

## **PELATIHAN PEMBUATAN SNACK MPASI MENTO DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA BUNGKULAN**

**Anjar Tri Astuti<sup>1</sup>, Rahutama Atidira<sup>2</sup>, Irma Nurma Linda<sup>3</sup>, Ni Nyoman Ayu Desy Sekarini<sup>4</sup>,  
Putu Irma Pratiwi<sup>5</sup>**

<sup>1</sup> FK UNDIKSHA, <sup>2</sup> FE UNDIKSHA, <sup>3</sup> FK UNDIKSHA, <sup>4</sup> FK UNDIKSHA, <sup>5</sup> FK UNDIKSHA  
Email: [anjar.tri@undiksha.ac.id](mailto:anjar.tri@undiksha.ac.id)

### **ABSTRACT**

*The aim of this service activity is to provide understanding and skills to Bungkulan village cadres in making MPASI Mento snacks which are high in calories, fat and iron. This activity goes through 4 stages, namely (1) stage of providing educational material, (2) stage of introduction of materials and tools (3) stage of training in making MPASI Mento snacks, (4) stage of mentoring in making Mento to cadre participants, (5) stage of evaluation post activity. The results of the activity used a Likert scale assessment consisting of participants' knowledge and skills with a score of >3.40, in the good category. The output target to be achieved is for cadres to gain knowledge and skills in making MPASI snacks Mento that are complete with nutrition. Cadres are a community group that assists midwives in improving maternal and child health, including in efforts to maximize the first 1000 days of life in Bungkulan village.*

**Keywords:** *MPASI Snack, Training, Cadre*

### **ABSTRAK**

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pemahaman dan keterampilan pada kader deasa Bungkulan dalam pembuatan snack MPASI Mento yang tinggi kalori, lemak, dan zat besi. Kegiatan ini melalui 4 tahap, yaitu (1) tahap pemberian materi edukasi, (2) tahap pengenalan bahan dan alat (3) tahap pelatihan pembuatan snack MPASI Mento, (4) tahap pendampingan pembuatan Mento keada peserta kader, (5) tahap evaluasi post kegiatan. Hasil kegiatan menggunakan penilaian skala likert yang terdiri dari pengetahuan dan keterampilan peserta dengan nilai >3,40, berada pada kategori baik. Target luaran yang ingin dicapai adalah kader mendapatkan pengetahuan dan keterampilan dalam membuat snack MPASI Mento yang lengkap gizi. Kader merupakan kelompok masyarakat yang membantu bidan dalam peningkatan kesehatan ibu dan anak termasuk dalam dalam upaya maksimalisasi 1000 hari pertama kehidupan di desa Bungkulan.

**Kata kunci:** *Snack MPASI, Pelatihan, Kader*

### **PENDAHULUAN**

Secara global, tingkat malnutrisi semakin tinggi jumlahnya. Berdasarkan Global Nutrition Report (2021), terdapat 149,2 juta balita mengalami stunting di seluruh dunia. Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak akibat defisiensi nutrisi. Anak masuk kategori stunting apabila Tinggi Badan/Panjang Badan terhadap usia (TB/U atau PB/U) <-2 standar deviasi (WHO, 2014).

Di Indonesia terdapat Program Indonesia Sehat yang termasuk dalam Rencana Pembangunan jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-

2024. Salah satu sasaran pokok dalam program tersebut adalah peningkatan status kesehatan dan gizi pada anak. Penilaian status gizi balita dalam hal permasalahan stunting, sangat erat kaitannya dengan keberhasilan RPJMN (Kemenkes RI, 2021)

Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan angka stunting nasional mengalami penurunan 1,6 % pertahun dari 27,7 % tahun 2019 menjadi 24,4% pada tahun 2021 (Kemenkes RI, 2021). Perbaikan asupan gizi merupakan salah satu formula dalam program percepatan dalam penurunan stunting.

Angka kasus stunting di Bali menurun dari 10,9 persen (2021) menjadi 8 persen (2022). Namun

terdapat dua kabupaten justru mengalami peningkatan kasus stunting, yaitu Buleleng dan Gianyar. Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan angka stunting di Kabupaten Buleleng naik dari 8,9 persen (2021) menjadi 11 persen (2022). Sementara kasus stunting di Kabupaten Gianyar naik dari 5,1 persen (2021) menjadi 6,3 persen (2022). Angka tersebut menunjukkan kenaikan stunting yang paling tinggi terjadi yaitu di Kabupaten Buleleng. Pola asuh tidak tepat diduga menjadi penyebab meningkatnya angka stunting di dua kabupaten tersebut (Nusa Dua, 2023).

