**PELATIHAN PEMBUATAN MAKANAN TAMBAHAN DENGAN BAHAN DASAR TEMPE UNTUK BALITA DI POSYANDU WILAYAH KERJA PUSKESMAS LIMAPULUH KOTA PEKANBARU**

**LILY RESTUSARI\*, MUHARNI\*, FITRI\*,**

**ALKAUSYARI AZIZ\*, HESTI ATASASIH\***

*\*Dosen Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau*

**ABSTRAK**

Masalah gizi pada balita yang diatasi oleh Pemerintah Indonesia belum mampu terlaksana secara optimal atau menghilangkan angka gizi kurang pada balita. Salah satu cara untuk mengatasinya adalah melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi Balita di Posyandu. (Sakti, 2013). Posyandu atau Pos Pelayanan Terpadu adalah salah satu bentuk kelembagaan yang berperan serta memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Pemberian makanan tambahan di posyandu sebagian besar masih dianggap lemah. Suplai budjet Posyandu untuk pengadaan makanan tambahan terbatas. Untuk itu perlu diciptakan makanan bergizi yang lebih bervariasi yang diperoleh dari bahan makanan lokal, salah satunya adalah tempe. Pengenalan penggunaan tempe kepada masyarakat terutama ibu balita dan kader posyandu akan lebih efektif bila diterapkan sebagai bahan baku atau tambahan dalam pembuatan makanan yang sudah dikenal oleh masyarakat dan disukai oleh semua kelompok umur dari balita sampai dewasa diantaranya adalah brownies, donat,cake, risoles, pizza,dll.

Tujuan kegiatan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya variasi menu untuk PMT serta memotivasi kader untuk berwirausaha dalam pemanfaatan dan pengolahan tempe. Metode yang dilaksanakan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan, pelatihan pembuatan PMT dengan bahan dasar tempe, kunjungan, supervise dan bimbingan. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di posyandu wilayah kerja puskesmas Limapuluh, kota Pekanbaru. Berdasarkan hasil kunjungan dari enam posyandu, posyandu tersebut sudah menunjukkan peningkatan pengetahuan akan pentingnya variasi menu dalam PMT dimana keempat posyandu sudah menerapkan pembuatan makanan tambahan dengan bahan dasar tempe. Walapun masih ada beberapa Posyandu yang belum menerapkannya. Selain itu juga belum ada satupun kader yang sudah mewujudkan dan mengembangkankan pemanfaatan tempe untuk makanan ini dalam bentuk wirausaha.

Kata Kunci : Balita, Pelatihan pembuatan PMT, Pemberian Makanan Tambahan, Tempe

**PENDAHULUAN**

Anak balita (0-5 tahun) merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi atau termasuk salah satu kelompok masyarakat yang rentan gizi menurut Djaeni (Kurniawati, 2011:1). Anak-anak biasanya menderita bermacam-macam infeksi serta berada dalam status gizi rendah menurut Suhardjo (Kurniawati, 2011:1). Padahal taraf kesehatan balita adalah salah satu faktor yang mempengaruhi pembangunan suatu negara. Hal ini karena anak-anak adalah generasi penerus bangsa dimasa mendatang.

Pemenuhan gizi merupakan hak setiap anak, upaya ini ditujukan untuk mempersiapkan generasi akan datang yang sehat, cerdas, dan berkualitas serta untuk menurunkan angka kematian bayi dan anak (Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan).

Masalah gizi pada balita yang diatasi oleh Pemerintah Indonesia belum mampu terlaksana secara optimal atau menghilangkan angka gizi kurang pada balita. Salah satu cara untuk mengatasinya adalah melalui Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi Balita di Posyandu.

Posyandu atau Pos Pelayanan Terpadu adalah salah satu bentuk kelembagaan yang berperan serta memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Dalam kegiatannya Posyandu melibatkan peran serta ibu-ibu baik ibu-ibu kader Posyandu maupun ibu-ibu yang memiliki anak Balita.

Pemberian makanan tambahan di posyandu sebagian besar masih dianggap lemah. Suplai budjet Posyandu untuk pengadaan makanan tambahan terbatas. Menu untuk makanan tambahan di posyandu juga belum bervariasi. Biasanya tidak terlepas dari bubur kacang hijau dan telur saja. Hal ini tentu akan terjadinya kebosanan pada balita dan dapat mempengaruhi kunjungan balita ke posyandu. Untuk itu perlu diciptakan makanan bergizi yang lebih bervariasi yang diperoleh dari bahan makanan lokal, salah satunya adalah tempe.

Tempe adalah makanan hasil fermentasi antara kedelai dengan jamur Rhizopus Oligosporus. Sepotong tempe mengandung berbagai zat gizi seperti karbohidrat, lemak, protein, serat, vitamin, enzim, serta komponen antibakteri bermanfaat untuk kesehatan (Mien, 2009).

