



Plalangan Nutrition Center: Pusat Pemberdayaan Kader dalam Mengolah Makanan Bergizi Tinggi berbasis Potensi Lokal untuk Mengatasi Malnutrisi Ibu Hamil

(Plalangan Nutrition Center: Empowerment Center for Cadres in Processing High Nutritious Foods based on Local Food to Overcome Malnutrition of Pregnant Women)

Adelia Dewi Oktaviana¹, Angela Irena Junanda¹, Bunga Camila Aunfantya Anardi¹, Putri Nabilah¹, Ibadillah Hilmi Dzulfikar Ramadhan¹, Rismawan Adi Yunanto^{1*}

¹Fakultas Keperawatan Universitas Jember, Indonesia

ABSTRAK

Melimpahnya hasil pertanian yang menjadi sumber pangan lokal Plalangan ternyata berbanding terbalik dengan masalah kesehatan yang muncul. Ibu hamil di Plalangan yang memiliki resiko KEK dan mengalami KEK sebesar > 25% dari jumlah total yakni 148 ibu hamil. Tujuan: program pengabdian ini adalah memberdayakan kader yang menjadi mitra kami sekaligus perpanjangan tangan tenaga kesehatan untuk dapat berdaya mengolah sumber pangan lokal menjadi makanan bergizi tinggi yang pada akhirnya akan diberikan, diedukasikan, dilatihkan, dan disampaikan kepada ibu hamil dengan KEK di Plalangan. Desain yang ditawarkan oleh Tim Pengabdian kepada mitra adalah desain pemberdayaan kelompok masyarakat yang terdiri dari beberapa prosedur kerja. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan selama 2 bulan pada bulan Juli - Oktober tahun 2023 mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan desiminasi akhir. Lokasi pelaksanaan program ini adalah di Desa Plalangan Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. Sasaran yang dilibatkan dalam program ini adalah kader di 11 posyandu. Program Plalangan Nutrition Center berhasil melatih kader kesehatan dan ibu beresiko dengan peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku gizi yang meningkat signifikan ($p < 0,05$). Hal ini juga dibuktikan dengan peningkatan berat badan yang terjadi pada ibu hamil beresiko KEK setiap bulannya. Plalangan Nutrition Center terbukti memberikan dampak perubahan yang signifikan terhadap pengetahuan, sikap, dan keterampilan gizi dari kader dan ibu hamil beresiko dengan pemanfaatan potensi lokal Plalangan.

Kata Kunci: Plalangan Nutrition Center, KEK, Sumber Pangan Lokal

ABSTRACT

The abundance of agricultural products which are a source of local food for Plalangan is inversely proportional to the health problems that arise. Pregnant women in Plalangan who are at risk of Malnutrition and experiencing Malnutrition are > 25% of the total number, namely 148 pregnant women. This service program is to empower cadres who are our partners and also an extension of health workers to be able to process local food sources into highly nutritious food which will ultimately be given, educated, trained and delivered to pregnant women with Malnutrition in Plalangan. The design offered by the Service Team to partners is a community group empowerment design which consists of several work procedures. This activity will be carried out for 2 months in July - October 2023 starting from the preparation, implementation and final dissemination stages. The location for implementing this program is in Plalangan Village, Kalisat District, Jember Regency. The targets involved in this program are cadres at 11 posyandu. The Plalangan Nutrition Center program was successful in training health cadres and mothers at risk with significant increases in nutritional knowledge, attitudes and behavior ($p < 0.05$). This is also proven by the increase in body weight that occurs in pregnant women at risk of CED every month. The Plalangan Nutrition Center has been proven to have a significant change in the nutritional knowledge, attitudes and skills of cadres and pregnant women at risk by utilizing the local potential of Plalangan.

Keywords: Plalangan Nutrition Center, Malnutrition during Pregnancy, Local Food

Correspondence

Rismawan Adi Yunanto
Fakultas Keperawatan Universitas Jember,
Jalan Kalimantan No. 37, Kampus Bumi Tegalboto
Kotak POS 159 Jember, Jawa Timur, 68121, Indonesia
Email: rismawanadi@unej.ac.id

Article History

Submitted: 09-08-2023
Revised: 11-10-2023
Accepted: 11-10-2023

How to cite:

Oktaviana, A.D., Junanda, A.I., Anardi, B.C.A., Nabilah, P., Ramadhan, I.H.D., & Yunanto, R. A. (2023) Plalangan Nutrition Center: Pusat Pemberdayaan Kader dalam Mengolah Makanan Bergizi Tinggi berbasis Potensi Lokal untuk Mengatasi Malnutrisi Ibu Hamil. DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat, 2(3), 182-195. <https://doi.org/10.58545/djpm.v2i3.182>

