

Edukasi Pemberian Makanan Pada Bayi Dan Anak (PMBA) Berbahan Dasar Pangan Lokal Labu Kuning

Infant And Young Child Feeding (PMBA) Education Based on Pumpkin Local Food

Nurlaili¹, Zuarda Jumainap Rumjani², Juraidin³

^{1,2,3} Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bima, Kota Bima, 84113, Indonesia

*Koresponding Author: laylinur458@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat artikel:

Diterima : 26 Mei 2025

Direvisi : 15 Agustus 2025

Disetujui : 05 September 2025

Tersedia secara online: 01 Januari 2026

E-ISSN: 3090-0964 (Online)

DOI: [10.64479/jtpm.v2i1.25](https://doi.org/10.64479/jtpm.v2i1.25)

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih banyak ditemukan di Indonesia, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Rasanæ Timur. Salah satu faktor penyebabnya adalah pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak adekuat baik dari segi jumlah, frekuensi, maupun kualitas zat gizi. Pemanfaatan pangan lokal seperti labu kuning (*Cucurbita moschata*) dapat menjadi solusi dalam meningkatkan kualitas MP-ASI karena labu kuning mengandung karbohidrat, serat, vitamin A, serta mineral penting untuk pertumbuhan anak. Namun, pengetahuan ibu balita mengenai pengolahan dan manfaat labu kuning masih rendah, sehingga diperlukan kegiatan edukasi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi dan terjangkau dengan memanfaatkan pangan lokal, khususnya labu kuning. Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, diharapkan ibu-ibu dapat memahami pentingnya pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Kegiatan edukasi dilakukan di Posyandu wilayah kerja Puskesmas Rasanæ Timur selama 1 hari, yaitu di posyandu telaga hijau Kel.Dodu. Pemaparan materi tentang gizi bayi dan anak serta manfaat labu kuning. Kesimpulan dari kegiatan Edukasi PMBA dalam Pemberian Makanan Tambahan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman Ibu tentang PMBA terkhusus PMT melalui praktik pembuatan MPASI berbahan Dasar Lokal Labu Kuning.

Kata kunci: Edukasi; Labu Kuning; MPASI; PMBA; PMT

ABSTRACT

*Stunting is one of the chronic nutritional problems that is still widely found in Indonesia, including in the working area of the East Rasanæ Health Center. One of the contributing factors is inadequate complementary feeding in terms of quantity, frequency, and quality of nutrients. Utilization of local foods such as pumpkin (*Cucurbita moschata*) can be a solution in improving the quality of complementary foods because pumpkin contains carbohydrates, fiber, vitamin A, and minerals important for child growth. However, the knowledge of mothers of toddlers regarding the processing and benefits of pumpkin is still low, so educational activities are needed. This activity aims to improve the knowledge and skills of mothers of toddlers in providing nutritious and affordable complementary foods (MP-ASI) by utilizing local foods, especially pumpkin. Through an educative and participatory approach, it is expected that mothers can understand the importance of feeding according to children's nutritional needs. Educational activities were carried out at the Posyandu in the working area of Puskesmas Rasanæ Timur for 1 day, namely at the telaga hijau posyandu in Kel.Dodu. Presentation of material on infant and child nutrition and the benefits of pumpkin. Presentation of material on infant and child nutrition and the benefits of pumpkin.*



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International.

The conclusion of the IYCF education activities in Supplementary Feeding can increase the knowledge and understanding of mothers about IYCF, especially PMT through the practice of making complementary food made from local pumpkin.

