

PELATIHAN KADER POSYANDU TENTANG PENGOLAHAN MAKANAN TAMBAHAN BERBASIS PANGAN LOKAL UNTUK BALITA DAN IBU HAMIL

Tetty Herta Doloksaribu^{1*}, Herta Masthalina¹, Herly Nainggolan¹

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

email: tettyhertadolok1000@gmail.com

Abstract: Pregnancy and toddlerhood are crucial periods that determine a child's future growth and development. In Wonosari Village, the nutritional intake of pregnant women and toddlers is below the recommended dietary allowance. One of the specific nutritional interventions that can be implemented is the provision of supplementary food (PMT) based on local food. This community service activity aimed to improve the knowledge and skills of posyandu cadres regarding the PMT based on local food for toddlers and pregnant women. The program involved training 40 cadres in the working area of Dalu Sepuluh Health Center, Tanjung Morawa District, Deli Serdang Regency, on May 28, 2025. The training consisted of delivering material on the concept of local food-based PMT and hands-on practice in processing supplementary food. Knowledge was evaluated through pre- and post-tests. Skills were evaluated through observation during processing practices. The results indicated an increase in cadres' knowledge, with the average score rising from 95.4 to 99.4. Skills also improved, particularly in the accuracy of ingredient measurement and appropriate portion determination. These findings imply that local food-based PMT training can enhance the capacity of posyandu cadres and contribute to strengthening community-based efforts in improving maternal and child nutrition.

Keywords: cadres; PMT; pregnant women; toddlers

Abstrak: Masa kehamilan dan balita merupakan fase penting yang menentukan kualitas tumbuh kembang anak. Di Desa Wonosari, asupan gizi ibu hamil dan balita di bawah angka kecukupan gizi yang dianjurkan, sehingga diperlukan intervensi gizi spesifik melalui PMT berbasis pangan lokal. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu mengenai pengolahan makanan tambahan berbasis pangan lokal untuk balita dan ibu hamil. Metode yang digunakan adalah pelatihan dengan sasaran 40 orang kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Dalu Sepuluh, Kecamatan Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang. Pelatihan dilaksanakan pada 28 Mei 2025, terdiri dari penyampaian materi tentang PMT berbasis pangan lokal dan praktik pengolahan makanan tambahan untuk balita dan ibu hamil. Evaluasi pengetahuan melalui pre-test dan post-test menggunakan kuesioner. Keterampilan dievaluasi dengan observasi pada saat praktik pengolahan. Pelatihan menghasilkan peningkatan skor pengetahuan kader posyandu dari 95,4 menjadi 99,4, dan peningkatan keterampilan tentang ketepatan penggunaan jumlah bahan pangan dan porsi PMT untuk ibu hamil dan balita.

Kata kunci: balita; ibu hamil; kader; PMT

PENDAHULUAN

Masa kehamilan dan balita termasuk periode yang sangat menentukan kualitas

pertumbuhan dan perkembangan anak di masa depan Sejak janin hingga usia dua tahun merupakan masa pembentukan dan perkembangan berbagai organ vital

tubuh, termasuk otak, jantung, hati, ginjal, paru-paru, serta tulang. Kekurangan gizi kronis pada janin dan masa balita berisiko menimbulkan masalah gizi stunting (Sanefuji et al., 2021). Akibatnya, gangguan yang terjadi tidak hanya terbatas pada pertumbuhan fisik, melainkan juga pada kemampuan kognitif, tingkat produktivitas dan peningkatan risiko terjadinya penyakit degeneratif pada masa dewasa (Lestari et al., 2024).

Tingkat kecukupan gizi ibu hamil dan balita di Desa Wonosari, wilayah kerja Puskesmas Dalu Sepuluh, masih berada di bawah Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang dianjurkan. Asupan energi pada ibu hamil trimester II hanya mencapai 66,7% dari AKG, sedangkan pada trimester III sebesar 81,1%. Pada kelompok usia 6–11 bulan, tingkat kecukupan asupan zat besi dan kalsium masing-masing sebesar 41,1% dan 78,3% dari AKG. Sementara itu, pada kelompok usia 12–23 bulan, kecukupan asupan zat besi mencapai 80,4% dan kalsium hanya 35,1% dari AKG (Doloksaribu & Doloksaribu, 2021).

