

***Cooking Class MP-ASI: Meningkatkan Gizi Anak dan Mencegah Stunting di Kelurahan Kandang Mas Melalui Mentoring Kader dan Ibu***

***MP-ASI Cooking Class: Enhancing Children's Nutrition and Preventing Stunting in Kandang Mas Village through Cadre and Mother Mentoring***

**Nurul Maulani<sup>1)</sup>\*, Rismayani<sup>1)</sup>**

<sup>1)</sup>Program Studi Kebidanan STIKes Sapta Bakti Bengkulu Bengkulu, Indonesia

\*Email Korespondensi : [nurulmaulani99@gmail.com](mailto:nurulmaulani99@gmail.com)

**Article History:**

Received: 23 March 2024

Revised: 13 April 2024

Accepted: 10 May 2024

**Keywords:** *Stunting, cooking class, cadre, posyandu*

**Abstract**

*The role of mothers in preventing stunting is crucial. Therefore, a mother must have extensive knowledge about the nutritional value of food and the preparation of complementary foods for breastfeeding (MP-ASI). Meanwhile, health cadres play a vital role in self-care management of maternal nutrition during pregnancy as an effort to prevent stunting. One of the stunting prevention efforts is through providing nutritious MP-ASI that meets the age requirements of the child. The problem encountered in the Kandang Mas sub-district is that there are still toddlers with weights below the green line, which is a shared responsibility. The purpose of this community service is to maximize the ability of mothers and families in fulfilling children's nutrition. The nutrition education (cooking class) was conducted in December 2023 and was attended by two groups of mothers with infants and toddlers, as well as five posyandu cadres. The methods used included demonstrations, mentoring, and evaluations. The results of this nutrition education were an increase in mothers' knowledge and skills in preparing complementary foods for breastfeeding, enabling mothers of toddlers to practice it at home and enhancing their knowledge to fulfill their role as community mobilizers in preventing and handling stunting. The outcomes of the activity included improved knowledge and skills of mothers in providing children's nutrition and enhanced knowledge and skills of cadres in providing education and mentoring to expectant mothers and mothers of infants/toddlers in their working area. Mothers are expected to apply the knowledge and skills acquired from this activity and share it with other mothers around them. Cadres are expected to apply the knowledge and skills gained to provide education and mentoring to pregnant mothers in their area.*

**Kata Kunci:** Stunting, cooking clas, kader, posyandu

### **Abstrak**

Peran Ibu dalam pencegahan stunting adalah paling penting, sehingga seorang ibu harus mempunyai pengetahuan yang luas tentang nilai gizi makanan dan cara pengolahan makanan pendamping ASI. Sementara peran Kader kesehatan berperan penting dalam self-care management nutrisi ibu selama kehamilan sebagai upaya pencegahan stunting. Salah satu upaya pencegahan stunting dilakukan melalui pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi yang sesuai kebutuhan usia anak. Permasalahan yang ditemui pada kecamatan Kandang Mas adalah masih adanya berat badan balita yang dibawah garis hijau, yang menjadi tanggung jawab bersama. Tujuan pengabdian masyarakat ini agar ibu dapat memaksimalkan kemampuan ibu dan keluarga dalam pemenuhan gizi anak. Pelaksanaan pendidikan gizi (cooking class) dilaksanakan pada bulan Desember 2023 yang diikuti 2 kelompok ibu bayi dan balita serta oleh 5 kader posyandu. Metode yang dilakukan adalah demonstrasi, pendampingan dan evaluasi. Hasil dari pendidikan pendidikan gizi ini adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyediakan makanan pendamping asi sehingga ibu balita dapat mempraktikkannya dirumah serta meningkatkan pengetahuan yang cukup untuk melaksanakan perannya sebagai pelaku penggerak masyarakat dalam pencegahan dan penanganan stunting. Hasil kegiatan adalah adanya peningkatan pengetahuan, keterampilan Ibu dalam menyediakan gizi anak dan meningkatnya pengetahuan dan ketrampilan kader dalam memberikan edukasi dan pendampingan pada calon ibu maupun ibu bayi/balita diwilayah kerjanya. Ibu diharapkan mampu mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang telah dida[pat dalam kegiatan ini serta menyampaikan kepada ibu lain di sekitarnya. Kader diharapkan mengaplikasikan pengetahuan dan kemampuan yang telah diperoleh untuk memberikan edukasi dan pendampingan terhadap ibu hamil di wilayahnya.