Komposisi protein, lemak, dan karbohidrat tempe tidak banyak berubah dibandingkan dengan kedelai, namun karena adanya enzim pencernaan yang dihasilkan kapang kedelai, maka protein, lemak, dan karbohidrat pada tempe menjadi lebih mudah dicerna di dalam tubuh dibandingkan yang tedapat dalam kedelai (Bastian, 2013).

 Berdasarkan latar belakang di atas perlu adanya pelatihan pembuatan makanan tambahan dengan bahan dasar tempe sehingga PMT pada balita setiap bulannya lebih bervariasi lagi dan apa yang sudah dipraktekkan dapat diterapkan baik oleh ibu balita maupun kader posyandu yang pada akhirnya dapat meningkatkan status gizi balita dan diharapkan juga dapat menambah income posyandu dan ibu balita (wirausaha).

 Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya variasi menu untuk makanan tambahan serta tentang pemanfaatan tempe sebagai bahan dasar untuk makanan tambahan kader posyandu. Selain itu juga meningkatkan kemampuan kader dalam pengolahan bahan makanan yang bersumber dari tempe dan memotivasi kader untuk berwirausaha.

**METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

**Waktu dan Lokasi**

Kegiatan dilaksanakan di posyandu wilayah kerja puskesmas Limapuluh, kota Pekanbaru. Kegiatan tersebut dilaksanakan dari bulan Agustus hingga Oktober 2016.

**Alat dan Bahan**

Bahan yang diperlukan dalam kegiatan ini adalah berbagai bahan masakan (sesuai dengan resep). Peralatan yang diperlukan yaitu booklet resep, TOA, microfone, laptop, LCD, poster materi dan media pelatihan.

**Metode Pelaksanaan**

Metode yang dilaksanakan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan, pelatihan pembuatan PMT dengan bahan dasar tempe, kunjungan, supervise dan bimbingan.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Penyuluhan akan Pentingnya Variasi Menu PMT**

Penyuluhan ini bertujuan untuk membuka wawasan kader tentang pentingnya variasi menu PMT untuk meningkatkan kunjungan posyandu dan meningkatkan status gizi balita. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di Aula Puskesmas Limapuluh pada hari Kamis tanggal 11 Agustus 2016 yang dihadiri oleh perwakilan kader setiap posyandu yang ada di wilayah kerja Puskesmas Limapuluh. Dari perwakilan 30 posyandu yang diundang, ada 27 perwakilan posyandu (90 %) yang hadir. Pada kegiatan ini dilakukan tanya jawab kepada peserta pelatihan mengenai materi yang telah diberikan. Berdasarkan hasil tanya jawab tersebut, diperoleh hasil bahwa pengetahuan peserta pengenai PMT meningkat. Hal ini dilihat berdasarkan pertanyaan yang diberikan kepada peserta dapat dijawab dengan baik dan benar.

**Pelatihan pembuatan PMT dengan bahan dasar tempe**

Pelatihan ini dilaksanakan setelah penyuluhan dengan cara memperagakan/ mempraktekkan secara langsung tata cara pembuatan makanan tambahan dengan bahan dasar tempe, mulai dari bahan baku, peralatan yang digunakan, tata cara pengolahan dan uji cita rasa. Dalam kegiatan ini dilakukan peragaan/praktek pembuatan berbagai makanan tambahan dengan bahan tempe seperti brownies, biskuit, pizza, burger, nugget dan bola-bola tempe. Selama kegiatan berlangsung, ibu kader langsung dilibatkan dalam proses mengolah dan memasak makanan serta mencicipi (uji citarasa) terhadap makanan yang sudah dimasak. Diakhir sesi pelatihan, disediakan waktu untuk tanya jawab dan pemberian kuis bagi ibu kader serta dberikan hadiah bagi ibu kader yang bisa menjawab pertanyaan dengan benar.

**Kunjungan / Evaluasi Hasil Pelatihan dan Kewirausahaan**

Kegiatan kunjungan ke posyandu dilakukan sebanyak empat kali untuk melihat sejauhmana penerapan dari pelatihan yang sudah dilakukan sebelumnya. Empat kunjungan ini dilakukan di enam posyandu dari 30 posyandu yang terjadwal. Dua kali kunjungan pertama, terpilih empat posyandu dimana satu posyandu mewakili masing-masing kelurahan yaitu Posyandu Parasnya elok bagai disifat (Kel. Tanjung Rhu), Posyandu Perangai Berbudi (Kel. Pesisir), Posyandu Pucuk Rebung Daun Melambai (Kel. Rintis) dan Posyandu Puncak Mahligai Putri (Kel. Sekip). Pemilihan posyandu yang dikunjungi dilakukan berdasarkan hasil konsolidasi dengan petugas puskesmas. Serta dilakukan juga evaluasi pada Posyandu yang dilakukan secara acak pada 2 Posyandu lainnya, yaitu Posyandu Kelurahan Tg. Rhu RW 5 Jl. Usaha dan Posyandu Kelurahan Pesisir RW 5 Jl. Setia Budi Gg. Selamat.