Salah satu intervensi gizi spesifik untuk meningkatkan asupan gizi adalah melalui pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis pangan lokal disertai edukasi gizi (UNICEF, 2020; Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023a). Makanan tambahan berbasis pangan lokal memiliki keunggulan, tidak hanya meningkatkan asupan gizi masyarakat, tetapi juga untuk peningkatan ketahanan pangan melalui ketersediaan bahan pangan setempat (FAO et al., 2023; Presiden Republik Indonesia, 2024).

Posyandu sebagai salah satu ujung tombak pelayanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif,

khususnya pada kelompok ibu dan balita. Sejalan dengan kebijakan transformasi kesehatan melalui integrasi layanan primer, posyandu kini tidak hanya berfungsi sebagai sarana pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita, tetapi juga berperan dalam pencegahan masalah gizi, termasuk stunting (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2023b).

Kader posyandu memiliki peran penting dalam menyukseskan program PMT, karena menjadi pelaksana utama di tingkat masyarakat. Oleh karena itu, perlu dilakukan kegiatan pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu tentang pengolahan makanan tambahan berbasis pangan lokal untuk ibu hamil dan balita.

METODE

Metode pengabdian masyarakat ini adalah pelatihan dengan mitra kegiatan, Puskesmas Dalu Sepuluh, Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang. Sasaran pelatihan, 40 orang kader posyandu termasuk kader posyandu Integrasi Layanan Primer (ILP), maupun kader pelaksana PMT Pangan Lokal yang ada di wilayah kerja Puskesmas Dalu Sepuluh. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan pelatihan, serta evaluasi hasil kegiatan.

Persiapan kegiatan: tim pengabdian melakukan koordinasi pelaksanaan kegiatan pelatihan dengan mitra tentang peserta pelatihan, tempat dan waktu pelatihan, dukungan sarana serta prasarana. Pada tahap ini, tim pengabdian juga mempersiapkan materi pelatihan, membuat soal untuk pre-test dan post-test ser-

ta melaksanakan uji coba resep makanan tambahan untuk ibu hamil dan balita.

Pelaksanaan pelatihan: dilakukan pada tanggal 28 Mei 2025. Kegiatan pelatihan dimulai setelah kader mengisi daftar hadir dan mengerjakan pre-test menggunakan kuesioner yang diisi sendiri. Kegiatan pelatihan dibuka secara resmi oleh Kepala Puskesmas Dalu Sepuluh, dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang PMT Pangan Lokal untuk ibu hamil dan balita. Penyampaian materi menggunakan media *powerpoint* dengan metode ceramah interaktif dan tanya jawab. Selanjutnya, praktik pengolahan makanan tambahan untuk ibu hamil dan balita, dibantu oleh 5 orang mahasiswa yang terlibat langsung dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Evaluasi kegiatan: setelah pelatihan dilakukan evaluasi terhadap pengetahuan kader tentang materi pelatihan dengan post-test, menggunakan kuesioner yang sama dengan kuesioner pre-test yang berisi 11 pertanyaan pilihan ganda. Evaluasi keterampilan dilakukan dengan metode observasi terhadap ketepatan jumlah bahan yang digunakan pada resep dan ukuran porsi makanan tambahan ibu hamil dan balita pada praktik pengolahan makanan tambahan.

PEMBAHASAN

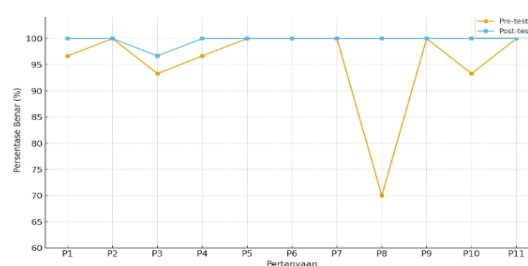
Kegiatan pelatihan pada pengabdian masyarakat ini difokuskan pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam pengolahan makanan tambahan berbasis pangan lokal untuk ibu hamil dan balita melalui penyampaian materi dan praktik.