Keyword: Education; Pumpkin; complementary feeding; IYCF; PMT

1. Pendahuluan

Masalah kesehatan di Indonesia masih tinggi terlebih masalah kesehatan pada bayi dan anak diantara Stunting, Wasting, dan overweight menjadi masalah utama dalam tatanan kependudukan. (WHO,2023) menurut Arifin, dampak jangka pendek gizi buruk terhadap perkembangan anak diantaranya menjadikan anak apatis, gangguan bicara, dan gangguan perkembangan lainnya. Sedangkan dampak jangka Panjang menyebabkan penurunan IQ, terhambat perkembangan kognitif, penurunan integrasi sensori, sulit focus, penurunan rasa percaya Diri, dan prestasi akademik menurun. (Ambarwati, 2020, p. 121) masalah yang paling sering dialami oleh anak Indonesia adalah gangguan tumbuh kembang anak atau yang dikenal dengan Stunting, sebagai akibat dari gizi buruk, infeksi berulang, dan psikologi sosial yang kurang memadai.(Yudianti et al., 2024, p. 27) stunting pada anak biasa terjadi pada 1000 hari kehidupan anak yang menyebabkan tinggi anak menjadi lebih pendek dari seharusnya, dan akan terlihat saat berusia 2 tahun. Kementerian Kesehatan menjelaskan bahwa praktik pemberian makan pada bayi dan anak (PMBA) yang tidak benar adalah penyebab dan alasan utama terjadinya masalah gizi pada bayi dan balita. Pemenuhan gizi bayi dan anak diawali dengan Inisiasi Menyusui Dini (IMD), Pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dan dilakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangannya.(Raniati et al., 2023, p. 104)

Berdasarkan Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2020-2024 menyatakan bahwa sasaran Kesehatan yang ingin dicapai yaitu untuk meningkatkan status gizi dan Kesehatan Masyarakat melalui Upaya-upaya Kesehatan dan pemberdayaan Masyarakat di ikuti dengan dengan perlindungan financial dan pemerataan pelayanan Kesehatan.(Rony Asi, 2022)

World Health Organization (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) dalam Global Strategy For Infant And Young Child Feeding merekomendasikan 4 hal penting untuk dilakukan dalam praktik yaitu:

1. Memberikan ASI kepada bayi secepatnya dalam waktu 30 menit telah bayi tersebut lahir
2. Pemberian ASI secara Eksklusif dan teratur sejak bayi lahir hingga 6 bulan
3. Memberikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dari bayi berumur 6 bulan – 24 bulan (2 tahun)
4. Melanjutkan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih(Wahyuni & Wahyuningsih, 2016, p. 350)

Salah Satu program PMBA yang juga penting adalah Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk mendukung pemenuhan nutrisi energi dan protein, Pemberian makanan tambahan ada 2 macam yaitu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Penyuluhan.(Adawyah et al., 2024, p. 32). Tujuan PMT bukan untuk mengganti makanan utama, melainkan untuk memenuhi zat gizi yang dibutuhkan

balita.(Wahidah et al., 2023, p. 1874). Menurut Lassi 2020 penting dan perlu diberikan untuk memberikan nutrisi bagi bayi yang sesuai dengan standar kebutuhan nutrisi melalui praktek pemberian makanan tambahan. (Rony Asi, 2022, p. 357)

Kebanyakan orang tua tidak mempertimbangkan zat gizi yang dibutuhkan oleh anak dalam memenuhi persediaan makanan. Pengetahuan ibu tentang PMBA termasuk segala informasi yang diketahui ibu tentang zat yang terdapat dalam makanan yang dibutuhkan oleh tubuh balita dan kemampuannya untuk menyiapkannya setiap hari. (Purwaningsih & Rofiqoch, 2024, p. 136) Kurangnya informasi yang didapat dan pengetahuan selama masa PMBA merupakan salah satu faktor tidak tercukupinya kebutuhan anak, yang dapat mempengaruhi status gizi anak. (Tanuwijaya et al., 2020, p. 75) penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2014) pemberian makan bergizi pada balita dipengaruhi oleh pengetahuan ibu. Pemahaman ibu tentang gizi memiliki pengaruh signifikan terhadap kejadian stunting.(Tanuwijaya et al., 2020) Untuk meningkatkan pemahaman orang tua terhadap PMT disediakan pelayanan konseling/penyuluhan/edukasi kepada Ibu, keluarga, dan masyarakat tentang Pemberian makan ibu hamil, menyusui, bayi dan anak hingga berusia 2 tahun. (Rahmuniyati et al., 2022, p. 55)

