

Pelatihan pengolahan PMT Puding Tinggi Protein pada kader Posyandu sebagai upaya pencegahan balita gizi kurang di Kelurahan Plaju

Windi Indah Fajar Ningsih^{1*}, Sari Bema Ramdika¹, Fatria Harwanto¹,
Ardesy Melizah Kurniati²

¹Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya

²Program Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya

E-mail: windi@fkm.unsri.ac.id

Abstrak

Pelaksanaan kegiatan posyandu tidak luput dari peran kader. Salah satu tugas kader yaitu mengelola pemberian PMT bagi balita peserta posyandu. Plaju masuk dalam 10 wilayah yang memiliki kepadatan penduduk terbanyak di Kota Palembang dengan masih ditemuinya masalah gizi kurang dan stunting. Pemberian PMT yang tepat dapat memperbaiki status gizi balita agar dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada balita. Permasalahan dalam pemberian PMT yaitu kandungan gizi yang belum padat gizi, kurang variasi dan kebosanan pada menu PMT. Oleh karena permasalahan tersebut perlu dilakukan pendampingan pada kader untuk dapat mengolah PMT yang lebih variatif, tinggi protein dan sesuai dan rasa yang disukai oleh balita seperti pudding. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada 25 orang kader dari 5 posyandu di Plaju dengan melibatkan 4 dosen dan 8 mahasiswa. kegiatan dilakukan pada bulan September tahun 2024. Keberhasilan kegiatan akan dievaluasi melalui hasil pretest dan posttest Tingkat pengetahuan kader mengenai PMT tinggi protein serta kemampuan kader dalam mengolah PMT tinggi protein melalui lomba kreasi pudding tinggi protein

Kata kunci: Balita, Kader, Posyandu, Puding, Status Gizi.

Abstract

Training on High Protein Pudding PMT Processing for Posyandu Cadres as an Effort to Prevent Malnutrition in Toddlers in Plaju Subdistrict. The implementation of posyandu activities cannot be separated from the role of cadres. One of the cadres' tasks is to manage the provision of PMT for toddlers participating in posyandu. Plaju is included in the 10 areas with the highest population density in Palembang City with problems of malnutrition and stunting still being found. Proper provision of PMT can improve the nutritional status of toddlers in order to achieve optimal growth and development in toddlers. The problems in providing PMT are the nutritional content that is not yet dense in nutrition, lack of variety and boredom in the PMT menu. Therefore, it is necessary to provide assistance to cadres to be able to process PMT that is more varied, high in protein and appropriate and tastes that toddlers like, such as pudding. This community service activity was carried out on 25 cadres from 5 posyandus in Plaju involving 4 lecturers and 8 students. the activity was carried out in September 2024. The success of the activity will be evaluated through the results of the pretest and posttest. The level of cadre knowledge regarding high-protein PMT and the cadre's ability to process high-protein PMT through a high-protein pudding creation competition

Keywords: Toddlers, Cadres, Integrated Health Posts, Pudding, Nutritional Status.

1. PENDAHULUAN

Pos pelayanan terpadu (Posyandu) merupakan salah satu dari upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang dikelola dan diselenggarakan masyarakat.¹ Pelaksanaan kegiatan posyandu tidak luput dari peran kader. Tugas kader sebagai tenaga pelaksana adalah melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita dan apabila menemukan gangguan pertumbuhan, kader bertugas memberikan tindak lanjut, salah satunya berupa pemberian makanan tambahan (PMT).^{2,3} Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 prevalensi stunting di Kota Palembang berada pada angka 14,8%, wasting 7,8%, dan obesitas 5,6%. Salah satu wilayah yang ada di kota Palembang ialah Plaju. Berdasarkan data, Plaju terkategori dalam 10 wilayah yang memiliki kepadatan penduduk terbanyak di Kota Palembang yaitu berjumlah 98.426 jiwa dengan total 4 pelayanan kesehatan. Jumlah Balita stunting yang ada di plaju berjumlah 35 anak dengan persentase 0,5%.^{4,5,6} Status gizi balita yang kurang pada wilayah tersebut perlu diperhatikan dengan pemberian PMT yang tepat. Pemberian PMT di posyandu bertujuan untuk memperbaiki status gizi balita agar dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan secara optimal, dan mencegah kekurangan gizi pada balita.⁷