Gambar 1. Penyampaian Materi

Pelatihan merupakan kegiatan terencana dan sistematis untuk mengembangkan suatu pengetahuan dan keterampilan kepada diri sendiri atau orang lain (Armstrong & Taylor, 2020). Hasil evaluasi pengetahuan menunjukkan bahwa rerata skor pada pre-test adalah 95,4 meningkat menjadi 99,4 pada post-test. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rohimi et al., (2024) yang melaporkan bahwa pelatihan singkat berbasis partisipatif mampu meningkatkan pengetahuan meskipun peserta telah memiliki pengetahuan dasar.

Persentase kader yang menjawab benar dari setiap pertanyaan pre-test dan post-test ditampilkan pada Gambar 2.



Gambar 2. Persentase Jawaban Benar

Gambar 2 menunjukkan bahwa meskipun secara umum setiap pertanyaan pada pre-test sudah relatif tinggi, pelatihan pada pengabdian masyarakat ini, tetap memberikan dampak positif dengan peningkatan rerata post-test mendekati 100%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pelatihan yang dilaksanakan mampu memperbaiki

pemahaman kader, terutama pada aspek yang sebelumnya kurang dikuasai. Misalnya, pertanyaan tentang contoh PMT lokal dalam bentuk kudapan sehat (P8), sebanyak 70% pada pre-test, meningkat hingga 100% pada post-test. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan efektif dalam menutup kesenjangan pengetahuan yang ada, serta memperbaiki kelemahan spesifik peserta (Rospiati et al., 2023). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang melaporkan bahwa pelatihan kader mampu meningkatkan pengetahuan tentang gizi anak dan praktik pemberian makanan sehat (Sambriang et al., 2023).

Pertanyaan tentang sasaran PMT (P1), ukuran LILA ibu hamil KEK (P3), prinsip pemberian PMT balita (P4), dan peran kader dalam pelaksanaan PMT (P10) juga mengalami peningkatan. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan berhasil memperkuat pemahaman kader tentang PMT. Sementara itu, pertanyaan tentang tujuan PMT (P2), Contoh sumber protein hewani (P5), makanan pokok sumber karbohidrat (P6), penggunaan gula, garam, lemak (P7), tujuan PMT untuk ibu hamil (P9) dan PMT yang aman (P11) stabil pada skor 100% sejak awal, artinya kader sudah memiliki pengetahuan dasar yang baik sebelum pelatihan. Stabilitas nilai ini mencerminkan bahwa pelatihan berfungsi sebagai penguat pemahaman yang telah ada sebelumnya (Azizan et al., 2023). Dengan kata lain, meskipun nilai pre-test sudah relatif tinggi, pelatihan tetap penting untuk memperkuat, menyamakan persepsi dan memastikan kader memiliki pemahaman yang seragam.

Praktik pengolahan PMT pangan lokal berfokus pada penggunaan bahan pangan lokal sesuai resep standar. Kader mempraktikkan enam jenis PMT, yaitu: gadon ayam, siomay ayam udang, nugget

ayam tempe sayur, martabak telur, bacem telur puyuh tempe, serta sup ayam sayur.



Gambar 3. Praktik Pengolahan PMT

Praktik pengolahan PMT pada pelatihan ini menunjukkan bahwa keterampilan praktis kader posyandu juga meningkat, dalam aspek ketepatan jumlah bahan yang digunakan sesuai resep PMT dan ukuran porsi makanan tambahan untuk ibu hamil dan balita. Keterampilan praktis tentang ketepatan bahan pangan melalui penimbangan adalah penting dilakukan agar kandungan gizi sesuai dengan standar Pedoman PMT Pangan Lokal (Kementerian Kesehatan, 2025). Selain itu kader juga dilatih menjaga kebersihan alat, air, dan proses pengolahan agar PMT yang dihasilkan aman untuk dikonsumsi.

Metode pelatihan yang mengombinasikan penyampaian materi dan praktik memberikan nilai tambah pada peningkatan keterampilan kader. Model pembelajaran seperti ini memperkuat transfer ilmu dan meningkatkan kepercayaan diri kader dalam melaksanakan perannya (Zainab et al., 2022). Temuan ini mendukung konsep bahwa pelatihan kader posyandu tidak hanya berfungsi untuk meningkatkan kapasitas individu, tetapi juga memperkuat ketahanan gizi masyarakat desa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2023b).