Gizi seimbang merupakan susunan asupan nutrisi baik jenis dan jumlah zat gizi sesuai dengan kebutuhan tubuh setiap harinya. Pemenuhan asupan gizi memperhatikan beberapa prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku bersih dan sehat, serta mempertahankan berat badan normal.

Keanekaragaman pangan merupakan salah satu komponen penting dalam pemenuhan gizi seimbang (Permenkes RI, 2014). Terdiri dari kelompok pangan dari sumber makanan yang mengandung zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak) dan mikro (vitamin dan mineral) (Permenkes RI, 2019).

Dari hasil survei awal yang telah dilakukan di Desa Bungkulan, terdapat 691 balita dan terdapat balita yang stunting. Penerapan pemberian MPASI kaya gizi masih minim. Kebanyakan orangtua membuat MPASI hanya terdiri dari nasi dan sayuran saja, atau nasi dengan protein saja, tanpa menambahkan lemak. Protein yang digunakan oleh orangtua juga masih sebatas nabati, bukan hewani. Selain itu, banyak orangtua tidak memberikan snack di sela makanan utama bayi. Hanya beberapa orangtua yang memberikan snack, namun hanya berupa biscuit bayi, rice crackers, dan snack MPASI instan. Kurangnya pengetahuan dan keterampilan kader Desa Bungkulan dalam pembuatan snack MPASI yang lengkap komponen mikro dan makro nutrient. Kader biasanya hanya membuat bubur kacang hijau saja sebagai snack MPASI.

## METODE

Metode pelaksanaan kegiatan ini yaitu dengan pemberian materi edukasi terkait snack MPASI yang selanjutnya dengan pemberian pelatihan pembuatan snack MPASI Mento. Peserta dalam kegiatan ini adalah kader desa Bungkulan berjumlah 20 orang.

Kegiatan diawali dengan memberikan edukasi kepada para kader terkait MPASI, Snack MPASI, manfaat snack MPASI yang kaya akan gizi, bahan lokal dalam membuat snack MPASI, serta alat dan bahan yang diperlukan dalam pembuatan snack MPASI



Gambar 1. Pemberian Edukasi

Selanjutnya pengenalan bahan dan alat yang digunakan dalam pembuatan snack MPASI Mento. Pada sesi ini, diperkenalkan bahan yang digunakan, porsi yang dibutuhkan, serta alat yang digunakan untuk menumis dan mengukus.



Gambar 2. Pengenalan Bahan dan Alat

Dilanjutkan pembuatan snack MPASI Mento oleh tim pengabdian disaksikan para peserta. Pada

sesi ini di demonstrasikan cara membersihkan, memotong, mencacah bahan-bahan. Selanjutnya memasak bubur sumsum sembari membuat isian Mento lalu menumisnya. Kemudian membungkus Mento dan selanjutnya proses pengukusan kurang lebih 15-20 menit.



*Gambar 3. Pembuatan Mento*

Kemudian memberikan kesempatan kepada peserta untuk membuat snack MPASI Mento dan didampingi tim pengabdian. Peserta memulai dengan mempersiapkan bahan dan alat yang digunakan. Selanjutnya membuat bubur sumsum, isian Mento, membungkus dan mengukus.



*Gambar 4. Pendampingan Pembuatan Mento*

Tahap terakhir yaitu tim pengabdian melakukan evaluasi post kegiatan kepada peserta. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim pengabdian. Evaluasi post kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui pemahaman peserta mengenai pengetahuan tentang snack MPASI dan keterampilan pembuatan snack MPASI Mento.



*Gambar 5. Evaluasi serta dokumentasi*

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan dan pendampingan kader dalam pembuatan snack MPASI Mento berlangsung dengan baik dan lancar. Kegiatan dilakukan di aula kanotr desa Bungkulan dengan melibatkan 20 orang kader sebagai peserta, serta dihadiri oleh aparat desa, ketua KPM, bidan desa, serta ahli gizi Puskesmas Sawan.

Kegiatan berlangsung kurang lebih selama 2 jam, dimulai dari pemberian materi tentang snack MPASI sebagai bentuk edukasi, demonstrasi pembuatan snack MPASI Mento, hingga tahap evaluasi.