PMT merupakan salah satu komponen penting indikator keberhasilan posyandu. Saat ini, pemerintah juga menggagas pemberian PMT berbasis pangan lokal yang bertujuan untuk memanfaatkan potensi sumber daya dan kearifan lokal. Beberapa posyandu telah menerapkannya dengan menyiapkan makanan tambahan lain seperti kacang hijau, telur, dan makanan yang tersedia di masing-masing daerah.^{3,8} Pada kenyataannya, hasil Risesdas (2018) menyatakan bahwa anak usia 6-59 yang diberi PMT 36% tidak menghabiskan dan 59,5% menolak untuk mengkonsumsi. Hal ini akibat rasa bosan karena PMT yang diberikan kurang bervariasi sehingga program PMT tidak berjalan dengan semestinya.⁹ Hal ini menunjukkan bahwa perlu adanya strategi khusus meningkatkan peran kader untuk mengelola pemanfaatan PMT menggunakan bahan pangan lokal.

Kegiatan demonstrasi pembuatan PMT dengan bahan lokal terbukti dapat meningkatkan kreativitas kader dalam pengembangan PMT berbahan lokal di posyandu masing-masing. Dari permasalahan tersebut perlu dilakukan pendampingan pengolahan PMT yang lebih variatif, tinggi protein dan sesuai dengan rasa yang disukai oleh balita. Kader yang memiliki keahlian membuat PMT diharapkan dapat mengajarkan ibu-ibu balita. Saat ibu balita memiliki kemampuan membuat PMT, maka secara langsung dapat mencegah terjadinya kurang gizi.⁸

Posyandu di kecamatan Plaju berada dalam wilayah kerja puskesmas plaju yang mengkoordinasi lebih dari 24 posyandu. Salah satu posyandu ada terletak di wilayah RT 05 dan sekitarnya yang sangat aktif melaksanakan kegiatan psoyandu tiap bulan. PMT yang biasa diberikan di wilayah ini berupa bubur kacang hijau dan biskuit yang kandungan proteinya tidak cukup memenuhi kebutuhan balita. Balita masuk dalam kategori kelompok rentan yang harus diperhatikan asupan makanan dan status gizinya, Protein menjadi zat gizi penting dalam pertumbuhan dan perkembangan balita sehingga kader harus memiliki pengetahuan yang baik mengenai peran protein dan pengolahan PMT tinggi protein, sehingga rumusan dalam pengabdian Masyarakat ini apakah dengan pendampingan pada kader posyandu dalam pengolahan PMT puding tinggi protein dapat menjadi upaya pencegahan balita gizi kurang di kecamatan plaju.

2. TINJAUAN PUSTAKA

a. Posyandu

Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang dilaksanakan oleh, dari dan bersama masyarakat, untuk memberdayakan dan memberikan kemudahan kepada masyarakat guna memperoleh pelayanan kesehatan bagi ibu, bayi dan anak balita.¹⁰ Posyandu merupakan tempat pusat kegiatan masyarakat dalam bidang kesehatan

seperti melaksanakan pelayanan KB, gizi, imunisasi, penanggulangan diare, dan KIA.¹¹

