

**PENDIDIKAN KESEHATAN DAN PELATIHAN PEMBUATAN  
MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) LOKAL DARI  
BAHAN DASAR SUKUN DI DESA MARAYOKA  
KEC. BANGKALA KAB. JENEPONTO**

**Halida Thamrin, Azrida M**

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia  
*halida.thamrin@umi.ac.id, azrida.machmud@umi.ac.id*

**Abstract**

The requirement for advanced Indonesia in 2045 is to have quality and superior human resources. However, Indonesia must face health problems, especially nutritional problems, which is a challenge in preparing excellent and quality human resources. Significant nutritional problems in toddlers are caused by poverty and a lack of knowledge on how to care for children. The food given to children is inadequate, contributing to the current nutritional problems. The general objective of this dedication activity is as an effort to increase public knowledge about health education. The specific goals of this activity are (1) To increase public knowledge about health, growth and development stimulation, and toddler nutrition; (2) production of local complementary foods (MP-ASI) made from breadfruit to increase the variety of MP-ASI which can optimize children's growth and development. The expected target for this activity is to increase public knowledge of infant health and increase awareness, willingness, and ability to live healthily so that health status increases. To improve the health status of infants and toddlers, a mother must be provided health education about the needs of children under five. This activity is carried out by (1) providing health education through counselling about health, stimulation of growth and development, and nutrition for toddlers; (2) training on making breadfruit-based MP-ASI.

*Keywords: Education, Complementary Foods, Toddler.*

**Abstrak**

Persyaratan untuk Indonesia Maju pada tahun 2045 adalah memiliki Sumber Daya Manusia yang berkualitas dan unggul. Namun Indonesia harus menghadapi masalah kesehatan khususnya masalah gizi yang merupakan tantangan dalam mempersiapkan SDM yang unggul dan berkualitas. Masalah gizi yang tinggi pada balita tidak hanya disebabkan oleh faktor kemiskinan tetapi juga minimnya pengetahuan dalam cara mengasuh anak, dan makanan yang diberikan kepada anak tidak memadai juga memberikan sumbangsih terhadap masalah gizi yang dihadapi saat ini. Tujuan umum dari kegiatan pengabdian ini yaitu sebagai upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pendidikan kesehatan. Tujuan khusus dari kegiatan ini yaitu (1) Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang kesehatan, stimulasi pertumbuhan dan perkembangan, dan gizi balita; (2) pembuatan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) lokal berbahan dasar sukun sehingga menambah variasi MP-ASI yang dapat mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Target yang diharapkan pada kegiatan ini adalah bertambahnya pengetahuan masyarakat akan kesehatan bayi serta peningkatan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat sehingga terjadi peningkatan derajat kesehatan. Peningkatan derajat kesehatan bayi dan balita, seorang ibu harus dibekali dengan pendidikan kesehatan tentang kebutuhan anak balita. Kegiatan ini dilaksanakan dengan (1) pemberian pendidikan kesehatan melalui penyuluhan tentang kesehatan, pemberian stimulasi pertumbuhan perkembangan, dan gizi balita; (2) pelatihan pembuatan MP-ASI berbahan dasar sukun.

*Kata kunci: Pendidikan, MP-ASI dan Balita.*

## PENDAHULUAN

Persyaratan untuk Indonesia Maju pada tahun 2045 adalah memiliki Sumber Daya Manusia yang berkualitas dan unggul. Namun Indonesia harus menghadapi masalah kesehatan khususnya masalah gizi yang merupakan tantangan dalam mempersiapkan SDM bangsa Indonesia. Kesehatan merupakan hak setiap insan yang melekat dalam diri. Kesehatan ibu, anak, juga remaja adalah aspek penting yang harus diperhatikan. Masa depan seorang anak ditentukan oleh kesehatannya sejak dalam kandungan juga masa tumbuh kembangnya.

Pertumbuhan (*growth*) dan perkembangan (*development*) sering disamakan. Walaupun gejala keduanya adalah perubahan tetapi pada kenyataannya kedua hal ini berbeda. Perubahan yang sering terjadi yaitu perubahan fisik dan juga psikologis, namun perubahan ini tidak sepenuhnya disadari kecuali perubahan itu terjadi secara mendadak yang nyatanya mempengaruhi pola kehidupan mereka (Farida, 2016; Prastiwi, 2019).

Hakikatnya pembangunan kesehatan pada masyarakat adalah kegiatan yang dilakukan dalam rangka menolong dirinya sendiri secara gotong royong dan swadaya sehingga masyarakat mampu memelihara kehidupan yang sehat untuk mencapai kualitas lebih baik. Upaya peningkatan kesejahteraan, khususnya kesejahteraan masyarakat di pedesaan terus diupayakan oleh pemerintah, hal ini dikarenakan desa merupakan ujung tombak pembangunan sesuai dengan UU No 6 Tahun 2014 (Kementerian Keuangan RI, 2014).

Untuk mewujudkan peningkatan derajat kesehatan dan tercapainya masa depan anak yang lebih baik, diperlukan adanya upaya kesehatan yang holistik

dan terpadu yaitu pelayanan kesehatan bersifat promotif, preventif, kuratif, dan juga rehabilitatif dengan perlakuan nondiskriminatif. Promosi kesehatan yang dilaksanakan berdasarkan kriteria yang mudah dilakukan dan menarik, salah satunya dengan memberikan pelatihan.