 [10.58545/djpm.v2i2.182](https://doi.org/10.58545/djpm.v2i2.182)

This is an open-access article under the CC-BY-SA License.
Copyright (c) 2023 Rismawan Adi Yunanto



1. PENDAHULUAN

Kecamatan Kalisat adalah kecamatan di Jember yang sebagian besar masyarakatnya bekerja di sektor pertanian. Wilayah pertanian di Kalisat sebagian besar mengusahakan padi, jagung, dan singkong sebagai komoditas dengan rata-rata produksi 170 ton pertahunnya. Desa Plalangan menjadi salah satu desa yang menyumbangkan nilai yang cukup besar dalam produk hasil pertanian. Komoditas yang dapat ditemukan pada Desa Plalangan antara lain singkong, padi, jagung, kedelai, dan beberapa jenis kacang-kacangan (BPS, 2020).

Melimpahnya hasil pertanian yang menjadi sumber pangan lokal Plalangan ternyata berbanding terbalik dengan masalah kesehatan yang muncul. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan mitra, didapatkan informasi bahwa Plalangan memiliki masalah tingginya malnutrisi ibu hamil berupa Kurang Energi Kronis (KEK). Ibu hamil di Plalangan yang memiliki resiko KEK dan mengalami KEK pesebanyak > 25% dari jumlah total yakni 148 ibu hamil. KEK bisa diakibatkan multifaktor seperti asupan gizi yang kurang, pengetahuan tentang nutrisi masih rendah, level pendidikan rendah, serta pendapatan yang juga rendah (Handayani, 2018). KEK tentunya akan menyebabkan lambatnya pertambahan berat badan ibu hamil. Kondisi ini menyebabkan ibu beresiko mengalami anemia, turunnya asupan energi, protein, asam folat, zat besi, seng, dan 2 vitamin yang pada akhirnya beresiko melahirkan

bayi berat lahir rendah (BBLR) dan stunting (Retni et al., 2016).

Permasalahan tersebut tentunya harus segera mendapatkan upaya penyelesaian yang inovatif dan terstruktur dengan memanfaatkan potensi sumber pangan lokal sebagai bahan baku menyusun menu diet bergizi tinggi. Hal ini dilakukan sebagai suatu upaya untuk mencapai target SDGs yang menjadi prioritas pembangunan nasional (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018). Indonesia sebetulnya telah memiliki program posyandu yang dilakukan sebulan sekali di komunitas (Kementerian Kesehatan RI, 2011) Namun demikian, program ini masih memerlukan beberapa inovasi tambahan dalam mengatasi permasalahan KEK bersumber pangan lokal. Kader kesehatan juga memiliki peran vital dalam menjalankan fungsi posyandu sekaligus sebagai perpanjangan tangan tenaga kesehatan (Kusuma et al., 2021).

Oleh karena itu tim kami mengupayakan untuk dapat membentuk Plalangan Nutrition Center sebagai pusat pemberdayaan kader dalam mengolah makanan bergizi tinggi berbasis potensi lokal untuk mencegah malnutrisi ibu hamil. Tujuan program ini adalah memberdayakan kader yang menjadi mitra kami sekaligus perpanjangan tangan tenaga kesehatan untuk dapat berdaya mengolah sumber pangan lokal menjadi makanan bergizi tinggi yang pada akhirnya akan diberikan, diedukasikan, dilatihkan, dan disampaikan kepada ibu hamil dengan KEK di Plalangan.

Proses pemberdayaan ini diharapkan dapat berkelanjutan sehingga masalah KEK di Plalangan dapat teratasi dengan kader yang berdaya.

2. METODE

Desain yang ditawarkan oleh Tim Pengabdian kepada mitra adalah desain pemberdayaan kelompok masyarakat yang terdiri dari beberapa prosedur kerja. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan selama 2 bulan pada bulan Juli - Oktober tahun 2023 mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan desiminasi akhir. Lokasi pelaksanaan program ini adalah di Desa Plalangan Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember. Sasaran yang dilibatkan dalam program ini adalah kader di 11 posyandu yang berjumlah 55 kader aktif.

