

Pelatihan Kader Posyandu dalam Pengolahan PMT Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Lokus Stunting Kecamatan Tambang

Mustika Hana Harahap*¹, Rena Afri Ningsih², Siti Zakiah Zulfa³

¹Fakultas MIPA dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Riau

²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sumatera Barat

³Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Payung Negeri

email: harahapmustikahana@gmail.ac.id

Abstract

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dapat meningkatkan risiko kesakitan dan kematian, menghambat perkembangan motorik dan kognitif, serta menurunkan produktivitas pada masa dewasa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mendukung perbaikan status gizi balita stunting adalah dengan meningkatkan kapasitas kader posyandu dalam pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam mengolah PMT lokal bagi balita stunting. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Februari–April 2026 di Kabupaten Kampar dengan sasaran 40 kader posyandu. Metode yang digunakan berupa praktik pelatihan pengolahan PMT lokal, disertai penyampaian materi dan pendampingan praktik. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengolah menu PMT lokal, yang ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata pengetahuan dari 15 % menjadi 100 % (p atau % peningkatan jika ada), serta sebanyak 100 % kader mampu mengajarkan pengolahan PMT sesuai standar yang telah ditetapkan. Kader juga menunjukkan kemampuannya dalam menyusun menu PMT berbasis pangan lokal yang memenuhi prinsip gizi seimbang. Oleh karena itu, pelatihan pengolahan PMT lokal efektif meningkatkan kapasitas kader posyandu sehingga dapat mendukung upaya pencegahan dan penanganan stunting di masyarakat.

Keywords:. *Cadres Integrated Health Service Post (Posyandu), processing Supplementary Feeding (PMT), Stunting*

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dapat meningkatkan risiko kesakitan dan kematian, menghambat perkembangan motorik dan kognitif, serta menurunkan produktivitas pada masa dewasa. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mendukung perbaikan status gizi balita stunting adalah meningkatkan kapasitas kader posyandu dalam pengolahan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam mengolah PMT lokal bagi balita stunting. Kegiatan dilaksanakan pada Februari–April 2026 di Kabupaten Kampar dengan sasaran 40 kader posyandu. Metode yang digunakan berupa pelatihan praktik pengolahan PMT lokal, disertai penyampaian materi dan pendampingan praktik. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengolah menu PMT lokal, yang ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata pengetahuan dari 15 % menjadi 100 % (p atau % peningkatan jika ada), serta sebanyak 100 % kader mampu mempraktikkan pengolahan PMT sesuai standar yang telah ditetapkan. Kader juga menunjukkan kemampuan dalam menyusun menu PMT berbasis pangan lokal yang memenuhi prinsip gizi seimbang. Dengan demikian, pelatihan pengolahan PMT lokal efektif

meningkatkan kapasitas kader posyandu sehingga dapat mendukung upaya pencegahan dan penanganan stunting di masyarakat.

Kata Kunci: *Kader Posyandu, Pengolahan PMT, Stunting*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan menurut umur berada di bawah standar pertumbuhan World Health Organization (WHO) dan berdampak terhadap perkembangan kognitif, imunitas, produktivitas, serta meningkatkan risiko penyakit tidak menular pada masa dewasa (WHO, 2023). Secara global, sekitar 150,2 juta balita mengalami stunting dengan prevalensi sekitar 22%, yang masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan WHO (<20%).

Di Indonesia, prevalensi stunting berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) telah menurun menjadi 19,8%. Meskipun demikian, stunting masih menjadi prioritas nasional karena Indonesia masih termasuk negara dengan prevalensi stunting yang tinggi di kawasan ASEAN. Di Provinsi Riau, prevalensi stunting mencapai 22,3%, sedangkan Kabupaten Kampar merupakan salah satu wilayah prioritas percepatan penurunan stunting. Berdasarkan Keputusan Bupati Kampar Nomor 407/DPPKBP3A/IV/2024, Desa Perhentian Raja ditetapkan sebagai lokasi fokus intervensi stunting, sementara data Puskesmas Tambang menunjukkan masih tingginya jumlah balita dengan status sangat pendek dan pendek.

