

# Pemberdayaan Ibu dalam Memproduksi MPASI: Langkah Menuju Kemandirian Ekonomi Keluarga

Sandy Tegariyani Putri Santoso <sup>a,1</sup>, Tiara Juliana Jaya <sup>b,2\*</sup>

<sup>a,b</sup> Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Jalan Gajayana No. 50, Malang, Indonesia

<sup>1</sup>sandytegariyaniputri@uin-malang.ac.id; <sup>2</sup>tiarajulianajaya@uin-malang.ac.id\*

\*corresponding author: tiarajulianajaya@uin-malang.ac.id

## ARTIKEL INFO

### Article history

Received : 27-9-2024

Revised : 8-10-2024

Accepted : 22-10-2024

### Keywords

Makanan Pendamping ASI

(MPASI)

Ketahanan Ekonomi Keluarga

Stunting

## ABSTRAK

Program pemberdayaan masyarakat untuk makanan pendamping ASI di Desa Pandansari Lor, Kecamatan Jabung, Kabupaten Malang, bertujuan untuk meningkatkan ketahanan ekonomi keluarga sekaligus mencegah stunting pada anak-anak. Desa ini memiliki potensi pertanian yang kaya dengan komoditas seperti singkong, pisang, durian, dan tebu. Namun, data menunjukkan bahwa masih terdapat kasus stunting, yang sebagian besar disebabkan oleh rendahnya asupan nutrisi pada anak serta kurangnya pengetahuan ibu tentang nutrisi yang tepat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan ibu rumah tangga dan kader Posyandu, dengan fokus pada pelatihan pembuatan makanan pendamping ASI dari bahan-bahan lokal yang mudah diakses dan terjangkau. Selain itu, pelatihan ini juga membuka peluang ekonomi bagi para ibu di desa untuk menciptakan usaha rumahan melalui produksi makanan pendamping ASI. Hasil dari program ini menunjukkan bahwa para ibu memiliki pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya gizi seimbang bagi anak-anak dan termotivasi untuk mengembangkan bisnis makanan pendamping ASI yang berpotensi meningkatkan pendapatan keluarga. Program ini tidak hanya berfokus pada peningkatan kesehatan anak, tetapi juga memperkuat ketahanan ekonomi keluarga melalui pemberdayaan perempuan. Keberhasilan program ini diharapkan menjadi model pemberdayaan masyarakat di desa-desa lain yang memiliki masalah serupa. Monitoring dan evaluasi akan dilakukan untuk memastikan keberlanjutan program dalam jangka panjang.

## A. Pendahuluan

Desa Pandansari Lor, yang terletak di Kecamatan Jabung, Kabupaten Malang, merupakan desa agraris dengan potensi pertanian yang meliputi singkong, pisang, durian, dan tebu. Meskipun desa ini memiliki hasil pertanian yang beragam, data dari BABINSA menunjukkan masih ada balita yang mengalami stunting. Walaupun prevalensi stunting di Kabupaten Malang menurun pada tahun 2023, Kecamatan Jabung tetap mencatat angka stunting yang cukup tinggi (Admin, 2023). Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan kolaborasi dari berbagai pihak, termasuk UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang diharapkan dapat memberikan edukasi kepada masyarakat. Faktor sosial ekonomi dan pengetahuan orang tua menjadi salah satu penyebab utama stunting. Sebagian besar ibu di Desa Pandansari Lor adalah ibu rumah tangga yang memiliki waktu luang untuk lebih memperhatikan asupan gizi balita mereka melalui pembuatan MPASI. Selain meningkatkan asupan nutrisi anak, produksi MPASI juga dapat menjadi peluang usaha bagi para ibu untuk mendapatkan penghasilan tambahan.

Stunting pada anak erat kaitannya dengan asupan gizi yang tidak memadai. Menurut Rahmaniah et al., (2023) Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tepat sejak usia 6 bulan sangat krusial. Dengan memberikan MPASI bergizi seimbang, kita dapat mencegah stunting dan mendukung pertumbuhan optimal anak. Kualitas MPASI yang diberikan kepada anak sangat bergantung pada pengetahuan ibu. Ibu perlu memahami prinsip gizi seimbang untuk dapat membuat MPASI yang memenuhi kebutuhan nutrisi anak (Ashari, 2024). Dengan bekal pengetahuan yang cukup, ibu tidak hanya dapat mencegah stunting, tetapi juga membuka peluang usaha pembuatan MPASI.