Prosedur kerja Program pengabdian yang dilakukan oleh tim bersama mitra dilaksanakan dalam kurun waktu dua bulan untuk menyelesaikan permasalahan peningkatan jumlah ibu KEK dengan mengolah dan memanfaatkan potensi lokal yang ada di Desa Plalangan Kalisat, Jember. Tahapan pelaksanaan program pengabdian yang dilakukan oleh tim pengabdian secara kongkrit antara lain:

Identifikasi Kebutuhan Mitra melalui Desiminasi Awal

Pada pertemuan pertama antara tim pengabdian dan Mitra Pemerintah Desa Plalangan dilakukan proses penjajakan awal, determinasi

masalah, perumusan solusi bersama mitra, dan perencanaan kegiatan kapasitas kader posyandu dalam menjalankan program Plalangan Nutrition Center. Desiminasi Awal ini akan dihadiri oleh pemerintah Desa Plalangan, Puskesmas Plalangan, tenaga kesehatan Desa Plalangan, dan Kader Desa Plalangan.

Perancangan Program Pengabdian

Setelah dilakukan identifikasi kebutuhan masyarakat melalui pertemuan pertama, maka dilanjutkan pertemuan kedua untuk dilakukan perancangan program bersama. Pada pertemuan kedua telah dipaparkan hasil identifikasi kebutuhan masyarakat dan dilakukan musyawarah bersama terkait dengan perancangan program Plalangan Nutrition Center. Program Plalangan Nutrition Center ini disusun oleh tim yang memiliki serangkaian kegiatan edukasi dan pelatihan yang intensif oleh tim bersama mitra berdasarkan hasil riset yang dibuktikan. Hasil pertanian yang akan dimanfaatkan dalam produk diversifikasi pangan lokal untuk makanan tambahan dalam mengatasi KEK ini adalah melalui penyusunan 12 menu makanan. Program pemberdayaan kader kesehatan dalam pemanfaatan hasil pertanian sebagai makanan tambahan diharapkan dapat memperkuat ketahanan komunitas Plalangan dalam mengatasi permasalahan KEK.

Pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat

Program pengabdian Masyarakat dilakukan melalui runtutan proses yang sistematis yaitu melalui Edukasi, pelatihan serta pemberdayaan kader di Desa Plalangan sealama periode Juli-September. Pada Tahap Edukasi kelompok sasaran diberikan pendidikan kesehatan mengenai Malnutrisi Ibu Hamil yaitu Kekurangan energi Krois (KEK) dan pemenuhan gizi pada ibu hamil yang diberikan oleh bidan dan ahli gizi. Sebelum pemberian

Edukasi dan pelatihan dilakukan pretest kepada seluruh partisipan. Pretest dilakukan kepada seluruh partisipan dengan tujuan menilai pemahaman awal dalam pemenuhan gizi pada Ibu Hamil. Pretest dilakukan selama 8 menit dengan menjawab kuesioner yang diberikan. Kuesioner yang digunakan berisi pengetahuan mengenai Kebutuhan gizi pada ibu hamil, bahan pangan untuk pemenuhan gizi pada ibu hamil, pola diet sehat bagi ibu hamil. Materi yang diberikan tersaji pada tabel berikut.

Tabel 1. Edukasi Kecukupan Gizi dan Pemanfaatan Sumber Pangan Lokal

Deskripsi Materi Pre Test	
Materi 1	Pengertian Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil Materi ini membahas tentang konsep Kekuarangan emrrgi Kronis pada Ibu Hamil, Penyebab, tanda dan gejala serta Dampak KEK
Materi 2	Bahan Pangan Lokal di Desa Plalangan Pada materi ini berisi tentang bahan pangan lokal di Desa Plalangan yang potensial untuk diolah menjadi menu pemenuhan gizi pada Ibu Hamil KEK
Materi 3	Diet Sehat Ibu Hamil Materi ini membahas mengenai pola diet sehat dan menu makanan diet sehat Ibu Hamil

Kegiatan selanjutnya adalah pelatihan kader, kader kami berikan pelatihan dalam pengolahan bahan pangan lokal potensial

menjadi makanan bernutrisi bagi pemenuhan kebutuhan gizi pada Ibu Hamil dengan KEK.

Tabel 2. Pelatihan Intensif Pengolahan Sumber Pangan Lokal

Deskripsi Pelatihan	
Pelatihan 1	Pelatihan kader dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bernutrisi Kader dikenalkan kepada Buku Menu yang telah dibuat oleh Tim, Tim memberikan demonstrasi dan penjelasan mengenai menu, demosntrasi dilakukan dengan bantuan langsung oleh kader
Pelatihan 2	Pelatihan ibu hamil dalam mengolah bahan lokal menjaadi makanan bernutrisi Kader memilih menu dari buku menu yang telah dibuat oleh Tim untuk didemonstrasikan kepada Ibu Hamil dengan KEK

Instrumen Evaluasi

Kuesioner yang digunakan dalam program pengabdian ini adalah kuesinoer

tentang pengetahuan, sikap, dan perilaku pemenuhan gizi ibu hamil berdasarkan penelitian sebelumnya (Bagus et al., 2020).