Percepatan penurunan stunting memerlukan keterlibatan berbagai pihak, termasuk kader Posyandu sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat. Kader berperan dalam pemantauan pertumbuhan balita, penyuluhan gizi, serta pendampingan keluarga. Namun, hasil observasi di Desa Perhentian Raja menunjukkan bahwa kader masih memiliki keterbatasan pengetahuan dan keterampilan

dalam mengolah pangan lokal berbahan dasar ikan menjadi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang bergizi bagi balita stunting. Kondisi tersebut dapat mengurangi efektivitas edukasi dan pemanfaatan potensi pangan lokal dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting.

Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa kapasitas kader dalam konseling gizi dan praktik pengolahan pangan masih perlu ditingkatkan melalui pelatihan dan pendampingan secara berkelanjutan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui pelatihan pengolahan PMT berbasis pangan lokal bagi kader Posyandu. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam mengolah PMT berbahan pangan lokal sehingga mampu mendukung upaya percepatan penurunan stunting di Kabupaten Kampar.

METODE PENGABDIAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan sebagai memenuhi tridarma perguruan tinggi sebagai dosen, kegiatan ini dimulai dari koordinasi dan sosialisasi kegiatan pengabdian pada kader di lapangan, dilanjutkan dengan sosialisasi kegiatan, pelatihan pengolahan pemberian makanan tambahan (PMT) untuk bayi dan balita dan evaluasi selama 2 bulan dilapangan setelah pelatihan. Kegiatan ini dimulai dari bulan Februari hingga April 2026 di Lokasi khusus Stuting Kecamatan Tambang.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Perhentian Raja, Kabupaten Kampar, dengan sasaran lima kader posyandu aktif. Jumlah kader yang dilibatkan merupakan total populasi kader di posyandu desa tersebut, sehingga seluruh kader terlibat tanpa dilakukan pengambilan sampel.

Pelatihan peningkatan kapasitas kader dilakukan menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif, pemutaran video edukasi tentang gizi ibu hamil dan balita, pembagian handout, serta simulasi (*role play*) penyuluhan gizi. Materi pelatihan difokuskan pada peningkatan kemampuan kader dalam pemantauan pertumbuhan, penyampaian hasil plotting, edukasi gizi sesuai usia balita, dan pendalaman teknis untuk mengatasi ketidaksesuaian saat pelaksanaan penyuluhan di lapangan (Yuliantie, P., Ningrum, N. W., & Istiqamah, I. (2024).

Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung terhadap kemampuan kader sebelum dan sesudah pelatihan. Indikator yang diamati meliputi pendataan balita, plotting pada buku KIA, penyampaian hasil plotting kepada ibu balita, edukasi gizi sesuai usia balita, dan pemberian PMT penyuluhan. Seluruh data disajikan secara deskriptif tanpa uji statistik karena seluruh kader di lokasi menjadi sasaran program.

Materi penyuluhan yang digunakan mengacu pada *Buku Kesehatan Ibu dan Anak* (Kementerian Kesehatan RI, 2024) serta modul ABC-MPASI berbasis metode Delphi yang telah digunakan dalam pendidikan gizi ibu di Indonesia (Monash University, 2018). Prinsip pemberian MPASI yang disampaikan meliputi ketepatan waktu (dimulai pada usia lebih dari 6 bulan), kecukupan sesuai kebutuhan (adekuat), keamanan, dan penerapan *responsive feeding*, sejalan dengan pedoman WHO dan UNICEF (2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian didapatkan :

a. Tahap persiapan

Tim pengabdian melakukan pendekatan berupa silaturahmi dan sosialisasi kegiatan ke para kader di lapangan agar kader memahami tentang tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan.

b. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan pengolahan PMT di laksanakan di lokus stunting kecamatan Tambang. Peserta pelatihan adalah ibu – ibu kader berjumlah 40 orang. Kegiatan berupa pemberian materi tentang pengolahan PMT dan pelatihan kegiatan pengolahan PMT berbahan dasar lokal dari ikan. Sebelum kegiatan dimulai tim melakukan pretest untuk mengukur pengetahuan kader tentang pengolahan PMT sebagai solusi cegah stunting. hasil pretest dibawah ini :

Tabel 1. Tabel pretest

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Tinggi	0	0
Rendah	40	100 %
Jumlah	40	100 %

c. Tahap Evaluasi

Tim pengabdian telah melaksanakan kegiatan mulai dari silaturahmi dan sosialisasi, menilai pengetahuan sebelum memulai kegiatan, kemudian melaksanakan kegiatan berlangsung, pengolahan PMT, setelah kegiatan berlangsung maka pengetahuan ibu dinilai kembali pengetahuan kader tentang pengolahan PMT (posttest) untuk dievaluasi.