Upaya keterpaduan pelayanan ini merupakan salah satu cara untuk meningkatkan jangkauan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Berdasarkan hal tersebut, tujuan didirikannya Posyandu adalah untuk menurunkan angka kematian bayi dan anak balita, angka kelahiran agar terwujud keluarga kecil bahagia dan Sejahtera.¹² Upaya peningkatan peran dan fungsi Posyandu bukan semata-mata tanggungjawab pemerintah saja, namun semua komponen yang ada di masyarakat, termasuk kader. Peran kader dalam penyelenggaraan Posyandu sangat besar karena selain sebagai pemberi informasi kesehatan kepada masyarakat juga sebagai penggerak masyarakat untuk datang ke Posyandu dan melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat.¹³

b. Kader Posyandu

Kader Posyandu adalah individu yang memainkan peran penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat di tingkat desa. Dengan menghadapi masalah kesehatan masyarakat yang kompleks, partisipasi aktif kader menjadi kunci, sehingga profesionalisme mereka sangat diperlukan. Kader Posyandu harus dilengkapi dengan pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk memberikan layanan kesehatan dasar kepada masyarakat desa. Potensi diri yang berhasil dimanfaatkan oleh kader Posyandu menjadi landasan untuk mendorong peningkatan kesehatan masyarakat di tempat mereka mengabdikan.¹⁵

c. Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah kegiatan pemberian makanan kepada balita dalam bentuk kudapan yang aman dan bermutu beserta kegiatan pendukung lainnya dengan memperhatikan aspek mutu dan keamanan pangan. Serta mengandung nilai gizi yang sesuai dengan kebutuhan sasaran. Selain itu, menurut Kemenkes RI (2023) PMT adalah program intervensi bagi balita yang menderita kurang gizi dimana tujuannya adalah untuk meningkatkan status gizi anak serta untuk mencukupi kebutuhan zat gizi anak agar tercapainya status gizi dan kondisi gizi yang baik sesuai dengan umur anak tersebut.¹²

d. Status Gizi Balita

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, dimana zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh, serta pengatur proses tubuh. Khususnya bagi balita, zat gizi sangat penting karena mempengaruhi pertumbuhan maupun perkembangan yang dapat berpengaruh terhadap kehidupan yang akan datang.¹⁶ Penilaian status gizi balita dapat diukur berdasarkan pengukuran antropometri yang terdiri dari variabel umur, berat badan (BB) dan tinggi

3. METODE

Model kegiatan atau metode yang dapat diusulkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pendampingan kepada masyarakat. Pendampingan ini dilakukan dengan menerapkan hasil riset pudding tinggi protein.



Gambar 1. Puding Tinggi Protein

Adapun tahapan yang dilakukan dalam pendampingan ini adalah sebagai berikut:

1. Menyusun materi terkait PMT tinggi protein oleh mahasiswa
2. Pemberian materi ke kader posyandu terkait peran protein bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita oleh dosen tim pengabdian masyarakat

3. Pemberian materi ke kader posyandu terkait variasi bahan pangan tinggi protein oleh dosen tim pengabdian masyarakat
4. Pemberian materi dan pendampingan ke kader posyandu terkait pengolahan variasi pudding PMT ke kader posyandu oleh ahli gizi puskesmas
5. Penyusunan buku resep variasi PMT tinggi prtein oleh mahasiswa dan kader posyandu

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

- 1) Menyusun materi terkait PMT tinggi protein oleh mahasiswa

Pada kegiatan ini mahasiswa melakukan penyusunan materi sesuai mata kuliah yang dikonversi yaitu gizi daur kehidupan. Adapun materi yang disusun yaitu terkait tumbuh kembang bayi dan balita.



Gambar 2. Materi PMT yang digunakan

2) Pemberian materi ke kader posyandu

Tabel 1. Hasil Analisis Data Pengetahuan

Parameter	Nilai Mean Pengetahuan		p-value
	Pre Test	Post Test	
Pengetahuan	10,92 ± 1,80	13,28 ± 1,83	0,000

Pada kegiatan ini dilakukan pemberian materi terkait peran protein bagi pertumbuhan balita dan variasi bahan makanan sebagai sumber protein dengan pemanfaatan pangan lokal. Kegiatan ini yang diikuti oleh 25 orang kader posyandu di wilayah kerja plaju. Sebelum pemberian materi dilakukan, peserta wajib mengisi pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta. Proses pemberian materi berlangsung aktif karena peserta sangat antusias mendengarkan materi yang diberikan dan beberapa peserta mengajukan pertanyaan.