Kuesioner pengetahuan gizi terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda dengan jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Total skor dari kuesioner pengetahuan gizi ibu hamil adalah minimal 0 dan skor maksimal 10. Kuesioner sikap tentang pemenuhan gizi ibu hamil berjumlah 10 pertanyaan dengan skala likert. Pilihan jawaban yang dapat dipilih untuk suatu fenomena adalah Sangat Setuju (Skor 4), Setuju (Skor 3), Tidak Setuju (Skor 2) dan Sangat Tidak Setuju (Skor 1). Total skor minimal dari dimensi sikap adalah 10 dan total skor maksimal adalah 40. Kuesioner perilaku pemenuhan gizi terdiri dari 10 pertanyaan dengan pilihan jawaban ya dan tidak. Skor untuk jawaban ya diberi skor 1 dan jawaban tidak diberi skor 0. Total skor dari kuesioner pengetahuan gizi ibu hamil adalah minimal 0 dan skor maksimal 10.

Analisis Data

Analisis yang digunakan untuk melakukan evaluasi terhadap keberhasilan program Edukasi dan Pelatihan dilakukan dengan dua cara, yakni analisis bivariat dan univariat. Analisis univariate diterapkan pada data yang mengandung karakteristik responden. Data karakteristik disajikan dengan dua cara. Data kategorik (manfaat makanan ibu hamil, porsi makanan ibu hamil, makanan tepat ibu hamil, pengetahuan tentang KEK, apakah pernah diperiksa untuk KEK) disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase,

sedangkan data numerik (usia) disajikan dalam bentuk rata-rata dan standar deviasi. Kemudian analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji t-dependent pada variable pengetahuan, sikap, dan keterampilan berdasarkan hasil pretest dan posttest yang diberikan pada mitra.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pusat Pemberdayaan Kader memiliki peran penting dalam pengelolaan sumber pangan lokal untuk mengatasi masalah malnutrisi pada ibu hamil. Mereka melakukan edukasi mengenai pentingnya makanan bergizi dan variasi pangan lokal yang dapat memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Diskusi dan pelatihan di Pusat Pemberdayaan Kader juga membahas cara mempersiapkan makanan dengan nutrisi seimbang menggunakan bahan-bahan lokal yang tersedia. Dalam hal pemberdayaan, Pusat Pemberdayaan Kader ini dilakukan suatu edukasi dan pelatihan kepada kader, ibu hamil, dan keluarga mengenai pengelolaan dan pemanfaatan sumber pangan lokal secara efektif.

Program pengabdian masyarakat melalui PKM-PM yang dilakukan oleh tim adalah berupaya untuk mewujudkan Desa Plangan yang bebas ibu hamil malnutrisi dan menciptakan generasi penerus yang sehat, aktif, dan cerdas. Program ini dijalankan dengan kolaborasi antara tim PKM-PM Fakultas Keperawatan Universitas Jember bersama Tim

tenaga kesehatan dan kader Desa Plalangan, Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, Puskesmas Kalisat, dan pemerintah Desa Plalangan, Kecamatan Kalisat yang terlibat dalam aktivitas Plalangan Nutrition Center. Program ini menjadi sarana bersama dalam

mewujudkan Desa Plalangan yang bebas ibu hamil malnutrisi yang jumlahnya masih cukup banyak. Kader kesehatan dan ibu hamil sangat antusias mengikuti program Plalangan Nutrition Center yang dilaksanakan sejak bulan Juli - Oktober tahun 2023.



Gambar 1. Koordinasi dan Kolaborasi tim pelaksana PKM-PM dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Jember



Gambar 2. Koordinasi dan Kolaborasi tim pelaksana PKM-PM dengan Puskesmas Kalisat Kabupaten Jember



Gambar 3. Koordinasi dan Kolaborasi tim pelaksana PKM-PM dengan Pemerintah Desa Plalangan



Gambar 4. Koordinasi dan Kolaborasi tim pelaksana PKM-PM dengan Tenaga Kesehatan dan Kader Kesehatan

Tabel 3. Karakteristik Peserta Plalangan Nutrition Center (n=24)

Karakteristik Peserta	Jumlah	Prosentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	0	0
Perempuan	24	100
Usia (tahun)		
20-30 tahun	4	16,7
31-40 tahun	8	33,3
41-50 tahun	4	16,7
>50 tahun	8	33,3
Pendidikan		
SD	4	16,7
SMP	10	41,7
SMA	10	41,7
Total	24	100