## **B. Literature Review**

### **Stunting**

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang terjadi pada balita akibat kurangnya asupan gizi kronis (Nirmalasari, 2020). Faktor risiko terjadinya stunting di Indonesia dapat berasal dari faktor ibu, anak, maupun lingkungan. Faktor ibu dapat meliputi usia ibu saat hamil, lingkaran lengan atas ibu saat hamil, tinggi ibu, pemberian ASI ataupun MPASI, inisiasi menyusui dini dan kualitas makanan. Kondisi stunting sangat dipengaruhi oleh asupan nutrisi serta status kesehatan ibu selama kehamilan. 1000 hari pertama kehidupan anak, yaitu selama terjadinya konsepsi sampai dengan anak berusia tiga tahun sangat menentukan status gizi serta pertumbuhan anak. Kondisi stunting akan mempengaruhi kondisi kesehatan serta pertumbuhan fisik dan kognitif pada anak, sehingga kondisi ini perlu segera diatasi baik secara preventif maupun represif.

Faktor yang mempengaruhi stunting diantaranya terdapat faktor sosial ekonomi keluarga, budaya masyarakat serta tingkat pendidikan orangtua (Fikri & Komalya, 2023). Sehingga untuk menyelesaikan masalah stunting ini harus mencakup beberapa aspek diantaranya adalah memberikan edukasi kepada para ibu yang memiliki balita serta para calon ibu berkaitan dengan kondisi dan nutrisi yang dibutuhkan selama kehamilan, pentingnya ASI, serta kebutuhan nutrisi anak setelah usia 6 bulan. Mempersiapkan kondisi sosial ekonomi keluarga, serta budaya pada lingkungan Masyarakat

### **MPASI**

Makanan merupakan hak dasar serta pondasi gizi bagi perkembangan serta mental yang sehat (Victora et al., 2021). Makanan bukan hanya dibutuhkan oleh orang dewasa, melainkan juga bayi, anak serta remaja dimanapun. Makanan tidak hanya dibutuhkan untuk mengatasi rasa lapar tetapi juga merupakan pondasi untuk perkembangan sehingga bukan hanya dari kuantitas makanan tetapi juga pola makan, kondisi makanan serta nutrisi yang terdapat dalam makanan harus diperhatikan agar makanan yang dikonsumsi dapat memenuhi kebutuhan gizi tubuh. Nutrisi merupakan faktor penting bagi perkembangan anak dan remaja. Seiring perubahan usia kebutuhan nutrisi juga berubah. Pemberian nutrisi yang tepat akan membuat anak berkembang secara baik dan mencegah anak terhindar dari infeksi penyakit (Victora et al., 2021). Pemberian nutrisi yang tepat di tahun-tahun awal

kehidupan anak akan mencegah anak terkena resiko penyakit kronis, serta kebiasaan makan yang baik sejak dini akan terbawa sampai usia dewasa.

### **Ketahanan Ekonomi Keluarga**

Ketahanan ekonomi keluarga merupakan salah satu masalah global yang harus di tindak lanjuti (Lukwa et al., 2020). Salah satu ketahanan ekonomi keluarga dari berbagai perspektif menghubungkan bahwa makanan dan kemiskinan (Surur et al., 2021) Ekonomi rendah sangat mempengaruhi keadaan kesehatan dan pola penyakit seperti malnutrisi Kemampuan sebuah keluarga dalam memenuhi kebutuhan harian khususnya bahan pangan keluarga harus terpenuhi dan ditambah dengan pengeluaran lainnya, untuk hal ini keluarga kurang mampu kesulitan dalam memenuhi gizi dalam keluarganya. Pendapatan keluarga di pengaruhi dari pekerjaan kepala keluarga. Pada usia 9-23 bulan (95%) dan di usia 6-24 bulan keluarga membutuhkan pengeluaran ekstra dalam hal makanan dan keperluan dimana hal tersebut menjadikan pengeluaran tambahan sehingga secara tidak langsung akan berdampak pada stabilitas ekonomi keluarga dalam pemenuhan gizi keluarga (Nirmalasari, 2020). Dengan stabilitas ekonomi terjaga makan pemenuhan atas gizi keluarga akan terpenuhi.

