimal untuk pertumbuhan (Setyawan *et al.* 2021). Kentang saat



Gambar 2 Diagram perubahan tingkat sikap sasaran.

ini sudah banyak dijadikan sebagai bahan pangan alternatif, terutama dalam pemenuhan gizi dan pangan masyarakat Indonesia. Jika melihat kandungannya, kentang merupakan sumber utama karbohidrat yang didalamnya terkandung beragam zat gizi, yaitu kalori 347 kal, protein 0,3 g, lemak 0,1 g, karbohidrat 85,6 g, kalsium (Ca) 20 g, fosfor (P) 30 mg, besi (Fe) 0,5 mg dan vitamin B 0,04 mg (Saputrayadi & Marianah 2018). Selanjutnya, jamur juga sudah dikenal sebagai sumber pangan yang mengandung gizi tinggi dengan kandungan protein relatif tinggi yaitu 15–20% dari berat kering, sementara daya cernanya 34–89%. Jamur mengandung vitamin, karbohidrat, serat, mineral dan asam amino esensial, dengan kandungan lemak dan asam lemak jenuh rendah (Ulfa *et al.* 2023). Hal inilah yang mendasari pemilihan ketiga bahan utama ini untuk MP-ASI bayi.

Pelaksanaan kegiatan yang melibatkan DASHAT menunjukkan peningkatan keterampilan yang ditunjukkan dengan keikutsertaan mitra dalam mendemonstrasikan proses pembuatan MP-ASI. Selanjutnya, sasaran dari kegiatan juga menunjukkan peningkatan keterampilan karena sudah melihat demonstrasi yang dilaksanakan. Sasaran juga aktif berpartisipasi dalam kegiatan demonstrasi, baik dalam hal memberikan pertanyaan maupun mencoba makanan yang sudah dibuat. DASHAT sebagai mitra kegiatan diberikan buku saku sebagai pedoman pembuatan MP-ASI. Di dalam buku saku tersebut juga terdapat beragam menu MP-ASI yang sudah disusun sesuai dengan usia anak. Menu tersebut beragam jenis dan bahan utamanya sehingga mitra dapat memperkaya MP-ASI yang diberikan kepada anak. Tak hanya mitra, buku saku juga diberikan kepada beberapa sasaran yang aktif berpartisipasi. Hal ini ditujukan untuk meningkatkan keterampilan seluruh pihak yang ikut dalam kegiatan terkait MP-ASI yang diberikan kepada anak

Pelaksanaan kegiatan tidak memiliki kendala yang berarti sehingga secara keseluruhan kegiatan berjalan dengan lancar dan mencapai indikator keberhasilan yang sudah ditentukan. Potensi keberlanjutan dari program ini akan dilaksanakan oleh pihak DASHAT Desa Sidawangi. Luaran dari kegiatan ini berupa buku saku 'Kumpulan resep MP-ASI' yang bisa digunakan oleh DASHAT sebagai pedoman dalam pembuatan MP-ASI atau PMT yang beragam dan kaya gizi. Selanjutnya melalui DASHAT, masyarakat Desa Sidawangi diharapkan dapat belajar membuat dan memperkaya MP-ASI yang dibuat untuk anaknya melalui buku yang sudah diberikan.

## SIMPULAN

Program CERIA BERSAMA memiliki tujuan untuk meningkatkan wawasan ibu hamil dan ibu dengan baduta terkait *stunting* dan pencegahannya. Berdasarkan perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan terhadap ibu hamil dan ibu dengan baduta yang menghadiri kegiatan, tujuan dari program ini sudah tercapai, dilihat dari adanya kenaikan jumlah responden yang memiliki pengetahuan mengenai *stunting*. Selain itu, dilakukan juga kegiatan demo masak MP-ASI untuk meningkatkan pengetahuan para ibu dalam memasak MP-ASI yang beragam sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting*. Untuk mendukung keberlanjutan program, diharapkan mitra dapur DASHAT dapat memanfaatkan buku saku yang telah diberikan dalam pembuatan MP-ASI dan PMT kepada anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada IPB University dan Direktorat Pengembangan Masyarakat Agromaritim selaku sumber dana utama dari kegiatan ini.