Pemberian makanan Tambahan diutamakan menggunakan bahan dasar lokal, dapat berupa Susu, Biskuit, Sari Kacang dan telur. Makanan tambahan juga dapat berbentuk pudding, Dimana seperti yang diketahui pudding merupakan salah satu makanan kesukaan anak balita. Salah satu bahan dasar lokal yang mudah ditemukan dan sering di konsumsi Masyarakat Kota Bima adalah labu kuning, Labu Kuning yang banyak tumbuh di wilayah Bima dikenal banyak mengandung nutrisi yang baik untuk tubuh. Dari riset dilakukan oleh Nursyafitri (2022) tanaman Labu Kuning mengandung 51 kalori, 0,5gr lemak, 10gr karbohidrat, dan 3,6gr Protein.(Wahidah et al., 2023) hasil penelitian Subaktillah (2021) Labu kuning memiliki potensi sebagai provitamin A, Nabati serta mengandung gizi cukup tinggi dan lengkap yang terdiri dari karbohidrat, lemak, protein, vitamin A, B, C, magnesium, besi, fosfor, kalsium, air. Warna kuning pada labu kuning menunjukkan kandungan β -karoten, yang bermanfaat untuk melindungi tubuh dari radikal bebas sehingga sering dijadikan obat maupun suplemen Kesehatan.(Astuti & Budiyarti, 2023, p. 607)

Edukasi pemberian makanan tambahan juga gencar dilakukan di Puskesmas Rasanae Timur, Kota Bima. Dalam rangka mencegah dan mengurangi kejadian Stunting di Kecamatan Rasanae Timur, maka dilakukan kegiatan pengabdian Masyarakat di kelurahan Dodu, yang merupakan salah satu wilayah dengan kasus Stunting yang cukup tinggi di Kota Bima. Tujuan dari edukasi ini, adalah untuk memberikan pengetahuan kepada ibu, ayah, dan keluarga ataupun pengasuh dalam mengoptimalkan pemberian makanan bergizi pada bayi dan anak, sebagai upaya mengurangi dampak gangguan pemenuhan gizi anak akibat kurangnya pemahaman, pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyiapkan kebutuhan makanan dan minuman bergizi bagi bayi dan anak.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode deskriptif kualitatif, yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis proses pelaksanaan sosialisasi serta respon dari peserta kegiatan. Pendekatan ini digunakan karena kegiatan lebih menitikberatkan pada interaksi langsung dengan masyarakat melalui penyampaian materi, diskusi, dan observasi

terhadap perubahan pemahaman peserta. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu:

1. Persiapan: menyusun materi sosialisasi, menentukan lokasi dan sasaran kegiatan.
2. Pelaksanaan: menyampaikan materi kepada peserta melalui metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok.
3. Observasi dan Dokumentasi: mencatat keaktifan peserta, merespon pertanyaan, serta mengumpulkan dokumentasi berupa foto, video, dan catatan lapangan.
4. Evaluasi: dilakukan secara kualitatif melalui wawancara singkat dan kuesioner terbuka untuk mengetahui pemahaman peserta setelah kegiatan.

Data yang dikumpulkan kemudian dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran mengenai efektivitas kegiatan dan respon peserta terhadap materi yang disampaikan.

Bersama petugas ahli Gizi Puskesmas Rasanae Timur dan Pembimbing lapangan. Kegiatan ini diikuti 60 peserta yang merupakan Ibu dan anak-anak. Beberapa materi yang disampaikan dalam kegiatan ini antara lain:

1. Stunting, mulai dari pengertian, pencegahan, dampak serta makanan yang baik di konsumsi penderita Stunting.
2. Edukasi terkait gizi kurang, dampak dan cara pencegahan Gizi kurang.
3. Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA)
4. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan membuat MPASI yang sesuai kebutuhan dan umur anak. dalam kegiatan ini peserta diajarkan membuat makanan tambahan yang sederhana, mudah dan berbahan dasar lokal Labu Kuning, sehingga dikemudian hari para ibu bisa membuatnya di rumah.

Prosedur Pembuatan PMT bahan dasar lokal Pudding Labu Kuning adalah sebagai berikut:

- a. Potong kecil labu, kukus lalu lumatkan dengan garpu hingga halus. Tuang sebagian air, tambahkan Fiber Creme, kental manis dan bubuk agar-agar, aduk rata. Lalu disaring.