## **C. Metode**

Kegiatan ini melibatkan ibu dan kader Posyandu Desa Pandansari Lor secara langsung. Setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat diharapkan peserta mampu mempraktekkan langsung dan dapat digunakan secara langsung (Puri, 2023). Metode Pelaksanaan Metode Pendekatan

yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Pendekatan PKM dengan Participatory Action Research (PAR) merupakan pendekatan yang prosesnya bertujuan untuk pembelajaran dalam mengatasi masalah dan pemenuhan kebutuhan praktis masyarakat, serta produksi ilmu pengetahuan. Adapun pemberdayaan harus selalu mengupayakan tiga dimensi sekaligus: pemenuhan kebutuhan dan penyelesaian masalah praktis, Pengembangan ilmu pengetahuan dan keberagaman masyarakat, dan proses perubahan social keberagaman. Langkah-langkah dalam setiap tahap kerja PKM PAR yaitu tahap pertama to know mengetahui kondisi riil dari masyarakat Desa Pandansari Lor Kecamatan Jabung Kabupaten Malang, tahap dua to understand (memahami problem komunitas) dalam hal ini memahami permasalahan tentang pengetahuan orangtua terhadap stunting serta nutrisi dan MPASI pada anak Balita, serta peluang secara ekonomi dari pembuatan MPASI dan tahap ketiga to plan (merencanakan pemecahan masalah) dalam hal ini memberikan Pelatihan tentang pembuatan MPASI dan memberikan keterampilan dalam mengelola keuangan untuk melihat peluang usaha dari pembuatan MPAS

#### D. Hasil dan Pembahasan

Pada kunjungan pertama pengabdian masyarakat di Desa Pandansari Lor, Kecamatan Jabung, Kabupaten Malang, tim pengabdian diarahkan untuk bertemu dengan kader posyandu. Pertemuan tersebut bertujuan untuk membahas kebutuhan masyarakat yang relevan dengan tema "Pemberdayaan Masyarakat dalam Pembuatan MPASI sebagai Sarana Peningkatan Ketahanan Ekonomi Keluarga." Kehadiran kader posyandu sangat penting karena mereka merupakan perpanjangan tangan dalam mendukung kesehatan ibu dan anak di desa.

Kader ini juga berperan sebagai penghubung utama antara tim pengabdian dan masyarakat lokal, sehingga program yang dirancang dapat disesuaikan dengan kebutuhan riil. Mereka menyampaikan bahwa masalah gizi pada balita, terutama yang terkait dengan stunting, masih menjadi perhatian utama. Diskusi ini menjadi dasar untuk menyusun langkah-langkah strategis dalam pelaksanaan kegiatan pemberdayaan yang efektif. Tim juga mendengarkan masukan mengenai potensi desa dalam pemanfaatan bahan-bahan lokal untuk pembuatan MPASI.



**Gambar 1.** Pertemuan dengan Sekretaris Desa

Sandy Tegariyani Putri, S.Pd, dalam sambutannya menjelaskan pentingnya pembuatan MPASI yang tepat dan sehat untuk perkembangan anak. Dia menyampaikan bahwa MPASI yang baik bukan hanya bermanfaat untuk kesehatan anak, tetapi juga dapat mengurangi beban pengeluaran keluarga. Hal ini penting mengingat banyak keluarga di Desa Pandansari Lor yang memiliki keterbatasan ekonomi dan

tidak selalu mampu membeli produk MPASI komersial. Menurut Sandy, bahan-bahan alami yang tersedia di sekitar desa dapat dimanfaatkan dengan optimal untuk membuat MPASI yang berkualitas. Selain itu, dia juga mengingatkan bahwa keterampilan membuat MPASI sendiri dapat menjadi langkah awal bagi para ibu untuk mandiri dalam hal pemberian makanan anak mereka. Sandy berharap kegiatan ini dapat mendorong para ibu untuk lebih kreatif dalam mengolah bahan makanan lokal sebagai MPASI yang sehat.

Dalam kegiatan tersebut, Sandy juga menyampaikan harapan besar agar para ibu rumah tangga di desa dapat membuat MPASI sendiri di rumah. Dengan menggunakan bahan-bahan yang mudah didapat, para ibu dapat menciptakan makanan pendamping ASI yang tidak hanya bergizi tetapi juga ekonomis. Sandy menekankan bahwa hal ini akan mengurangi ketergantungan pada produk komersial yang sering kali memiliki harga lebih mahal. Selain lebih hemat, MPASI buatan sendiri juga memberikan kendali penuh bagi ibu terhadap kualitas bahan yang digunakan. Penggunaan bahan lokal seperti singkong, pisang, dan sayuran yang tersedia di sekitar desa akan mengurangi pengeluaran keluarga, sekaligus menjaga asupan gizi anak tetap terpenuhi. Ini merupakan salah satu bentuk dukungan terhadap ketahanan ekonomi keluarga yang berkelanjutan.