Buah sukun (*Artocarpus communis*) merupakan salah satu makanan tradisional yang dapat dimanfaatkan menjadi tepung, gapek, maupun makanan ringan yang mengandung karbohidrat 28,1 gr, protein 1,4 gr, dan lemak 0,2 gr. Selain itu juga memiliki kandungan kalsium sebesar 37% dan fosfor 47% dalam 100 g berat buah (Widowati, 2019).

Buah sukun sebagai salah satu buah dengan kandungan karbohidrat, kalsium, dan fosfor yang tinggi. Tingginya kandungan fosfor menjadikan buah suku sebagai pilihan tambahan untuk meningkatkan gizi masyarakat. Fosfor memiliki peranan dalam metabolisme, kontraksi otot, irama jantung juga memperbaiki jaringan yang rusak (Widowati, 2019).

Berdasarkan survey lokasi pengabdian, gambaran umum Desa Marayoka yang merupakan salah satu desa/kelurahan di Kecamatan Bangkala Kabupaten Jeneponto dengan luas wilayah  $\pm 14,13 \text{ km}^3$  dan berjarak  $\pm 64 \text{ km}$  dari Kota Makassar. Berdasarkan keadaan tofografi Desa Marayoka termasuk daerah perbukitan yang dikelilingi perbukitan dan merupakan daerah lahan pertanian. Sebagian besar penduduk berprofesi sebagai petani dengan komoditi utama yaitu jagung, ubi jalar dan sukun.

## METODE

Pengabdian ini menggunakan metode yang dimulai dari ceramah dengan menyajikan materi berbentuk pengetahuan dan pemahaman tentang

kesehatan, stimulasi pertumbuhan perkembangan serta gizi anak balita. Pelatihan pembuatan MP-ASI lokal dari bahan sukun. Kedua tanya jawab dilakukan apabila ada pertanyaan atau materi yang belum dipahami oleh para ibu. Baik materi yang diberikan ataupun cara pembuatan MP-ASI. Ketiga demonstrasi, metode ini digunakan untuk menunjukkan cara pembuatan MP-ASI lokal bahan dasar sukun. Keempat evaluasi yang dilakukan dengan pemberian pre dan post test untuk melihat adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah dilaksanakan sosialisasi dan penyuluhan.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Peserta kegiatan pengabdian ini adalah kader desa marayoka, Kec. Bangkala, Kab. Jeneponto sebanyak 22 orang. Kegiatan ini didampingi langsung oleh Kepala Desa, Sekretaris desa, staf desa. Alasan pemilihan lokasi ini selain karena desa marayoka merupakan daerah binaan Universitas Muslim Indonesia juga dikarenakan masih kurangnya pengetahuan ibu di desa Mayaroka Kec. Bangkala, Kab. Jeneponto terkait. Pengetahuan para ibu kader kesehatan mengenai kesehatan dan gizi balita setelah diberikan penyuluhan menunjukkan bahwa pengetahuan tentang tumbuh kembang dan gizi anak balita mengalami peningkatan yaitu 56% menjadi 66% setelah diberikan intervensi penyuluhan.

Untuk stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak pengetahuan para ibu kader kesehatan juga mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi yaitu hasil *pre test* sebesar 50% dan *post test* sebesar 67%.

Berdasarkan hasil tes yang telah dilakukan menunjukkan adanya perubahan pengetahuan tentang

kesehatan, stimulasi pertumbuhan perkembangan, dan gizi anak balita.

Diagram 1. Perubahan Pengetahuan Sebelum dan Setelah Intervensi Penyuluhan



Gambar 1. Kegiatan Pembukaan oleh Kepala Desa Marayoka



Gambar 2. Kegiatan Pembagian Booklet dan Kuesioner

**KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan pemberian pendidikan kesehatan dan pelatihan pembuatan MP ASI lokal berbahan dasar sukun memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan para

kader mengenai materi tersebut sebanyak 13%. Peningkatan ini diharapkan dapat diterapkan dalam upaya meningkatkan gizi pada balita di Kabupaten Jeneponto yang juga masuk sebagai salah satu lokasi fokus pemberian intervensi penurunan *stunting* terintegrasi yang disebabkan masih kurangnya pengetahuan masyarakat tentang kesehatan balita, gizi dan stimulasi pertumbuhan perkembangan anak juga manambah variasi menu dalam pemberian MP-ASI.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak yang telah memberikan bantuan dalam terlaksananya kegiatan pengabdian ini, khususnya Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat (LPkM) Universitas Muslim Indonesia.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Farida, A., 2016. Urgensi Perkembangan Motorik Kasar pada Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Raudhah* 4. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30829/raudhah.v4i2.52>
- Kementerian Keuangan RI, 2014. Undang Undang No. 6 Tahun 2014 [WWW Document]. URL <https://jdih.kemenkeu.go.id/fulltext/2014/6TAHUN2014UU.htm> (accessed 3.20.20).
- Prastiwi, M.H., 2019. Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia 3-6 Tahun. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 8, 242–249. <https://doi.org/https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.162>.
- UNICEF, 2014. Gizi Mengatasi Beban Ganda Malnutrisi di Indonesia [WWW Document]. 2014. URL <https://www.unicef.org/indonesia/id/gizi>

- Widowati, S., 2019. Pangan Sukun (*Artocarpus communis*) Sebagai Pangan Sumber Karbohidrat dalam Mendukung Diversifikasi Konsumsi Pangan [WWW Document]. <https://majalahpangan.com/>.
- Winarsi, H., Nuraeni, I., 2014. Makanan Pendamping ASI. Graha Ilmu, Yogyakarta.