Tuang dengan sisa air tadi, aduk rata. Masak dengan api kecil hingga mendidih. Biarkan sebentar hingga uap panas hilang baru tuang ke cetakan/cup. Dan siap disajikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian Masyarakat berupa edukasi Pemberian makan Bayi dan anak dilakukan mulai pukul 08:30 hingga selesai. Pengabdian ini fokus pada pengenalan MP-ASI

sebagai Upaya pencegahan masalah Gizi kurang dan Stunting, melalui kegiatan penyuluhan dan pembuatan menu MPASI.



Gambar 1. Edukasi personal stunting, ASI Eksklusif, dan Undeweight

Dari hasil Penyuluhan dapat dilihat bahwa pengetahuan Ibu tentang PMBA meningkat setelah penyuluhan dan edukasi dilakukan, begitupun dalam hal Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Kegiatan selanjutnya merupakan praktik pembuatan menu MPASI, dengan tujuan untuk mengenalkan Ibu jenis atau bentuk makanan yang tepat sesuai kebutuhan dan umur anak agar mengoptimalkan gizi bayi dan anak. praktik ini dikoordinasi oleh dan dibantu oleh mahasiswa Program Studi Gizi dalam mempersiapkan proses pembuatan MPASI. Menu yang dibuat dalam kegiatan ini adalah Puding Labu Kuning yang sederhana dengan Labu kuning sebagai bahan dasar lokal yang mudah didapatkan. Pembuatan menu MPASI menggunakan menu 4 (karbohidrat, protein hewani, protein nabati, dan sayuran) sesuai anjuran Ikatan Dokter Anak Indonesia dan WHO untuk anak berusia 6 Bulan dan dilanjutkan hingga bayi berusia 2 tahun.(Tasmi & Siahaan, 2022) Praktik pembuatan MPASI ini diharapkan dapat memperbaiki gizi bayi dan anak dibawah 24 bulan, Dimana akan mengurangi kejadian Stunting pada anak dan meingkatkan kesehatan anak dibawah 2 tahun (Baduta).(Irwan, 2023, p. 28)

Pemberian MP-ASI pada anak merupakan hal yang harus dilakukan oleh orang tua. Orang tua harus memiliki pemahaman dalam PMBA dan PMT seperti waktu pemberian, tekstur makanan serta jumlah makanan MP-ASI. Pemberian MPASI tidak tepat dikarenakan kurangnya pemahaman dan pengetahuan orang tua berdampak buruk untuk anak.(Aryanti et al., 2024, p. 459) Setelah kegiatan praktik dilakukan, para Ibu jadi memahami dan mengetahui tentang manfaat,gizi dan kandungan dalam pudding labu kuning sebagai PMT dalam menunjang pemenuhan gizi anak.

4. Kesimpulan

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang mengandung gizi seimbang dan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh memiliki dampak positif bagi perkembangan bayi dan balita. Pembiasaan mengosumsi makanan bergizi akan berlanjut hingga anak bertambah usia. Edukasi dan penyuluhan serta pemberian makanan tambahan berhasil dan berjalan dengan baik , terutama keterlibatan orang tua dalam praktik pemberian makanan bergizi seimbang. Pemberian makanan tambahan yang bervariasi dan bergizi tidak hanya mengoptimalkan perkembangan tubuh dan fisik anak, melainkan dapat meningkatkan perkembangan otak dan psikologi anak. dengan memberikan makanan tambahan bernutrisi dan bergizi seimbang dapat membantu anak tumbuh dengan sehat dan aktif.

5. Ucapan terima kasih

Terima kasih disampaikan kepada pihak yang sudah terlibat, Dosen Pembimbing, petugas Kesehatan puskesmas rasanae timur khususnya tenaga gizi, kader posyandu dan mahasiswa PKL-GKM.

