

Pelatihan Pembuatan Menu PMT Cegah Stunting kepada Kader POSYANDU di Desa Oeltua

Maria F Vinsensia D P Kewa Niron^{1*}, Jane Austen Peni², Christina Rosanty Nenotek³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Kupang, Kupang, Indonesia

*e-mail korespondensi: fiviniron054@gmail.com

Abstract

Stunted children are at risk of increased morbidity and mortality, delayed motor and mental development, decreased intellectual and productivity, increased risk of degenerative diseases, obesity and are more susceptible to infectious diseases. Stunting in elementary school children is a manifestation of stunting in toddlers who experience failure to catch up growth, long-term nutritional deficiencies, and the presence of infectious diseases. Stunting is not only caused by one factor but is caused by many factors that are interconnected with each other. One effort that can be made to overcome nutritional problems in toddlers is by training POSYANDU cadres in processing PMT for stunting toddlers. The hope of this effort is that cadres can understand the importance of processing local PMT for toddlers and improve the nutritional status of toddlers. This activity will be carried out in June 2024 in Oeltua Village, Kupang Regency. The target of this activity is POSYANDU cadres totaling 35 people. This training was carried out using the PMT processing practice method. The result of implementing the activity is an increase in cadre skills in processing the PMT menu.

Keywords : Making PMT; Cadre Training; Stunting Toddlers

Abstrak

Anak stunting berisiko mengalami peningkatan kesakitan dan kematian, terhambatnya perkembangan motorik dan mental, penurunan intelektual dan produktivitas, peningkatan risiko penyakit degeneratif, obesitas serta lebih rentan terhadap penyakit infeksi. Stunting pada anak sekolah dasar merupakan manifestasi dari stunting pada masa BALITA yang mengalami kegagalan dalam tumbuh kejar (*catch up growth*), defisiensi zat gizi dalam jangka waktu lama, serta adanya penyakit infeksi. Stunting tidak hanya disebabkan oleh satu faktor tetapi disebabkan oleh banyak faktor yang saling berhubungan satu dengan lain. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah gizi pada BALITA yaitu dengan melatih kader POSYANDU dalam pengolahan PMT bagi BALITA stunting. Harapan dari upaya ini adalah kader dapat memahami pentingnya pengolahan PMT Lokal bagi BALITA dan memperbaiki status gizi BALITA. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Juni 2024 di Desa Oeltua Kabupaten Kupang. Sasaran kegiatan ini adalah kader POSYANDU berjumlah 35 orang. Pelatihan ini dilaksanakan dengan metode praktek pengolahan PMT. Hasil pelaksanaan kegiatan yaitu adanya peningkatan keterampilan kader dalam mengolah menu PMT.

Kata Kunci: Pembuatan PMT; Pelatihan Kader; BALITA Stunting

Accepted: 2025-03-09

Published: 2025-04-24

PENDAHULUAN

Stunting didefinisikan sebagai kondisi dimana tinggi badan seseorang berada di bawah standar normal, yang diukur melalui indeks Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). Ambang batas yang digunakan untuk menentukan stunting ini adalah z-score antara -3 SD hingga batas bawah yang telah ditetapkan (Olsa *et al.*, 2018). Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2019 mengungkapkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia mencapai 27,7%. Namun, pada tahun 2021, angka tersebut mengalami sedikit penurunan menjadi 24,4% (Kemenkes RI, 2022).

Anak yang mengalami stunting berisiko tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan, termasuk peningkatan angka kesakitan dan kematian, serta terkena dampak negatif dalam perkembangan motorik dan mental mereka. Selain itu, stunting juga dapat mengakibatkan penurunan kapasitas intelektual dan produktivitas, meningkatkan risiko penyakit degeneratif, obesitas, serta membuat anak lebih rentan terhadap infeksi. Stunting yang terjadi pada anak usia sekolah dasar sering kali merupakan kelanjutan dari stunting yang dialami saat BALITA, yang ditandai dengan gagalnya pertumbuhan yang optimal (*catch up growth*), kekurangan zat gizi

dalam jangka waktu lama, serta adanya penyakit infeksi. Perlu dicatat bahwa stunting tidak disebabkan oleh satu faktor tunggal, melainkan merupakan hasil dari interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan (Dianna *et al.*, 2023).