Tabel 3, yang menggambarkan terkait karakteristik peserta dalam program Plalangan Nutrition Center di Desa Plalangan, memberikan wawasan yang sangat berguna mengenai karakteristik peserta dalam program ini. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin, seluruh peserta dalam program pengabdian ini adalah perempuan (100%). Sasaran utama program ini memang ditujukan untuk kader dan ibu hamil beresiko KEK di Desa Plalangan. Berdasarkan distribusi usia peserta, sebagian besar dari peserta pelatihan adalah ibu hamil dan kader dengan rentang usia 31-40 tahun (33,3%) dan lebih dari 50 tahun (33,3%). Rentang usia ibu hamil antara 20-30 tahun dan 31-40 tahun, sedangkan rentang usia kader adalah pada rentang 41-50 tahun dan lebih dari 50 tahun. Jika ditinjau dari level pendidikannya, sebagian besar peserta program ini menyelesaikan pendidikan pada level SMP (41,7%) dan SMA (41,7%), sementara beberapa lainnya menyelesaikan pendidikan pada level SD (16,7%). Data ini sesuai dengan fenomena yang telah ada bahwasannya sebagian besar kader kesehatan adalah perempuan dengan usia lebih dari 30 tahun dan produktivitasnya sangat baik dalam melakukan manajemen posyandu (Kementerian Kesehatan RI, 2012; Wijianto & Sukmawati, 2021). Usia ibu hamil yang terlibat dalam program ini juga sesuai dengan karakteristik ibu hamil pada penelitian-penelitian sebelumnya yakni pada rentang usia 20-40 tahun (Sani et al., 2020).

Level pendidikan pada masyarakat wilayah pertanian perkebunan memang didominasi oleh level pendidikan maksimal setara sekolah menengah atas. Masyarakat rural cenderung untuk menyelesaikan pendidikan wajib dan dilanjutkan dengan bekerja untuk dapat memenuhi nafkah harian, sehingga sebagian besar peserta pelatihan di Desa Plalangan memiliki level pendidikan serupa (Anisa et al., 2021; Nurmalasari et al., 2020)

Penerapan program Plalangan Nutrition Center ini menjadi langkah awal yang dilakukan oleh tim pengabdian dalam mewujudkan Desa Plalangan dalam mengatasi masalah malnutrisi pada ibu hamil berbasis pemanfaatan potensi lokal. Tahap penerapan yang dilakukan dimulai dari tahap edukasi tentang pemenuhan gizi ibu hamil yang terdiri dari tiga sesi materi dan tahap pelatihan pengolahan bahan pangan lokal yang terdiri dari 2 sesi pelatihan. Pada sesi materi, tim pengabdian bersama tim ahli gizi menjelaskan beberapa muatan materi tentang Pengertian Kekurangan Energi Kronis pada Ibu Hamil, Bahan Pangan Lokal di Desa Plalangan, dan Diet Sehat Ibu Hamil. Sedangkan pada sesi pelatihan meliputi dua aktivitas utama pelatihan yakni: Pelatihan Kader dalam Mengolah Bahan Pangan Lokal menjadi Makanan Bernutrisi dan Pelatihan Ibu Hamil dalam Mengolah Bahan Lokal Menjadi Makanan Bernutrisi.

Adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan kader mengenai gizi dan nutrisi, khususnya dalam konteks kebutuhan ibu hamil.

mencakup pemahaman tentang mikronutrien yang penting seperti zat besi, kalsium, dan vitamin. Tim melakukan pretest dan posttest

untuk mengukur capaian pengetahuan, sikap, dan perilaku pemenuhan gizi pada program ini dan hasilnya disajikan pada tabel 4 berikut.

Tabel 4. Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Ibu Hamil selama Proses Kehamilan

Indikator Kesiapsiagaan Bencana	Pretest (Mean ± SD)	Posttest (Mean ± SD)	p-value
Pengetahuan Gizi Ibu Hamil	3,99 (1,33)	9,29 (0,18)	<0,001
Sikap Gizi Ibu Hamil	32,78 (5,35)	37,20 (3,21)	0,009
Perilaku Pemenuhan Gizi Ibu Hamil	2,36 (0,93)	8,68 (0,85)	0,016

Hasil analisis yang dilakukan dalam Tabel 4 menunjukkan bahwa program Plalangan Nutrition Center telah berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku pemenuhan gizi pada kelompok sasaran. Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan, nilai p yang didapatkan pada tiga indikator menunjukkan nilai $p < 0,05$. Selain itu ada peningkatan nilai

pretest dan posttest pada masing-masing indikator pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader dan ibu hamil setelah program dilakukan. Hal ini menunjukkan efektivitas program Plalangan Nutrition Center dalam upaya mengatasi permasalahan malnutrisi pada ibu hamil daai Desa Plalangan Kecamatan Kalisat Kabuapten Jember.