### **PENDAHULUAN**

Stunting merupakan masalah Nasional yang masih menjadi isu Nasional dan perlu perhatian khusus (Yuwanti., 2021). Permasalahan stunting merupakan salah satu bagian dari double burden malnutrition yang memiliki dampak yang sangat merugikan baik dari sisi kesehatan maupun dari sisi produktifitas ekonomi dalam jangka pendek maupun panjang. Stunting memiliki dampak terhadap perkembangan anak dalam jangka pendek, stunting terkait dengan petrkembangan otak anak yang pada akhirnya menyebabkan tingkat kecerdasan yang kurang optimal. Hal Tersebut berarti bahwa akan mempengaruhi kemampuan kognitif anak dalam jangka panjang akan lebih rendah dan akhirnya menurunkan produktivitas dan menghambat pertumbuhan dan perkembangan sumber daya manusia generasi penerus bangsa (Kepala BKKBN, 2021).

Angka kejadian stunting mengalami naik turun dari tahun ketahun di tahun 2019 terjadi penurunan angka stunting menjadi 27,7 % namun rerata penurunan angka

stunting masih lambat. Sedangkan target yang ingin di capai di tahun 2024 adalah 14% (Kepala BKKBN, 2021). Di Bengkulu angka stunting masih cukup tinggi, kejadian stunting tersebar di hampir seluruh kabupaten dan desa, yang tertinggi di Kabupaten Bengkulu Tengah di desa Ulak lebar yaitu 44,4% dan termasuk di Desa Sari Mulyo kecamatan Sukraja termasuk dalam Lokus stunting (Statistika, 2019).

Berkaitan dengan hal tersebut maka diperlukan upaya percepatan penurunan angka stunting baik dari upaya preventive maupun promotif maupun kuratif (Endang, 2021). Kader Kesehatan memiliki peranan yang sangat penting di masyarakat sebagai pelaku penggerak pembangunan dalam mewujudkan kesehatan termasuk dalam pencegahan dan penanganan stunting (Mediani et al, 2020). Kader juga merupakan orang terdekat dengan ibu hamil dan masyarakat (Qory'ah, 2019). Kegiatan intervensi melalui peningkatan pemahaman stunting dan 1000 HPK bagi kader merupakan salah satu bentuk upaya untuk meningkatkan kualitas kader dalam pencegahan stunting. Kegiatan ini dapat dilakukan dengan cara penyuluhan kesehatan melalui beberapa metode diantaranya ceramah, diskusi, curah pendapat, demonstrasi, dan seminar (Notoatmojo, 2012).

Ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka stunting diantaranya adalah dengan melakukan upaya pencegahan dan mempersiapkan calon ibu yang berkualitas sehingga bisa melewati kehamilan, persalinan, nifas dan menyusui eksklusif serta dapat memantau tumbuh kembang anak secara mandiri dan benar yang telah kami lakukan sebelumnya. Kegiatan ini PKM ini didahului oleh kegiatan penelitian berupa screening resiko stunting dengan melibatkan mahasiswa dalam pengumpulan data. Selanjutnya setelah dilakukan analisa data, masih terdapat berat badan balita dibawah garis hijau, penimbangan berat badan yang tidak naik serta masih kurangnya pengetahuan ibu dan kader.

Berdasarkan permasalahan di atas, tujuan kegiatan PKM ini adalah ibu menjadi subjek utama sebagai penentu kualitas dan kuantitas penyediaan makanan dirumah serta kegiatan inimeberdayakan kader sebagai garda terdepan dalam meningkatkan self-care management nutrisi ibu hamil untuk pencegahan stunting. Kader kesehatan dapat berperan serta dalam mendampingi dan men-support ibu dan keluarga dalam self-care management (Sari et al.,2020). Kegiatan ini selaras dengan arah Rencana Pembangunan Jangka Menengah Daerah (RPJMD) Provinsi Bengkulu tahun 2016-2021 yang salah satunya adalah meningkatkan kualitas ibu dan anak melalui program peningkatan kesehatan ibu, anak, dan reproduksi serta program perbaikan gizi masyarakat

### **METODE PELAKSANAAN**

Setelah melakukan survey lapangan dan menganalisis permasalahan maka metode yang dilakukan adalah Edukasi gizi kandungan gizi dan menu, Demonstrasi pembuatan menu, Pendampingan dan Evaluasi pada kelompok ibu dan kader.