Paradigma sehat adalah sebuah cara pandang dan pola pikir dalam pembangunan sektor kesehatan yang melihat permasalahan kesehatan sebagai hal yang saling terkait dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lintas sektoral. Pendekatan ini lebih menekankan pada upaya peningkatan, pemeliharaan, dan perlindungan kesehatan, bukan sekadar fokus pada penyembuhan penyakit atau pemulihan kesehatan. Berbagai permasalahan kesehatan yang dihadapi masyarakat sangat berpengaruh terhadap upaya peningkatan derajat kesehatan, salah satunya adalah isu gizi. Gizi memiliki peranan yang krusial dalam pembangunan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM), sebab ketidakseimbangan gizi dapat mengakibatkan penurunan kualitas SDM secara signifikan (Lestari *et al.*, 2018).

POSYANDU adalah salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang dikelola dan diselenggarakan oleh dan untuk masyarakat, serta bersama masyarakat itu sendiri dalam pelaksanaan pembangunan kesehatan (Yuliani *et al.*, 2021). Program ini dirancang untuk pemberdayaan masyarakat serta memperluas cakupan pelayanan kesehatan dasar. Tujuannya adalah untuk mempercepat penurunan angka kematian ibu dan bayi serta mengurangi prevalensi stunting. Salah satu upaya yang dilakukan kader POSYANDU adalah pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada setiap kegiatan POSYANDU. merupakan aktivitas yang dilakukan untuk memberikan makanan kepada BALITA dalam bentuk kudapan atau camilan yang tidak hanya aman dan berkualitas, tetapi juga kaya akan nilai gizi yang sesuai dengan kebutuhan mereka (Kurniasari *et al.*, 2022).

Salah satu langkah yang dapat diambil untuk mencegah terjadinya gizi buruk pada balita adalah dengan memberikan makanan tambahan (PMT) yang sesuai dan berkualitas (Emmaria *et al.*, 2024). Pemahaman mengenai pemenuhan nutrisi untuk BALITA dapat diperoleh melalui informasi yang disampaikan oleh tenaga kesehatan selama kegiatan POSYANDU (Novianti *et al.*, 2021). Kader yang merupakan bagian dari tim penggerak POSYANDU memiliki peranan yang sangat vital dalam menyampaikan informasi yang akurat kepada para ibu mengenai Pemberian Makanan Tambahan (Krisnana & Rachmawati, 2017).

Bahan untuk pembuatan PMT tidak harus selalu berasal dari luar daerah dengan harga yang tinggi. Produk pertanian lokal juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan baku PMT. Contohnya, makanan pokok seperti jagung dan ubi dapat menjadi pilihan. Selain itu, buah-buahan yang tumbuh di wilayah setempat juga bisa digunakan sebagai komponen dalam pembuatan PMT. Dengan memanfaatkan sumber daya lokal, kita dapat menciptakan PMT yang beragam dan terjangkau (Fikriyani, 2022).

Desa Oeltua merupakan salah satu desa di kecamatan Taebenu wilayah Kabupaten Kupang dan merupakan salah satu lokasi desa binaan dari Dosen Prodi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang. Luas wilayah di Desa Oeltua adalah 9,94 km² dengan jumlah penduduk 4.129 jiwa (Badan Pusat Statistik Kabupaten Kupang, 2024). Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi BALITA yang memiliki tinggi badan pendek atau stunting di NTT sebesar 42,7%. Provinsi Nusa Tenggara Timur merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki prevalensi stunting tertinggi. Kabupaten Kupang sebagai salah satu kabupaten di Provinsi NTT yang menyumbang angka stunting yang cukup tinggi yakni sebesar 41,43% dan Desa Oeltua merupakan salah satu desa penyumbang angka stunting di Kabupaten Kupang yakni sebanyak 63 orang. Mata penghasilan sebagian besar masyarakat Desa Oeltua adalah petani. Dengan alasan tersebut, maka dirasa perlu untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah Desa Oeltua Kabupaten Kupang.