Terima kasih juga kami ucapkan kepada pihak Puskesmas Kecamatan Sumber yang telah menjadi narasumber kegiatan CERIA BERSAMA, Kepala Desa Sidawangi Bapak Udin Sirojudin, S.Sos beserta perangkat pemerintahan Desa Sidawangi, serta kelompok PKK dan Dapur DASHAT Desa Sidawangi selaku mitra kegiatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggreani NPDA, Murni NNA. 2021. Sosialisasi *stunting* dan upaya pencegahan melalui edukasi tentang nutrisi pada ibu hamil. *GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 1(1): 1–6.
- Apriliuna G, Fikawati S. 2018. Analisis faktor-faktor risiko terhadap kejadian *stunting* pada balita (0- 59 bulan) di negara berkembang dan Asia Tenggara. *Media Litbangkes*. 28(4): 247–256. <https://doi.org/10.22435/mpk.v28i4.472>
- Chasanah NF, Achmad ZA. 2022. Pencegahan *stunting* dengan peningkatan pengetahuan pentingnya ASI dan MP-ASI di Desa Bandarasri. *Khidmatuna: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 3(1): 39–52.
- Flora R. 2021. *Stunting dalam kajian molekuler*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Hasriani. 2023. Implikasi *stunting* terhadap kesehatan dan perkembangan anak di Pangkajene dan kepulauan. *Jurnal Keluarga Berencana*. 8(2): 67–77. <https://doi.org/10.37306/kkb.v8i2.184>
- Khomsan A. 2000. *Teknik pengukuran pengetahuan gizi*. Bogor: IPB Press.
- Kusumawardani DA, Al-Farizi S, Lutfiya I. 2022. Peran dan kapabilitas ibu dalam mencegah *stunting* pada anak di Kabupaten Jember. *Jurnal Mitra Rafflesia*. 14(2). <https://doi.org/10.15797/concom.2019.23.009>.
- Marsia WF, Ribay A, Wandira A, Indarsih, Saleh SWNM, Jakariah OA. 2023. Edukasi dan pelatihan pembuatan MP-ASI dalam penanganan dan pencegahan *stunting* di Desa Manuru wilayah kerja Puskesmas Kumbewaha Kec. Siontapina. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*. 3(1): 43-49. <https://doi.org/10.55606/jpikes.v3i1.1383>
- Ngainis SN. 2020. Kejadian *stunting* pada balita di puskesmas. *Journal of Public Health Research and Development*. 4(3): 595–605.
- Oktari S, Afriyeni N, Purna, R, Pratama W. 2022. Gambaran pengetahuan orang tua terkait tahapan perkembangan anak usia 0–2 tahun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 6(1): 1601–1606.
- Probosiwi H, Huriyati E, Ismail D. 2017. *Stunting* dan perkembangan anak usia 12-60 bulan di Kalasan. *Journal of Community Medicine and Public Health*. 33(11): 1141–1149. <https://doi.org/10.22146/bkm.26550>.
- Rao N, Richards B, Lau C, Weber AM, Sun J, Darmstadt GL, Sincovich A, BaconShone J, Ip P. 2020. Associations among early stimulation, *stunting*, and child development in four countries in the East Asia–Pacific. *International Journal of Early Childhood*. 52(2): 175–193. <https://doi.org/10.1007/s13158-020-00270-8>.
- Rostika, Nikmawati EN, Yulia C. 2019. Pola konsumsi makanan pendampian ASI (MP-ASI) pada bayi usia 12-24 bulan (consumption pattern of complementary food in

- infants ages 12-24 months). *Jurnal Media Pendidikan, Gizi dan Kulines*. 8(1): 63–73. <https://doi.org/10.17509/boga.v8i1.19238>
- Saputrayadi A, Marianah. 2018. Kajian mutu stik kentang (*Solanum tuberosum* L.) dengan lama perendaman dalam natrium bisulfit. *Jurnal Agrotek*. 5(1): 11–18. <https://doi.org/10.31764/agrotek.v5i1.226>
- Sari W, Septiani W. 2019. Malnutrisi pada lansia di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 5(1): 44-48. <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol5.Iss1.296>
- Setyawan R, Saskiawan I, Widhyastuti B, Kasirah. 2021. Formulasi makanan pendamping asi (MP-ASI) bubuk instan terfortifikasi tempe dan jamur tiram putih. *Jurnal Biologi Indonesia*. 17(1): 57–65. [10.47349/jbi/17012021/57](https://doi.org/10.47349/jbi/17012021/57).
- Shanti HD. 2022. HCC - Masyarakat tahu *stunting* tapi tidak dengan dampak buruknya. ANTARA News. Diakses [2024 Agu 22]
- Survei Kesehatan Indonesia. 2023. Survei kesehatan Indonesia 2023 dalam angka. Jakarta (ID): Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Ulfa S, Siagian N, Putri P, Harahap R, Sari A. 2023. Identifikasi produk bahan makanan yang beragam dasar fungi makroskopis pada pasar tradisional dan modern yang ada di kota Meda. *Jurnal of science research*. 3(2): 11487–11502.
- Yadika ADN, Berawi KN, Nasution SH. 2019. Pengaruh *stunting* terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*. 8(2): 273.
- Yuliani E, Sastriani S, Irfan I, Rahmatia R. 2023. Pengaruh edukasi gizi 1000 hpk terhadap pengetahuan ibu dalam pencegahan *stunting* di wilayah Kabupaten Majene. *Jurnal Keperawatan*. 15(2):491-498. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v15i2.651>