Evaluasi dilakukan untuk menilai dua hal, yakni pengetahuan tentang snack MPASI dan keterampilan membuat snack MPASI Mento. Pada tahap evaluasi, dianalisis melalui angket yang diisi oleh seluruh peserta. Penilaian dilakukan menggunakan penghitungan menurut skala Likert dengan keterangan 1 = sangat kurang; 2 = kurang; 3 = cukup, 4 = baik; 5 = sangat baik. Berikut hasil evaluasi yang telah dilakukan :

No	Pengetahuan	Penilaian					Total	Rata-rata
		1	2	3	4	5		
1	Usia pemberian MPASI				18	2	79	4,1
2	Konsistensi dan porsi MPASI sesuai usia			2	15	3	61	4,05
3	Komponen lengkap pada MPASI				5	15	88	4,75

4	Snack MPASI lengkap gizi				1 1	9	8 4	4,4 5
5	Indikator stunting dan penyebab stunting			1	1 5	4		4,0 5
<b>Rata-rata</b>								<b>4,2 8</b>

*Tabel 1. Pengetahuan Peserta*

Berdasarkan tabel tersebut, didapatkan hasil rata-rata pengetahuan peserta tentang MPASI tergolong baik dengan nilai > 3,40. Peserta telah mampu memahami dengan baik usia pemberian MPASI, konsistensi dan porsi sesuai usia, serta komponen lengkap yang sebaiknya ada pada MPASI ataupun snack MPASI sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada anak.

No	Keterampilan	Penilaian		Rata-rata
		Penilai 1	Penilai 2	
1	Mengupas dan mencuci bahan	5	5	5
2	Menghaluskan /mencincang bahan	5	4	4,5
3	Takaran masing-masing bahan	4	4	4
4	Memasak sum-sum	5	4	4,5
5	Menumis isian	5	5	5
6	Membungkus dan mengukus	4	4	4
<b>Rata-rata</b>				<b>4,5</b>

*Tabel 2. Keterampilan Peserta*

Berdasarkan tabel tersebut, didapatkan hasil rata-rata keterampilan peserta dalam pembuatan snack MPASI Mento tergolong baik dengan nilai > 3,40. Peserta telah mampu memahami dengan baik pembuatan Mento sebagai salah satu snack

MPASI yang lengkap gizi sehingga pemberianannya kepada anak usia > 6 bulan sangat baik diberikan pada untuk mencegah terjadinya stunting.

Dari kegiatan yang telah dilaksanakan oleh tim pengabdian, serta hasil evaluasi yang telah didapatkan, tim pengabdian berharap dengan sangat besar kepada para kader. Kader merupakan kelompok masyarakat yang dapat membantu bidan dalam meningkatkan kesehatan ibu dan anak, termasuk tumbuh kembang anak. 20 orang kader yang merupakan perwakilan dari 15 posyandu yang ada di desa Bungulan ini, diharapkan mampu menjadi fasilitator dan penyambung ke orangtua yang memiliki bayi dan balita, sehingga dalam pemberian snack MPASI memperhatikan komponen karbohidrat, protein, lemak, dan sayur/buah. Dengan demikian makanan bayi dan anak memenuhi gizi lengkap dan dapat menekan angka stunting pada desa Bungulan.

Sebab dilihat dari besarnya potensi hasil pertanian, perkebunan serta peternakan di desa Bungulan, tidak berbanding lurus dengan sumber nutrisi yang diberikan ke anak pada pemberian snack MPASI yang sehat. Melihat potensi hasil laut, pertanian, perkebunan dan peternakan desa Bungulan, semestinya dapat dijadikan sumber bahan lokal yang murah dan mudah didapatkan untuk pembuatan snack MPASI salah satunya yaitu mento.

### **SIMPULAN**

Kegiatan pelatihan pembuatan Mento (snack mpasi tinggi kalori, protein, lemak, zat besi) dalam upaya maksimalisasi 1000 hari pertama kehidupan ini dilakukan melalui beberapa tahap, mulai dari tahap pra pelaksanaan, pelaksanaan berupa edukasi dan pelatihan dan tahap pendampingan.

Terdapat peningkatan pemahaman kader tentang MPASI berupa usia pemberian MPASI, konsistensi dan porsi sesuai usia, serta komponen lengkap yang sebaiknya ada pada MPASI ataupun snack MPASI sehingga dapat mencegah terjadinya stunting pada anak. Hasil

penilaian menggunakan skala likert pada kategori baik yaitu rata-rata nilai > 3,40, berarti kegiatan ini dianggap berhasil.