- a. Sosialisasi tentang Stunting dan kebutuhan gizi anak kepada sasaran yaitu kelompok ibu dan kelompok kader yang dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab.
- b. Pelatihan memasak (cooking class) pada ibu dan kader posyandu mengenai penyediaan makanan pendamping asi sesuai usia (nilai gizi, jumlah dan tekstur). Selain itu kader juga mendapatkan pelatihan deteksi tanda-tanda stunting dan

gangguan tumbuh kembang yang dikombinasi dengan ceramah, tanya jawab, diskusi, demonstrasi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan lebih kurang selama 1 bulan yaitu pada bulan Desember hingga Januari 2023 di 3 RT (17, 52 dan 53) kelurahan Kandang Mas. Kegiatan PKM ini merupakan rangkaian kegiatan PKL mahasiswa yang menyatu dengan kegiatan tridharma civitas akademika dan dimulai dengan pendataan oleh mahasiswa dari rumah ke rumah. Jarak Kelurahan Kandang Mas dengan ibukota kecamatan lebih kurang sejauh 4 Km, dan jarak dari ibukota Bengkulu lebih kurang sejauh 6 Km. Lurah sebagai kepala wilayah kelurahan sekaligus sebagai pembina organisasi kemasyarakatan di kelurahan. Kelurahan Kandang terbagi atas 7 Rukun Warga (RW) dan 31 Rukun Tetangga (RT), dengan luas wilayah sekitar 430 Ha dengan jumlah 365 KK dan 1.215 Jiwa yang tersebar di 3 RT (17,52 dan 53). Topografi wilayah Kelurahan Kandang Mas sebagian besar merupakan dataran rendah, pesisir, dan kawasan rawa yang mencapai 62 hektar.



Gambar 1. Peta lokasi pengabdian

Bayi di Kelurahan Kandang Mas berjumlah 30 orang Angka pemberian ASI Eksklusif di Kandang Mas dari 28 busui ada 6 (yang tidak memberikan) ASI Eksklusif dengan alasan ASI kurang, dan ibu nya bekerja dan di berikan tambahan susu formula. Dari 30 bayi angka pemberian kolostrum dari 30 bayi ada 2 bayi yang tidak diberikan kolostrum alasan melahirkan di Rumah Sakit. Balita di Kelurahan Kandang Mas berjumlah 109 orang mendapat imunisasi dasar lengkap. Setiap balita mengalami tumbuh kembang sesuai dengan usianya. Dari 109 orang balita ada 2 orang balita yang KMS di bawah garis kuning.

Kegiatan ini mendapat persetujuan dan dukungan penuh dari kelurahan dan perangkatnya, termasuk RW, RT, tokoh agama, tokoh masyarakat setempat, serta Puskesmas Kandang Mas. Dukungan ini menciptakan lingkungan yang kondusif untuk pelaksanaan kegiatan, memastikan partisipasi aktif dari berbagai pihak terkait dalam komunitas.

Kegiatan sosialisasi mengenai stunting, dampaknya, pencegahannya, dan penatalaksanaannya, serta kebutuhan gizi anak dilakukan pada tanggal 27 Desember 2023. Materi disampaikan oleh civitas akademika STIKes Sapta Bakti, yang terdiri dari dosen, mahasiswa keperawatan, dan kebidanan. Metode yang digunakan adalah sharing session dan diskusi, dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang, termasuk ibu, kader, dosen, dan mahasiswa. Antusiasme tinggi terlihat dari para peserta sepanjang kegiatan berlangsung.



Gambar 2. Suasana kegiatan pengabdian

Kegiatan pendampingan dilaksanakan pada tanggal 27 Desember 2023. Peserta diminta menunjukkan perencanaan menu sesuai usia anak dan menjelaskan kandungan gizi dari bahan-bahan yang digunakan. Setelah presentasi, peserta diberikan penilaian, masukan, dan bimbingan oleh pelaksana PKM mengenai jenis makanan, tekstur, kandungan gizi, serta jumlah pada menu yang akan dibuat.