Berdasarkan Evaluasi yang dilaksanakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini diperoleh hasil evaluasi sebagai berikut:

1. Dari enam posyandu yang dikunjungi, sudah menunjukkan peningkatan pengetahuan akan pentingnya variasi menu dalam PMT dimana keempat posyandu sudah menerapkan pembuatan makanan tambahan dengan bahan dasar tempe.
2. Berdasarkan hasil kunjungan dari enam posyandu, belum ada satupun kader yang sudah mewujudkan dan mengembangkankan pemanfaatan tempe untuk makanan ini dalam bentuk wirausaha. Namun demikian, beberapa kader ada yang tertarik untuk menjadikan pemanfaatan tempe untuk dijadikan wirausaha. Kepada ibu kader diberikan bimbingan dan saran untuk menguatkan motivasi mereka untuk berwirausaha.

**Supervisi dan bimbingan**

Supervisi dan bimbingan diberikan setiap ada permasalahan dari kader terkait dengan pelatihan yang sudah diberikan serta hal-hal lain yang berkaitan dengan PMT. Kegiatan ini berlangsung selama masa kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini berlangsung baik pada saat kegiatan pelatihan maupun kunjungan ke posyandu.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

**KESIMPULAN**

1. Pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya variasi menu untuk makanan tambahan serta tentang pemanfaatan tempe sebagai bahan dasar untuk makanan tambahan kader posyandu menjadi meningkat.
2. Kemampuan kader dalam pengolahan bahan makanan yang bersumber dari tempe sudah meningkat dari sebelum adanya pelatihan.
3. Motivasi kader untuk berwirausaha masih belum meningkat.

**SARAN**

Disarankan agar waktu pelatihan yang diberikan sebaiknya ditambah, tidak hanya sekali pelatihan saja agar pelatihan yang diberikan lebih efektif.

**DAFTAR PUSTAKA**

Almatsier, S. 2005. *Prinsip Dasar Gizi*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta

Astawan, Made. 2009. *Panduan Karbohidrat Terlengkap.* Dian Rakyat. Jakarta.

Bastian, f, dkk. 2013. *Daya terima dan kandungan zat gizi tepung tempe degan penambahan semi refined carrageenan (SRC) dan bubuk kakao*. Dalam Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan. Januari 2013. Voll 2. No. 1. Hal 5-8

Dewi. 2015. *Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan Bagi Balita Di Posyandu Melati V Rw V Di Kelurahan Lontar Kecamatan Sambikerep Kota Surabaya*. Skripsi. Universitas Negeri Surabaya.

Hoerniasih, dkk. 2011. *Dampak Pelatihan Program Pemberian Makanan Tambahan (Pmt) Pada Kader Posyandu Dalam Meningkatkan Gizi Anak Balita Di Posyandu Mawar I S/D Ix Desa Sirnabaya Kecamatan Telukjambe Timur.* Solusi, Vol. 9 No. 18, Maret - Mei 2011 : 43 – 73

Ismayani, Yeni. 2007. *Tips Anti Gagal Membuat Brownies.* Gramedia pustaka utama. Jakarta.

Kasmidjo, R.B., 2003. *Tempe : Mikrobiologi dan Kimia Pengolahan serta* Pemanfaatannya. PAU Pangan dan Gizi UGM. Yogyakarta.

Kemenkes RI. 2012. *Buku Pegangan Kader Posyandu*. Pusat Promosi Kesehatan Kemenkes RI. Jakarta.

Mien, k, dkk. 2009. *Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI)*. Jakarta. Gramedia.

Sakti, Eka R, 2013, *Pola Hubungan Pemberian MP-ASI Dengan Status Gizi Anak Usia 6-23 Bulan Di Wilayah Pesisir Kecamatan Tallo Kota Makassar Tahun 2013*, (http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/ 5480/JURNAL\_MKMI\_%20RISKY%20EKA%20SAKTI%20%28K21109274%29.pdf?sequence=1 diaskes pada tanggal 05 Maret 2016)

Sarbini dan Setyaningrum.R. 2008. *Pelatihan Pembuatan Mp-Asi Lokal Dengan Bahan Dasar Bmc (Bahan Makanan Campuran) Untuk Balita Pada Kader Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Stabelan Surakarta*. WARTA, Vol .11, No. 1, Maret 2008: 82 – 89

Sediaoetama. 2008. Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi Jilid I. Dian Rakyat. Jakarta.

Sufi, S.Y. 2009. *Sukses Bisnis Roti*. Kriya Pustaka. Jakarta.

Sutomo, Budi. 2008. *Rahasia Sukses Membuat Cake, Roti, Kue Kering & Jajan Pasar.* Nsbooks.