Gambar 5. Penyampaian Materi 1 Gizi Ibu Hamil

Selain hasil dari pretest dan posttest yang sudah dilakukan. Peningkatan Pengetahuan, sikap, keterampilan dan perilaku pemenuhan gizi Ibu Hamil oleh Kader Kesehatan dapat dibuktikan melalui sesi tanya jawab yang diberikan oleh pemateri 1 dan 2 dalam pelatihan tersebut, misalnya pada aspek pengetahuan para peserta sudah mampu menyebutkan makanan yang tergolong karbohidrat, protein,

mineral, dan vitamin, lalu pada aspek sikap, para peserta sudah mengetahui apa saja yang harus dikonsumsi dan berapa banyak yang perlu dikonsumsi, serta untuk keterampilan para kader sudah mampu membuat beberapa menu makanan tambahan yang didasarkan oleh bahan pangan lokal. Edukasi dan pelatihan yang diberikan kepada kader secara langsung tentu akan merubah pengetahun, sikap dan

keterampilan kader akan informasi kesehatan yang diberikan (Azizan et al., 2023). Hal ini sejalan dengan riset yang dilakukan sebelumnya yang menjelaskan bahwa edukasi dan pelatihan kader kesehatan berdampak pada peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat di komunitas (Martha et al., 2020; Nivedita & Shanthini, 2016; Susanto et al., 2019).

Dalam Pelatihan mengelola bahan pangan lokal yang dilakukan pada program Plalangan Nutrition Center kepada kader, kader berhasil membuat varian makanan bergizi berbasis sumber pangan lokal. Kader yang telah terlatih dalam mengelola makanan bergizi berbasis sumber pangan lokal ini kemudian mengajarkan kepada Ibu Hamil beresiko, pelatihan ini menghasilkan kemampuan Ibu hamil dalam mengolah makanan bergizi berbasis sumber pangan lokal meningkat.



Gambar 7. Olahan Bahan Pangan Lokal Puding Pepaya



Gambar 8. Proses Pembuatan olahan pangan lokal Puding Pepaya



Gambar 9. Olahan Bahan Pangan Lokal Taso Fantasi



Gambar 10. Proses Pembuatan olahan bahan pangan lokal Taso Fantasi

Menu makanan bergizi yang dipilih untuk diajarkan kepada kader dan ibu hamil adalah Puding Pepaya dan Taso Fantasi. Puding pepaya merupakan menu olahan dengan kandungan vitamin C yang tinggi, dalam satu porsi nya pudingpepaya ini mengandung 342 kal energi, 4.22 gram protein, 37.28 gram

karbohidrat, serta 33.5 mg kalsium yang dapat menurunkan resiko hipertensi dalam kehamilan, kelahiran premature dan dapat meningkatkan berat lahir bayi (Adyani, 2020). Taso Fantasi merupakan olahan bergizi berbahan dasar tahu, dalam satu biji taso fantasi mengandung 245.7 kal energi, 8.6 gram protein, 9.8µg asam folat

yang berguna dalam mencegah terjadinya anemia, untuk perkembangan janin asam folat berperan dalam mengurangi resiko kelahiran premature, berat bayi rendah dan gangguan pada janin (Arisanti & Sari, 2022). Selain itu dalam satu porsi taso fantasi juga mengandung kalsium yang tinggi yaitu 181.4 mg, 0,2 mg Vitamin E, dan juga 674.8 µg Vitamin A. Dengan kandungan gizi yang terkandung dalam olahan bahan pangan pudding pepaya dan Taso Fantasi, menu olahan ini cocok dijadikan sebagai kudapan pelengkap bagi Ibu Hamil dengan Kekurangan energi Kronis (KEK)



Gambar 11. Pangan Lokal Puding Pepaya

Setelah dilakukannya kegiatan tersebut kesadaran meningkat untuk lebih memilih dan memilih makanan yang bergizi tinggi dan mengubah perilaku mereka sebelumnya yang lebih suka makanan yang mengandung MSG yang tidak baik dalam pertumbuhan janin. Para ibu hamil di desa plalangan ini merasa sangat dibantu oleh adanya buku 12 menu, yang diberikan oleh tim PKM-PM. Sehingga para ibu lebih semangat lagi dalam berkreasi dan berinovasi untuk menciptakan makanan yang bergizi tinggi melalui potensi lokal, tentunya

Perubahan perilaku ibu hamil dalam memilih makanan yang seimbang dan berkualitas menjadi target perubahan setelah sesi pelaksanaan Plalangan Nutrition Center. Kelompok sasaran ibu hamil telah bisa mengimplementasikan peningkatan konsumsi sayuran, buah-buahan, dan protein nabati berdasar sumber pangan lokal yang bermanfaat bagi kesehatan ibu hamil. Pelatihan intensif yang dilakukan pada ibu hamil terkait gizi tentu akan merubah perilaku pemenuhan gizi ibu yang dapat bermanfaat untuk ibu dan janin (Mardiana et al., 2022; Mulyani et al., 2021).