Pelaksanaan memasak dilakukan oleh kelompok ibu dan kader berdasarkan usia anak yang telah disiapkan. Kelompok dibagi menjadi tiga, yaitu kelompok anak usia 6-9 bulan, kelompok usia 9-12 bulan, dan kelompok usia 12-24 bulan. Setiap kelompok memasak sesuai dengan menu yang telah direncanakan dan disiapkan sebelumnya.



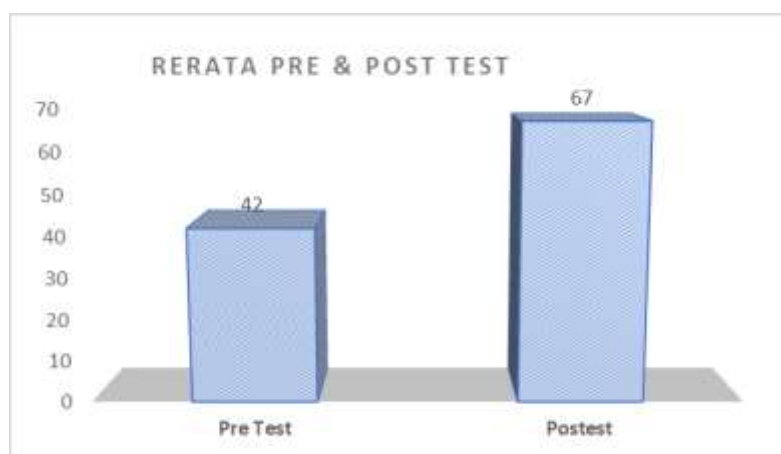
Gambar 3. Peserta langsung praktek



Gambar 4. Hasil pelatihan untuk MP-ASI

Kegiatan dilanjutkan dengan sesi sharing, di mana para peserta bebas bertanya dan berbagi pengalaman terkait pemberian nutrisi pada anak. Mereka juga bertukar pengalaman dalam menghadapi kesulitan makan pada anak dan kreatifitas dalam menyusun menu di rumah untuk anak-anak mereka. Sesi ini menjadi sangat interaktif dan memberikan banyak wawasan praktis bagi peserta.

Tahap terakhir adalah evaluasi kemampuan kognitif peserta. Pengetahuan tentang nutrisi anak dan stunting dinilai sebelum dan sesudah pelatihan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta setelah mengikuti pelatihan.



Gambar 5. Rerata pengetahuan koqnitif peserta kegiatan

Pelatihan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyediakan makanan pendamping ASI yang sesuai dengan usia anak. Ibu-ibu peserta pelatihan mampu mempraktikkan pengetahuan yang mereka dapatkan di rumah dan menjadi lebih percaya diri dalam menyusun menu yang bergizi untuk anak-anak mereka.

Selain itu, pelatihan ini juga meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam memberikan edukasi dan pendampingan kepada ibu hamil dan ibu bayi/balita di wilayah kerja mereka. Kader menjadi lebih siap untuk memberikan informasi yang akurat dan bermanfaat mengenai pencegahan stunting dan pemenuhan gizi anak.

Harapannya, ibu-ibu yang telah mengikuti pelatihan ini dapat mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilan yang mereka peroleh serta menyebarkannya kepada ibu-ibu lain di sekitar mereka. Selain itu, kader diharapkan terus menggunakan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh untuk memberikan edukasi dan pendampingan secara efektif kepada ibu hamil di wilayah mereka, sehingga upaya pencegahan stunting dapat terus berlanjut dan memberikan hasil yang lebih baik di masa depan.

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### Kesimpulan

Kegiatan PKM yang dilakukan di RT 17, 52, dan 53 Kelurahan Kandang Mas, Provinsi Bengkulu, memberikan beberapa hasil penting. Terdapat peningkatan pengetahuan peserta tentang pencegahan risiko stunting, dampaknya, serta penatalaksanaannya. Pengetahuan mengenai kebutuhan gizi anak (jenis, tekstur, dan jumlah sesuai usia) juga meningkat. Selain itu, keterampilan kader dalam mendeteksi risiko stunting dan kemampuan kelompok ibu serta kader dalam menentukan dan mengolah menu sesuai usia anak mengalami peningkatan. Kader juga menjadi lebih terampil dalam memberikan pendampingan kepada ibu untuk mencegah stunting.