Poltekkes Kupang sebagai salah satu institusi pendidikan kesehatan, khususnya Program Studi D3 Gizi merasa memiliki tanggung jawab untuk memberikan penerangan dan informasi mengenai

pentingnya pemberian makanan tambahan bagi BALITA. Untuk mencapai maksud diatas, dosen Prodi D-III Gizi mengadakan kegiatan pelatihan gizi kepada kader tentang pembuatan menu PMT berbahan pangan lokal.

METODE

Kegiatan ini merupakan pengabdian kepada masyarakat dengan skema kemitraan masyarakat dimana yang menjadi mitranya adalah Desa Oeltua. Artinya Skema Program Kemitraan Masyarakat (PKM) adalah program PKM yang bermitra dengan masyarakat di bidang kesehatan, khususnya gizi.

Jenis kegiatan yang dilakukan adalah edukasi, yaitu keterlibatan civitas akademika dalam mengaplikasikan keilmuannya sebagai penyelenggara kegiatan dan/atau narasumber, pendampingan, yaitu pelatihan pembuatan menu PMT kepada kader POSYANDU. Mitra dalam kegiatan ini adalah kader POSYANDU. Kegiatan ini melalui 2 tahap yaitu persiapan dan pelaksanaan.

Kegiatan ini dilakukan pada bulan Juni tahun 2024 di Desa Oeltua Kabupaten Kupang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk pelatihan pembuatan menu PMT kepada kader POSYANDU di wilayah kerja Desa Oeltua. Menu yang dilatih adalah *Rice Bitterballen* dan Bakso Ayam Kelor.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan pembuatan PMT kepada kader POSYANDU dilakukan pada tanggal 20 Juni 2024 bertempat di Kantor Desa Oeltua Kabupaten Kupang. Kegiatan terlaksana dalam 4 tahapan antara lain: (1) pembukaan oleh Kepala Desa Oeltua, (2) penjelasan tentang menu yang akan dilatih, (3) pembuatan menu oleh kader POSYANDU, dan (4) evaluasi oleh tim pelatih.

Menu yang dilatih adalah Rice Bitterballen dan Bakso Ayam Kelor. Pelatihan pembuatan PMT kepada kader POSYANDU diikuti oleh 35 (tiga puluh lima) orang kader POSYANDU yang dibagi kedalam 2 kelompok berdasarkan menu yang dilatih. Kelompok 1 membuat menu Rice Bitterballen dan kelompok 2 membuat menu Bakso Ayam Kelor.

Pembuatan menu Rice Bitterballen melalui beberapa langkah yaitu: (1) lelehkan margarin, masukkan bawang Bombay dan bawang putih yang telah diiris tipis, (2) masukkan daging ayam cincang, wortel parut, merica, pala bubuk, totole dan garam hingga merata dan matang, (3) masukan nasi putih, tepung terigu, susu UHT, aduk hingga merata dan matang, (4) campurkan tepung terigu untuk baluran dengan sedikit air, (5) bentuk adonan berbentuk bulat, celupkan adonan ke tepung terigu yang telah diberi air dan Balur dengan tepung panir, (6) goreng hingga berwarna kuning keemasan, (7) angkat dan sajikan.

Untuk membuat menu Bakso Ayam Kelor dilakukan melalui beberapa langkah yaitu: (1) rebus air hingga mendidih, lanjut Blender ayam, bawang putih, bawang merah goreng, lada, baking powder, telur, garam, totole, kelor, & air es, (2) masukkan tepung tapioka, lanjut blender hingga halus, (3) setelah air panas, bulatkan adonan dan masukkan ke dalam air, (4) tunggu sampai adonan mengapung pertanda telah matang, (5) angkat dan sajikan.

Salah satu cara terbaik yang dapat digunakan untuk mencegah terjadinya stunting pada BALITA dapat dilakukan dengan memberi dan memenuhi gizi yang diperlukan oleh BALITA. Kurangnya pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran masyarakat dapat memperparah terjadinya stunting pada BALITA. Salah satu cara pencegahan masalah gizi pada BALITA adalah dengan pemberian makanan tambahan (PMT) yang diberikan pada saat kegiatan POSYANDU. PMT yang diberikan tidak saja menggunakan bahan yang dipesan dari luar tetapi dengan memanfaatkan pangan lokal yang ada disekitar rumah. Untuk itu dibutuhkan keterampilan yang memadai oleh kader POSYANDU dalam mengolah PMT bagi BALITA.