**Gambar 2. Bersama Kader Posyandu**

Tiara Juliana Jaya, M.Si, menambahkan bahwa kegiatan ini merupakan bagian dari upaya pemberdayaan perempuan di desa. Melalui pelatihan pembuatan MPASI, para ibu tidak hanya mendapatkan keterampilan dalam bidang nutrisi, tetapi juga memiliki peluang untuk mandiri secara ekonomi. Tiara menjelaskan bahwa para ibu dapat menggunakan keterampilan ini tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan keluarga mereka, tetapi juga untuk menciptakan produk MPASI yang dapat dijual di pasar lokal. Hal ini, menurutnya, akan memberikan peluang bagi para ibu untuk mendapatkan penghasilan tambahan. Pemberdayaan ekonomi perempuan melalui produksi MPASI diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga sekaligus memperkuat posisi perempuan dalam perekonomian desa. Program ini juga sejalan dengan upaya pemerintah dalam mengurangi angka stunting di daerah tersebut.



**Gambar 3.** Peserta Pelatihan MPASI

Selama pelatihan, para ibu diajarkan cara memilih bahan-bahan yang berkualitas dan bergizi untuk MPASI. Bahan-bahan seperti singkong, pisang, dan sayuran lokal diperkenalkan sebagai alternatif sehat yang mudah diolah menjadi MPASI. Para ibu juga diberikan panduan mengenai cara memasak yang benar untuk menjaga kandungan nutrisi dalam makanan. Salah satu tantangan yang dihadapi adalah kurangnya pengetahuan ibu-ibu di desa mengenai nutrisi yang dibutuhkan untuk perkembangan anak. Oleh karena itu, selain praktik langsung, tim pengabdian juga memberikan edukasi mengenai pentingnya gizi seimbang bagi balita. Pelatihan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu-ibu mengenai pentingnya asupan nutrisi bagi kesehatan dan perkembangan anak.

Tidak hanya fokus pada pembuatan MPASI, pelatihan ini juga membuka diskusi mengenai pentingnya keberlanjutan program pemberdayaan ekonomi di Desa Pandansari Lor. Tiara menekankan bahwa keterampilan yang diberikan kepada para ibu harus dimanfaatkan secara maksimal untuk menciptakan peluang usaha jangka panjang. Ia berharap ibu-ibu dapat melihat potensi besar dari produk MPASI lokal sebagai peluang bisnis yang bisa dikembangkan lebih jauh. Dengan adanya dukungan dari posyandu dan masyarakat, para ibu diharapkan dapat membentuk kelompok usaha bersama yang berfokus pada produksi MPASI. Ini tidak hanya akan meningkatkan kesejahteraan ekonomi, tetapi juga memberikan dampak positif bagi kesehatan anak-anak di desa tersebut.

Salah satu keberhasilan awal dari program ini adalah antusiasme ibu-ibu yang mengikuti pelatihan. Mereka tampak bersemangat dalam mempelajari teknik-teknik baru dalam pembuatan MPASI, terutama karena mereka merasa lebih percaya diri dalam memproduksi makanan sehat bagi anak-anak mereka. Para peserta juga berbagi pengalaman mereka mengenai kendala yang sering dihadapi dalam menyediakan makanan bergizi bagi balita di rumah. Dengan adanya solusi dari program ini, mereka merasa lebih siap untuk menghadapi tantangan tersebut. Selain itu, diskusi mengenai peluang usaha juga menjadi topik yang menarik bagi para ibu, yang sebagian besar tertarik untuk mencoba menjual produk MPASI buatan mereka ke pasar lokal.

Di akhir kunjungan, tim pengabdian masyarakat memberikan saran kepada kader posyandu dan ibu-ibu desa untuk terus mempraktikkan keterampilan yang telah dipelajari. Mereka juga disarankan untuk saling mendukung dalam menjaga kualitas MPASI yang dihasilkan agar tetap sesuai standar gizi. Tiara dan Sandy berharap agar kegiatan seperti ini dapat berlangsung secara berkelanjutan, sehingga dampaknya terhadap ekonomi dan kesehatan masyarakat bisa lebih dirasakan. Program ini juga

diharapkan dapat menjadi contoh bagi desa-desa lain di Kecamatan Jabung dan sekitarnya. Kesuksesan pemberdayaan masyarakat di Desa Pandansari Lor bisa menjadi inspirasi untuk memanfaatkan potensi lokal dalam meningkatkan ketahanan ekonomi dan kesehatan keluarga.