#### Saran

Disarankan agar kegiatan semacam ini terus dilakukan secara berkala untuk memastikan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dapat terus diterapkan dan ditingkatkan, serta untuk memperluas cakupan edukasi kepada lebih banyak ibu dan kader di wilayah lainnya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Angraini, D., Lisa Mandasari, & Riza Adelia Suryani. (2023). SOSIALISASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PENYULUHAN DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN KEPADA IBU HAMIL. *JURNAL SAPTA MENGABDI*, 3(2), 37-40. <https://doi.org/10.51851/jsm.v3i2.424>
- Cairncross, Sandy. (2013). *Linking Toilets to Stunting*. UNICEF ROSA 'Stop Stunting' Conference, New Delhi
- Endang Sutisna Sulaiman (2021) *PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DI BIDANG KESEHATAN: Teori dan Implementasi*. Surakarta: UNS press.
- Filayeti, A. N. (2019) "Hubungan Pengetahuan Tentang Stunting," *Repository.Uinjkt.Ac.Id*, hal. 124-130. Tersedia pada: <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/49134>.
- Gladys Apriluana (2018) "Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara. *Media Litbangkes*," *Media Litbangkes*, 28(4).
- Herlinda, . . H., Nilawati, I. ., Sari, N. L. ., Zainal, E. ., & Parwito, P. (2023). Mentoring Kader Terhadap Pencegahan Stunting Di Desa Sari Mulyo Kecamatan Sukaraja . *Jurnal Pengabdian*, 2(1), 7-12. <https://doi.org/10.58222/jp.v2i1.145>
- Kementrian Kesehatan RI (2020) *Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak*, Kementrian kesehatan RI. Tersedia pada: <https://kesmas.kemkes.go.id/konten/133/0/061918-sosialisasi-buku-kia-edisi->

- revisi-tahun-2020.
- Kepala BKKBN (2021) Panduan Pelaksanaan Pendampingan Keluarga dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting di Tingkat Desa/Kelurahan. Jakarta: Direktorat Bina Penggerakan Lini Lapangan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.
- MCA Indonesia. (2015). Stunting dan Masa Depan Indonesia. Jakarta
- Rahmianti, G., & Parwito, P. . (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Tanggo Raso Kecamatan Pino Raya Kabupaten Bengkulu Selatan . *JURNAL PENGABDIAN KESEHATAN*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.58222/jupengkes.v1i2.168>
- Ramadhani, F. D. (2020) “Analisis Faktor Risiko Stunting Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan di Puskesmas Seberang Padang Kota Padang Tahun 2019,” Tesis, hal. 1–162.
- Rianti, E., Triwinarto, A. dan Lukman, E. (2020) “Aplikasi Cegah Anak Lahir Stunting Berbasis Android,” Prosiding Forum Ilmiah Tahunan IAKMI (Ikatan Ahli Kesehatan Masyarakat Indonesia), hal. 1–6. Tersedia pada: <http://jurnal.iakmi.id/index.php/FITIAKMI>.
- Rismawati, R., Parwito, P., & Sari, F. (2022). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Bagi Anak-Anak Usia Dini Desa Pematang Balam Di SD 157 Bengkulu Utara. *INSAN MANDIRI : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.58639/im.v1i1.1>
- Statistika, B. P. (2019) “Profil Statistik Kesehatan,” Badan Pusat Statistik, hal. 148.
- Supriasa, I.D.N. dkk. 2013. Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Wahyu, H., Lina, L. F. ., & Rozani, L. . (2022). UPAYA MENURUNKAN INTENSITAS NYERI PERSALINAN KALA I MENGGUNAKAN TERAPI MASSAGE EKSTREMITAS BAWAH DENGAN JASMINE AROMATHERAPY . *JURNAL SAPTA MENGABDI*, 2(1), 10-18. Retrieved from <https://ojs.stikessaptabakti.ac.id/jsm/article/view/271>
- Yuwanti., D. (2021) “FAKTOR – FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STUNTING PADA BALITA DI KABUPATEN GROBOGAN,” *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1).