Gambar 1. Proses pemberian materi pada para kader

Setelah itu, peserta diberikan post-test untuk melihat seberapa efektif pemberian materi yang dilakukan. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan pada peserta setelah dilakukan pemberian materi. Dengan demikian, peserta mendapatkan informasi tambahan terkait makanan tinggi protein yang dapat dibuat kembali di rumah menggunakan bahan lokal yang mudah didapatkan.

3) Pelatihan pembuatan puding tinggi protein ke kader posyandu

Pemberian materi diberikan dengan cara praktek langsung cara memasak puding tinggi protein di depan peserta yang hadir. Kegiatan ini menimbulkan antusiasme para peserta untuk mengetahui jenis dan jumlah bahan, serta variasi alat dalam pembuatan puding tinggi protein.



Gambar 2. Pelatihan pembuatan puding tinggi protein

Pada sela-sela pemberian materi, beberapa peserta aktif melontarkan pertanyaan yang kemudian langsung dijawab oleh pemberi materi. Peserta juga tertarik untuk mencicipi secara langsung puding tinggi protein yang dibuat. Selain itu, dalam meningkatkan antusiasme peserta untuk membuat produk makanan berbasis bahan pangan lokal, diadakan lomba pembuatan puding dengan bahan tinggi protein yang mudah didapatkan di sekitaran wilayah plaju. Peserta dibagi menjadi lima kelompok per posyandu. Penilaian dilakukan oleh juri berdasarkan rasa, bahan pangan yang digunakan, dan kreatifitas peserta dalam proses pembuatan puding.

4) Lomba kreasi puding

Diadakan lomba pembuatan puding dengan bahan tinggi protein yang mudah didapatkan di sekitaran wilayah plaju guna meningkatkan antusiasme para kader untuk membuat produk makanan berbasis bahan pangan lokal. Peserta dibagi menjadi lima kelompok per posyandu.

Penilaian dilakukan oleh juri berdasarkan rasa, bahan pangan yang digunakan, dan kreatifitas peserta dalam proses pembuatan puding.



Gambar 3. Lomba kreasi puding



Gambar 4. Hasil lomba kreasi puding

5. SIMPULAN

Simpulan dari penelitian yaitu pelatihan dan pendampingan yang diberikan kepada kader Posyandu berhasil meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya pemberian makanan tambahan (PMT) yang bergizi, khususnya dalam pengolahan puding tinggi protein serta implementasi PMT berupa puding tinggi protein berpotensi membantu mencegah gizi kurang pada balita, yang merupakan masalah serius di wilayah tersebut. Dengan pemahaman yang lebih baik, kader Posyandu dapat memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan anak. Serta, saran yang dapat diberikan berupa program pelatihan dan pendampingan bagi kader Posyandu dilanjutkan secara berkala untuk memastikan kader tetap teredukasi tentang teknik

pengolahan makanan yang sehat dan bergizi serta peran Masyarakat, terutama ibu-ibu balita, perlu dilibatkan lebih aktif dalam proses pengolahan dan penyajian PMT agar mereka merasa memiliki kontribusi dalam upaya peningkatan gizi anak-anak mereka dan diperlukan sistem monitoring dan evaluasi yang efektif untuk menilai dampak jangka panjang dari pemberian PMT terhadap status gizi balita di Kelurahan Plaju.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih yang tulus kami sampaikan terutama kepada para pemberi dana pengabdian atau donatur yang telah memberikan dukungan finansial. Selain itu, kami juga ingin mengungkapkan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dan membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