Sebagai tindak lanjut, tim pengabdian merencanakan kunjungan berikutnya untuk memonitor perkembangan keterampilan dan usaha ibu-ibu di desa. Kunjungan ini bertujuan untuk memastikan bahwa para ibu terus termotivasi dan mampu mengembangkan usaha MPASI secara mandiri. Selain itu, posyandu juga akan dilibatkan dalam memantau perkembangan gizi anak-anak yang mengonsumsi MPASI buatan ibu-ibu desa. Tim berharap melalui monitoring ini, keberlanjutan program bisa terjaga dan memberikan dampak yang lebih luas bagi masyarakat Desa Pandansari Lor. Kolaborasi antara tim pengabdian, kader posyandu, dan masyarakat menjadi kunci sukses dari program pemberdayaan ini.

Melalui program ini, diharapkan tidak hanya terjadi peningkatan dalam hal kesehatan balita, tetapi juga adanya perubahan sosial yang signifikan di desa. Pemberdayaan ekonomi perempuan diharapkan dapat mendorong partisipasi yang lebih aktif dalam kegiatan ekonomi desa. Dengan keterampilan yang dimiliki, para ibu bisa menjadi agen perubahan yang mendorong kemajuan keluarga dan masyarakat. Di masa depan, program ini diharapkan bisa menjadi inspirasi bagi desa-desa lain di wilayah Malang dan sekitarnya, sehingga masalah gizi dan ekonomi dapat diatasi melalui pendekatan pemberdayaan masyarakat yang berbasis potensi lokal.

## **E. Kesimpulan**

Pembuatan MPASI sendiri memungkinkan penggunaan bahan-bahan lokal yang lebih terjangkau dan mudah didapatkan, sehingga mendorong pemanfaatan sumber daya yang ada di sekitar kita. Melalui pemberdayaan anggota keluarga dalam pembuatan MPASI, keterampilan memasak dan pengelolaan makanan juga dapat ditingkatkan, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup dan kesehatan keluarga secara keseluruhan. Pembuatan MPASI sendiri adalah langkah nyata yang tidak hanya mendukung perkembangan anak secara optimal, tetapi juga memperkokoh pondasi ekonomi keluarga dengan cara yang berkelanjutan dan efisien.

## **F. Daftar Pustaka**

- Admin. (2023). Bupati Malang: Stunting Kabupaten Malang Turun, SSGI harus Sinkronkan Data. Kanal24. <https://kanal24.co.id/bupati-malang-%0Astunting-kabupaten-malang-turun-ssgi-harus-sinkronkan-data>
- Ashari, A. M. (2024). Edukasi dan Giat Mengolah Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) di Desa Mekar Baru. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 6(2), 331–343. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v6i2.1945>
- Fikri, A. A., & Komalyana, I. N. T. (2023). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Murtajih, Kabupaten Pamekasan. *Media Gizi Indonesia*, 18(1), 49–55. <https://doi.org/10.20473/mgi.v18i1.49-55>
- Lukwa, A. T., Siya, A., Zablun, K. N., Azam, J., & Alaba, O. (2020). Prevalence and Socioeconomic inequalities trends in child health comparing within and between group inequalities: Food insecurity and malnutrition in Zimbabwe. *BMC Public Health*, 1–11.
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting Pada Anak : Penyebab Dan Faktor Risiko Stunting Di Indonesia. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 14(1), 19–28. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
- Puri, G. (2023). Participatory Action Research in Social Sciences and Education. *Journal of NELTA Gandaki*, 6(1–2), 66–77. <https://doi.org/10.3126/jong.v6i1-2.59713>
- Rahmaniah, Mayangsari, R., Fauziah, Kasma, A. S. R., & Kasma, A. Y. (2023). Hubungan Usia

Pengenalan MP-ASI terhadap Kejadian Stunting pada Balita Kelurahan Rangas Kecamatan Banggae Kabupaten Majene. *Nutrition Science And Health Research*, 2(1), 14–20.

Surur, M. A., Ulwiyah, Saadah, U., Rahmatika, S. dewi, & Rusmadi. (2021). Akuaponik untuk kemandirian dan ketahanan pangan di pesantren al islah mangkangkulon semarang. *Indonesian Journal Of Community Service*, 1(3), 606–613.

Victoria, C. G., Christian, P., Vidaletti, L. P., Gatica-Domínguez, G., Menon, P., & Black, R. E. (2021). Revisiting maternal and child undernutrition in low-income and middle-income countries: variable progress towards an unfinished agenda. *The Lancet*, 397(10282), 1388–1399. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00394-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00394-9)