Referensi

- Adawyah, R., Puspitasari, F., & Suhandi, J. (2024). Pengolahan Cendol Ikan Patin Dengan Penambahan Labu Kuning Sebagai Pemberian Makanan Tambahan Sehat. *AQUANA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(Desember), 31–39.
- Ambarwati, R. (2020). Pengembangan Makanan Tambahan Berbasis F100 Dengan Substitusi Tepung Labu Kuning Dan Tepung Pisang. *Journal of Nutrition College*, 9(2), 121–128. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i2.27033>
- Aryanti, N., Sari, D., & Kalsum, U. (2024). Edukasi dan Pelatihan Pemberian Makan Bayi dan Anak dari Bahan Lokal bagi Ibu Balita dan Ibu Hamil. *JAGRI: Jurnal Abmas Negeri*, 5(2), 453–460.
- Astuti, fenny R., & Budiyarti, Y. (2023). Pengaruh Pemberian Makanan tambahan (PMT) Labu Kuning dan Ikan Gabus Terhadap Status Gizi Ibu Hamil Dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK). *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 12(2), 605–614.
- Irwan, I. N. (2023). *Hubungan Riwayat Pemberian Makanan Bayi Dan Anak (PMBA) Dengan Pencegahan Terjadinya Stunting Pada Balita Usia 24–59 Bulan Di* http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/29282/%0Ahttp://repository.unhas.ac.id/id/eprint/29282/2/K012202072_tesis_15-08-2023_bab_1-2.pdf
- Purwaningsih, R. T., & Rofiqoch, I. (2024). Tingkat Pengetahuan Ibu Pemberian Makan Bayi Dan Anak (PMBA) Dengan Status Gizi Baduta Usia 12-24 Bulan Di Desa Ajibarang Wetan Tahun 2024. *NersMid: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 0231, 135–148.
- Rahmuniyati, M. E., Bintari, C. M., & Mukaromah, H. (2022). Edukasi Pemberian Makan Pada Bayi Dan Anak (Pmba) Untuk Pemenuhan Asupan Gizi Anak. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 1026–1030. <https://doi.org/10.31004/cdj.v2i3.2866>
- Raniati, R., Iswarawanti, D. N., Mamlukah, & Badriah, D. L. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) Usia 6 Sampai Dengan 24 Bulan pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Puskesmas Paseh Kabupaten Sumedang 2022. *Media Informasi*, 19(1), 103–109. <https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1.74>
- Rony Asi, D. (2022). Pengaruh Pelaksanaan Konseling Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu yang Memiliki Anak Usia 6-23 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Merapi I Kabupaten Lahat Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Saemakers PERDANA*, 5(2), 356–369. <https://doi.org/10.32524/jksp.v5i2.682>
- Tanuwijaya, R. R., Djati, W. P. S. T., & Manggabarani, S. (2020). Hubungan Pengetahuan Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA) Ibu Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Dunia Gizi*, 3(2), 74–79. <https://ejournal.helvetia.ac.id/jdg>
- Tasmi, L., & Siahaan, G. (2022). Hubungan Pola Pemberian Makanan Bayi dan Anak (PMBA) Usia 6-24 Bulan dalam Upaya Penurunan Resiko Stunting di Desa Sungai Jernih Kabupaten Muratara Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak (KIA)*, 1(2), 47–51.
- Wahidah, M. N., Prawiswati, K. T., Kusuma, D. S., & Felda, N. E. (2023). Pemanfaatan Inovasi Olahan Puding Alami Guna Meningkatkan Tumbuh Kembang Balita di Desa Kalisalam. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 4(3), 1873–1878.
- Wahyuni, S., & Wahyuningsih, A. (2016). Pemberian makan pada bayi dengan kenaikan berat badan bayi di kabupaten Klaten. *RAKERNAS AIPKEMA*, 002, 349–354.
- Yudianti, Hapzah, Nurliah, & Nirbaya. (2024). Penguatan Praktik Pemberian Makanan pada Bayi dan Anak (PMBA) Melalui Simulasi dan Demonstrasi Pemberian MP-ASI. *Abdimas Universal*, 6(1), 27–32. <http://abdimasuniversal.uniba-bpn.ac.id/index.php/abdimasuniversalDOI:https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v6i1.372>