Pembuatan menu PMT pangan lokal dengan menggunakan metode pelatihan merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan terkait informasi yang diberikan kepada sasaran dalam hal ini kader POSYANDU. Metode ini merupakan salah satu metode penyampaian edukasi yang melibatkan seluruh panca indra dengan menggunakan alat peraga yang memadai sehingga peserta dapat langsung mempraktekkan materi yang disampaikan oleh pelatih. Dalam kegiatan PKM ini, seluruh peserta hadir dan sangat antusias mengikuti kegiatan pelatihan pembuatan menu PMT. Pihak Desa sangat mendukung kegiatan ini dan berharap team dapat mendampingi para Kader POSYANDU dalam pembuatan PMT jika Desa mendapat dana PMT tahun 2024.



Pembukaan Kegiatan oleh Kepala Desa Oeltua



Penjelasan Menu Pelatihan



Pembuatan Menu oleh Kader POSYANDU didampingi oleh Pelatih



Evaluasi Menu oleh Pelatih



Foto Bersama Peserta dan Pelatih

KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan pembuatan menu PMT berbasis pangan lokal kepada kader POSYANDU di Desa Oeltua meningkatkan keterampilan kader dalam mengolah menu PMT bagi BALITA.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kabupaten Kupang. (2024). Kecamatan Taebenu dalam Angka (*Taebenu District in Figures*) 2024. Oelamasi: BPS Kabupaten Kupang.
- Dianna, D., Damayanti, D. F., & Purnamasari, M. (2023). Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Diberikan Buku Saku tentang Stunting di Wilayah Puskesmas Sandai Kabupaten Ketapang. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 7(1), 45-50, <https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i1.470>.
- Emmaria, R., Sinaga, K., Manurung, B., Tobing, R. A. L., Lubis, R. D., & Sihombing, P. A. (2024). Edukasi Penanganan dan Pencegahan Gizi Kurang pada BALITA di Wilayah Kerja PUSKESMAS Rantang Kota Medan Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 2(4), 1309-1314, <https://doi.org/10.59407/jpki2.v2i4.1168>.
- Fikriani, A. (2022). Pemanfaatan Pangan Lokal sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini di Dusun Ndewel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Maggarai Barat. Mataram: Universitas Islam Negeri, <https://etheses.uinmataram.ac.id/4279/1/Anisa%20Fikriyani%20180110089-.pdf>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018. Jakarta: Kemenkes RI.
- Krisnana, I., & Rachmawati, P. D. (2017). Peningkatan Pengetahuan Kader POSYANDU tentang PMT dalam Upaya Pencegahan Gizi Buruk pada BALITA. *Pedimaternat Nursing Journal*, 4(1), 1-5, <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-pmnjf117f88be52full.pdf>.
- Kurniasari, R., Sabrina, S., & Salma, A. N. (2022). Pelatihan Kader POSYANDU untuk Membuat Camilan Tinggi Protein Berbahan Lokal sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Selaparang : Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(4), 1834-1838, <https://doi.org/10.31764/jpmb.v6i4.11468>.
- Lestari, W., Rezeki, S. H. I., Siregar, D. M., & Manggabarani, S. (2018). Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting Pada Anak Sekolah Dasar Negeri 014610 Sei Renggas Kecamatan Kisaran Barat Kabupaten Asahan. *Jurnal Dunia Gizi (jDG)*, 1(1), 59-64, <https://doi.org/10.33085/jdq.v1i1.2926>.
- Novianti, R., Purnaweni, H., & Subowo, A. (2021). Peran POSYANDU untuk Menangani Stunting di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. *Journal of Public Policy and Management Review*, 10(3), 378-387, <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jppmr/article/view/31425>.
- Olsa, E. D., Sulastri, D., & Anas, E. (2018). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), 523-529, <https://doi.org/10.25077/jka.v6i3.733>.
- Yuliani, M., Yufina, Y., & Maesaroh, M. (2021). Gambaran Pembentukan Kader dan Pelaksanaan POSYANDU Remaja dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Reproduksi Remaja. *Selaparang : Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 266-273, <https://doi.org/10.31764/jpmb.v4i2.4157>.