Referensi

1. Permendagri, Pedoman Pengintegrasian Layanan Sosial Dasar di Pos Pelayanan Terpadu. Indonesia, 2011.
2. R. Handayani and S. Nuryani, "Hubungan Karakteristik dengan Kinerja Kader Posyandu dalam Pemantauan Tumbuh Kembang Balita," *Jurnal Bina Cipta Husada*, vol. XVIII, no. 1, 2022.
3. Kemenkes RI, "Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil," 2023.
4. Ashilah, Najmah, F. Fahrizal, S. Rahayu, and R. Zahara, "Pemetaan Stunting, Wastig, dan Obesitas Berdasarkan Kondisi Geografis di Kota Palembang," *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, vol. 7, no. 2, pp. 99–104, 2023.
5. Kemenkes RI, "Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022," 2022.
6. Badan Pusat Statistik Kota Palembang, *Kota Palembang Dalam Angka 2024*. Palembang: BPS Kota Palembang, 2024.

7. N. Wati, "Analisis Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap Status Gizi Anak di Posyandu Kelurahan Sembungharjo Semarang," *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan Usia Dini*, vol. 6, no. 2, pp. 94–94, 2020.
8. W. Sugandini, N. Ketut Erawati, and L. Mertasari, "Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Membuat Puding Jagung Modisco untuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Desa Tegallinggah," 2023.
9. Listiyowati and S. Kusumawati, "Modifikasi Es Krim Sehat sebagai Alternatif Peningkatan Daya Terima Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan Berbasis Susu pada Balita di Puskesmas Prongapus Kabupaten Semarang," *Prosiding TIN PERSAGI*, pp. 337–344, 2023.
10. Kemenkes RI, *Panduan Pengelolaan Posyandu Bidang Kesehatan*. 2023. N. Hafifah and Z. Abidin, "Peran Posyandu dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Ibu dan Anak di Desa Sukawening, Kabupaten Bogor," *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat Juli*, vol. 2020, no. 5, pp. 893–900, Jul. 2020.
11. N. Hafifah and Z. Abidin, "Peran Posyandu dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Ibu dan Anak di Desa Sukawening, Kabupaten Bogor," *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat Juli*, vol. 2020, no. 5, pp. 893–900, Jul. 2020.
12. Kemenkes RI, *Pos Pelayanan Terpadu: Komunikasi Antar Pribadi dalam Percepatan Penurunan Stunting*. 2023.
13. W. Sastika, F. H. Hanifa, and G. M. Disastra, "Peningkatan Kapabilitas Kader Posyandu Melalui Pelatihan Service Excellent Di Desa Penyocokan Ciwidey Kabupaten Bandung," *Prosiding Community Service & Engagement Seminar (COSECANT)*, 2022, [Online]. Available: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/D>
14. Kemenkes RI, *Ayo Ke Posyandu Setiap Bulan*. 2012. [Online]. Available: www.promkes.depkes.go.id
15. R. F. Nuzula and N. Azmi, "Pelatihan Peran Serta Kader Posyandu Dalam Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat," *Pengabdian Masyarakat*, vol. 2, no. 2, pp. 56–57, 2023.
16. Auliya, W. K. H. Oktia, and I. Budiono, "Profil Status Gizi Balita Ditinjau Dari Topografi Wilayah Tempat Tinggal (Studi Di Wilayah Pantai Dan Wilayah Punggur Bukit Kabupaten Jepara)," *Unnes Journal of Public Health*, vol. 4, no. 2, pp. 108–116, 2015, [Online]. Available: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph>

17. M. Septikasari, *Status Gizi Anak dan Faktor Yang Mempengaruhi*, 1st ed. Yogyakarta: UNY Press, 2018.
18. Azmi Nur fauzia and Deni alamsah, "Edukasi Pembuatan Menu PMT Berbasis Pangan Lokal pada Kader Posyandu Puskesmas Mekar Mukti" *Poltekita : jurnal pengabdian Masyarakat*, vol. 3, no. 4, pp. 816–824, 2022