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui pelatihan pengolahan makanan tambahan berbasis pangan lokal, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu tentang PMT untuk ibu hamil dan balita. Kegiatan ini menunjukkan potensi untuk perbaikan gizi masyarakat khususnya ibu hamil dan balita melalui peran kader dalam PMT pangan lokal.

DAFTAR PUSTAKA

- Armstrong, M & Taylor, S (2020). *Armstrong's Handbook of Human Resource Management Practice Fifteenth edition 2020*.
- Azizan, N. F., Sri Rahayu, L., & Nur Aini, R. (2023). Pengaruh pelatihan kader terhadap peningkatan keterampilan pengukuran tinggi badan dan penilaian status stunting pada balita di Desa Kadubale, Kecamatan Banjar, Kabupaten Pandeglang tahun 2022. *J. Gizi Dietetik*, 2(1):53-58. DOI: 10.25182/jigd.2023.2.1.53-58 <https://journal.ipb.ac.id/jgizidietetik/article/view/45191/25314>
- Doloksaribu, T. H., & Doloksaribu, L. G. (2021). *Laporan PUPT: Pengembangan panduan gizi seimbang berbasis pola pangan lokal untuk kelompok 1000 HPK di lokus stunting Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa*. Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Medan.
- FAO, IFAD, UNICEF, WFP, & WHO. (2023). Food security and nutrition in the world. *The Lancet Diabetes and Endocrinology*, 10(9), 622. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(22\)00220-0](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(22)00220-0)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023a). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/20230516_Juknis_Tatalaksana_Gizi_V18.pdf
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023b). *Panduan Pengelolaan Posyandu Bidang Kesehatan*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pedoman-umum-pengelolaan-posyandu>
- Kementerian Kesehatan. (2025). *Pemberian Makanan Tambahan. Edisi Revisi Ke-3*.
- Lestari, E., Siregar, A., Hidayat, A. K., & Yusuf, A. A. (2024). Stunting and its association with education and cognitive outcomes in adulthood: A longitudinal study in Indonesia. *PLoS ONE*, 19(5), 1–18. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0295380>
- Presiden Republik Indonesia. (2024). *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 81 Tahun 2024 tentang percepatan penganekaragaman pangan berbasis potensi sumber daya lokal*. Sekretariat Negara.
- Rohimi, U.E ., Syafi'i, A., & Rofifah, J. (2024). The Impact of Community-Based Health Education on Maternal Health Outcomes in Rural Southeast Asia. *Asian Journal of Healthy and Science*, 3(11),

- 327–333.
<https://doi.org/10.58631/ajhs.v3i1.1.166>
- Rospati, R., Era, D. P., & Urnia, E. E. (2023). The effectiveness of Posyandu cadre empowerment in enhancing Posyandu cadre's knowledge as a stunting prevention effort. *International Journal of Nursing and Midwifery Science (IJNMS)*, 7(2A), 30–34. <https://ijnms.net/index.php/ijnms/article/view/510>
- Sambriong, M., Banhae, Y. K., & Roku, R. R. (2023). Pelatihan dan pendampingan kader gizi sebagai upaya peningkatan status gizi anak balita. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(5), 696–705. <https://altifani.org/index.php/altifani/article/view/478>
- Sanefuji, M., Sonoda, Y., Ito, Y., Oga-
wa, M., Tocan, V., Inoue, H.,
Ochiai, M., Shimono, M., Suga,
R., Senju, A., Honjo, S., Kusuhara,
K., Ohga, S., Kamijima, M.,
Yamazaki, S., Ohya, Y., Kishi,
R., Yaegashi, N., Hashimoto, K.
Katoh, T. (2021). Physical growth
and neurodevelopment during the
first year of life: a cohort study of
the Japan Environment and Chil-
dren's Study. *BMC Pediatrics*,
21(1), 1–11.
<https://doi.org/10.1186/s12887-021-02815-9>
- UNICEF. (2020). Improving Young
Children's Diets During The
Complementary Feeding Period.
*UNICEF Programming Guide-
ance*.
- Zainab, & Hargono, M. Z. F. R. (2022).
Peran kader dalam proses
pemberdayaan pada kegiatan desa
siaga aktif di Desa Ujung Piring,
Kramat, Sembilangan dan Kamal
Kabupaten Bangkalan. *Media
Gizi Kesmas*, 11(2), 556–560.
<https://e-journal.unair.ac.id/MGK/article/view/34392>