Terdapat peningkatan keterampilan kader dalam pembuatan snack MPASI Mento lengkap gizi. Hasil penilaian menggunakan skala likert pada kategori baik yaitu rata-rata nilai > 3,40, berarti kegiatan ini dianggap berhasil.

#### DAFTAR RUJUKAN

Global Nutrition Report. (2021). *The state of global nutrition EXECUTIVE SUMMARY*.

[https://globalnutritionreport.org/documents/763/Executive\\_summary\\_2021\\_Global\\_Nutrition\\_Report.pdf](https://globalnutritionreport.org/documents/763/Executive_summary_2021_Global_Nutrition_Report.pdf)

Hanandita, M. (2020). *'Mommyclopedia,, 78 Resep MPASI* (P. Budiyanto, Ed.; 4th ed.). PT Gramedia.

IDAI. (2018). *PEMBERIAN MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU (MPASI)*.

<https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/pemberian-makanan-pendamping-air-susu-ibu-mpasi>

PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 28 TAHUN 2019 TENTANG ANGKA KECUKUPAN GIZI YANG DIANJURKAN UNTUK MASYARAKAT INDONESIA, Pub. L. No. 28, 1 (2019).

[http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PMK\\_No\\_28\\_Th\\_2019\\_ttg\\_Angka\\_Kecukupan\\_Gizi\\_Yang\\_Dianjurkan\\_Untuk\\_Masyarakat\\_Indonesia.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK_No_28_Th_2019_ttg_Angka_Kecukupan_Gizi_Yang_Dianjurkan_Untuk_Masyarakat_Indonesia.pdf)

Kementerian Kesehatan RI. (2021, December 27). *Penurunan Prevalensi Stunting tahun 2021 sebagai Modal Menuju Generasi Emas Indonesia 2045*. <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/penurunan-prevalensi-stunting-tahun-2021-sebagai-modal-menuju-generasi-emas-indonesia-2045>

PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 41 TAHUN 2014 TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG, Pub. L. No. 41, 1 (2014).

[http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk\\_hukum/PMK%20No.%2041%20ttg%20Pedoman%20Gizi%20Seimbang.pdf](http://hukor.kemkes.go.id/uploads/produk_hukum/PMK%20No.%2041%20ttg%20Pedoman%20Gizi%20Seimbang.pdf)

Kuchenbecker, J., Jordan, I., Reinbott, A., Herrmann, J., Jeremias, T., Kennedy, G., Muehlhoff, E., Mtimuni, B., & Krawinkel, M. B. (2015). Exclusive breastfeeding and its effect on growth of malawian infants: Results from a cross-sectional study. *Paediatrics and International Child Health*, 35(1), 14–23.

<https://doi.org/10.1179/2046905514Y.000000134>

Meek, J. Y., & Noble, L. (2022). Technical Report: Breastfeeding and the Use of Human Milk. In *Pediatrics* (Vol. 150, Issue 1). NLM (Medline). <https://doi.org/10.1542/peds.2022-057989>

PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 2 TAHUN 2020 TENTANG STANDAR ANTROPOMETRI ANAK, 1 (2020).

Rusmil, V. K., Ikhsani, R., Dhamayanti, M., & Hafsah, T. (2019). Hubungan perilaku ibu dalam praktik pemberian makan pada anak usia 12-23 bulan dengan stunting Hubungan Perilaku Ibu dalam Praktik Pemberian Makan pada Anak Usia 12-23 Bulan dengan Kejadian Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinangor. *Sari Pediatri*, 20(6), 366–374.

Sembiring, T. (2022, August 4). *ASI Eksklusif*. Kementerian Kesehatan RI.

Sjarif, D. R., Yulianti, K., Lestari, E. D., Sidiartha, I. G. L., Nasar, S. S., & Mexitalia, M. (2015). *Rekomendasi Praktik Pemberian Makan Berbasis Bukti pada Bayi dan Batita di Indonesia untuk Mencegah Malnutrisi* (Vol. 1). Ikatan Dokter Anak Indonesia.

WHO. (2000). *Complementary Feeding Family foods for breastfed children*. Word Health Organization.

Word Health Organization. (2000). *Infant and young child feeding*. WHO. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/44117>

Word Health Organization. (2014). *Global nutrition Target 2025 Stunting Policy Brief*.

<https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.3>