Gambar 12. Pangan Lokal Puding Pepaya

dengan trend masakan terkini. Follow up yang kami lakukan pada kelompok ibu hamil menunjukkan bahwa dari 10 Ibu hamil dengan KEK setelah dilakukannya program pendampingan oleh Plalangan Nutrition Center Berat mengalami peningkatan berat badan. Berat badan ibu hamil di Bulan Juli sebelum dilakukannya pendampingan jumlah rata-ratanya adalah 44.81, setelah berjalannya program plalangan Nutrition Center pada Bulan Agustus Rata rata berat badan Ibu Hamil dengan KEK mengalami peningkatan yaitu 46,4, kemudian

pada puncaknya di bulan September rata rata berat badan Ibu Hamil mengalami peningkatan mencapai 48,03. Berdasarkan data tersebut maka terdapat peningkatan status gizi yang signifikan pada Ibu hamil dengan KEK setelah dilaksanakannya Program Plalangan Nutrition Center. Konsumsi gizi baik bersumber pangan lokal yang dilakukan secara intensif terbukti dapat memenuhi kebutuhan gizi ibu dengan janin dan hal ini juga berbanding lurus dengan peningkatan berat badan ibu hamil (Ilmiani et al., 2020; Khasanah, 2020).

4. KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat melalui PKM-PM yang dilakukan oleh tim bersama mitra di Desa Plalangan berupaya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, keterampilan, dan perilaku pemenuhan gizi ibu hamil oleh kader kesehatan, serta meningkatkan keterampilan pengelolaan pangan lokal dan perubahan perilaku konsumsi ibu hamil berbasis pangan lokal. Pusat Pemberdayaan Kader memiliki peran penting dalam pengelolaan sumber pangan lokal dan melakukan edukasi mengenai pentingnya makanan bergizi dan variasi pangan lokal yang dapat memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil. Program Plalangan Nutrition Center menjadi langkah awal yang dilakukan oleh tim pengabdian dalam mewujudkan Desa Plalangan dalam mengatasi masalah malnutrisi

pada ibu hamil berbasis pemanfaatan potensi lokal.

ACKNOWLEDGEMENT

Tim ingin mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan (Belmawa) yang telah memberikan kesempatan kepada tim untuk mendapatkan hibah PKM-PM (Program Kreativitas Mahasiswa Pengabdian Masyarakat). Tim juga ingin mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Keperawatan dan Universitas Jember yang telah memberikan kesempatan kepada tim untuk dapat melakukan aktivitas pengabdian selama di Desa Plalangan, Kecamatan Kalisat, Kabupaten Jember.

KONTRIBUSI PENULIS

Kegiatan ini melibatkan tim dari PKM-PM Fakultas Keperawatan Universitas Jember dengan peran sebagai berikut: Sonya Nathania PA, Putri Nadya Nurfadila dan Dentafira Harnanda Baliska sebagai pengagas ide dan pengusul kegiatan. Sonya Nathania PA, Putri Nadya Nurfadila dan Dentafira Harnanda Baliska sebagai tim pelaksana di lapangan dan pelaporan kegiatan. Rismawan Adi Yunanto sebagai supervisor dan pendamping kegiatan.

FUNDING

Program ini mendapatkan pendanaan dari Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan (Belmawa) melalui program

PKM-PM (Program Kreatifitas Mahasiswa Pengabdian Masyarakat) dengan nomor 2383/E2/DT.01.00/2023 per tanggal 15 Juni 2023.

DAFTAR PUSTAKA

Adyani, K. (2020). Diet Kalsium pada Ibu Hamil. *EMBRIO: Jurnal Kebidanan*, 12(1), 31–42.
jurnal.unipasby.ac.id/index.php/embrio

Anisa, A. R., Ipungarti, A. A., & Saffanah, K. N. (2021). Pengaruh Kurangnya Literasi serta Kemampuan dalam Berpikir Kritis yang Masih Rendah dalam Pendidikan di Indonesia. *Current Research in Education Series Journal*, 01(1), 1–12.

Arisanti, A.Z., & Sari, M.L. (2022). Manfaat Asam Folat bagi Ibu Hamil dan Janin (Literature Review). *Jurnal Sehat Masada*, 16(1), 9–17.
<https://doi.org/10.38037/jsm.v16i1.258>

BPS, J. (2020). Kabupaten Jember Dalam Angka Tahun 2021. Kabupaten Jember Dalam Angka, 1–68.

Handayani, D. (2018). Faktor-Faktor Determinan Status Gizi Ibu Hamil. *Jurnal Al-Maiyyah*, 7(1), 34–52.
https://ejurnal.iainpare.ac.id/index.php/al_maiyyah/article/view/200

Kementerian Kesehatan RI. (2012). Buku Pegangan Kader Posyandu. In Kementerian Kesehatan RI Pusat promosi Kesehatan.
<https://doi.org/10.1159/000317898>

Kementerian PPN/ Bappenas. (2018). Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/Kota. Rencana Aksi Nasional Dalam Rangka Penurunan Stunting: Rembuk Stunting, November, 1–51.

Ilmiani, K. T., Anggraini, D.I, Hanriko, R., Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Peningkatan Berat Badan selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung, H., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil terhadap Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan di Puskesmas Bandar Lampung.

Khasanah, Y. Y. (2020). Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Dengan Peningkatan Berat Badan Selama Kehamilan. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(6), 233–239.

Kusuma, C., Fatmasari, E., Wulandari, J., & Dewi, P. (2021). Literature Review : Peran Kader Posyandu Terhadap Pemberdayaan Masyarakat. 107–116.

- Mardiana, Y. H., Yulianto, & Yusuf, M. (2022). Edukasi Gizi Dan Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Sehat Dan Bergizi Pada Ibu Hamil. *JCES (Journal of Character Education Society)*, 5(2), 381–389.
- Martha, E., Nadira, N. A., Sudiarti, T., Mayangsari, A. P., Enjaini, E. F., Ryanthi, T. P., Bangun, D. E., Indonesia, U., Indonesia, K. U., & Depok, K. (2020). The Empowerment Of Cadres And Medicastrs In The Early Stunting is often not considered a serious problem . Children will be considered stunted when they have height- for-age more than two standard deviations below the standard median of the WHO Child Gro. December 2019, 153–161. <https://doi.org/10.20473/ijph.v115i1.2020.153-161>
- Mulyani, R., Lupiana, M., Kesehatan Tanjung Karang, P., & Lampung, B. (2021). | Pelatihan Kader Pendamping Gizi bagi Ibu Hamil KEK dan Anemia dengan Model Paket Pendampingan Gizi (Vol. 2, Issue 1).
- Nivedita, K., & Fatima Shanthini, N. (2016). Knowledge , attitude and practices of pregnant women regarding anemia , iron rich diet and iron supplements and its impact on their hemoglobin levels. *International Journal of Reproduction, Contraception, Obstetrics and Gynecology*, 5(2), 425–431. <https://doi.org/10.18203/2320-1770.ijrcog20160383>
- Nurmalasari, Y., Anggunan, A., & Febriany, T. W. (2020). Hubungan Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu Dan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-59 Bulantingkat Pendidikan Ibu Dan Pendapatan Keluarga Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 6-59 Bulan Di Desa Mataram Ilir Kecamatan Seputih Sur. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 205–211. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.2409>
- Azizan, F.N., Rahayu, S.L., & Aini, N.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. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(1), 53–58. <https://doi.org/10.25182/jjgd.2023.2.1.53-58>
- Retni, R., Margawati, A., & Widjanarko, B. (2016). Pengaruh status gizi & asupan gizi ibu terhadap berat bayi lahir rendah pada kehamilan usia remaja. *Jurnal Gizi*

Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition), 5(1), 14–19.
<https://doi.org/10.14710/jgi.5.1.14-19>

Sani, M., Solehati, T., & Hendarwati, S. (2020). Hubungan usia ibu saat hamil dengan stunted pada balita 24-59 bulan. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(4), 284–291.
<https://doi.org/10.33024/hjk.v13i4.2016>

Susanto, T., Yunanto, R. A., Rasny, H., Susumaningrum, L. A., & Nur, K. R. M. (2019). Promoting Children Growth and Development: A community- based cluster randomized controlled trial in rural areas of Indonesia. *Public Health Nurs*, 36(4), 514–524.

Wijianto, W., & Sukmawati, S. (2021). Pelatihan Pengelolaan Posyandu bagi Kader Kesehatan. *Madago Community Empowerment for Health Journal*, 1(1), 1–6.
<https://doi.org/10.33860/mce.v1i1.652>