Hasil posttest dibawah ini :

Tabel 2. Tabel posttest kader

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Tinggi	40	100 %
Rendah	0	0
Jumlah	40	100 %

Berikut dokumentasi kegiatan Pelatihan Kader Posyandu dalam Pengolahan PMT Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Lokus Stunting Kecamatan Tambang



Gambar 1. Pengolahan dihadiri oleh ibu ketua PKK



Gambar 2. Praktik pengolahan oleh para kader



Gambar 3. Hasil pelatihan pengolahan PMT oleh Kader

Cara terbaik yang dapat digunakan untuk mencegah terjadinya stunting pada balita dapat dilakukan dengan memberi dan memenuhi gizi yang diperlukan oleh balita. Kurangnya pengetahuan, pemahaman, dan kesadaran masyarakat dapat memperparah terjadinya stunting pada balita. Salah satu cara pencegahan masalah gizi pada balita adalah dengan pemberian makanan tambahan (PMT) yang diberikan pada saat

kegiatan Posyandu. PMT yang diberikan tidak saja menggunakan bahan yang dipesan dari luar tetapi dengan memanfaatkan pangan lokal yang ada disekitar rumah. Untuk itu dibutuhkan keterampilan yang memadai oleh kader posyandu dalam mengolah PMT bagi balita.

Pembuatan menu PMT pangan lokal dengan menggunakan metode pelatihan merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan terkait informasi yang diberikan kepada sasaran dalam hal ini kader posyandu. Metode ini merupakan salah satu metode penyampaian edukasi yang melibatkan seluruh panca indra dengan menggunakan alat peraga yang memadai sehingga peserta dapat langsung mempraktekkan materi yang disampaikan oleh pelatih. Dalam kegiatan Pengabdian ini, seluruh peserta hadir dan sangat antusias mengikuti kegiatan pelatihan pembuatan menu PMT. Pihak Desa sangat mendukung kegiatan ini dan berharap team dapat mendampingi para Kader posyandu dalam pembuatan PMT.

Pemenuhan gizi ibu hamil sangat berpengaruh terhadap kesehatan dan tumbuh kembang janin. Pendampingan pada ibu hamil untuk mencegah KEK dan anemia terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan asupan gizi ibu, yang mendukung pencegahan stunting pada anak (Yuliani, Mail, & Wari, 2023). Hasil penelitian terdahulu menunjukkan efektivitas peningkatan asupan gizi ibu hamil melalui konseling kebutuhan gizi ibu hamil KEK, pemantauan konsumsi makanan tambahan (PMT), pemantauan konsumsi tablet Fe, motivasi untuk pemeriksaan kehamilan di puskesmas, dan pemantauan status gizi (Khoiriah & Faizah, 2021). Video edukasi yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga didasarkan pada hasil penelitian sebelumnya, di mana terdapat perbedaan signifikan secara statistik antara pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi, dengan hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($<0,05$).

Literatur menunjukkan bahwa faktor risiko stunting setelah lahir meliputi berat

badan lahir rendah (BBLR) <2.500 gram, panjang lahir <48 cm, masalah pada pemberian ASI eksklusif, dan makanan pendamping ASI (Erowati, Yolahumaroh, & Marlina, 2023). Pengetahuan ibu merupakan faktor penting dalam pemenuhan gizi balita sehingga balita dapat tumbuh dan berkembang sesuai usianya (Hatijar et al., 2025; Wahyuningsih & Liliana, 2024). Posyandu juga memiliki efek kontekstual yang kuat dalam pencegahan stunting, terutama melalui pemanfaatan pelayanan posyandu untuk pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita yang berdampak pada status gizi (Sampurna, Dewanti, & Prasticha, 2023).

Kader memiliki peran penting dalam bidang gizi, antara lain melakukan pendataan balita, penimbangan Berat Badan (BB), pengukuran Tinggi Badan (TB), pencatatan BB dan Kartu Menuju Sehat (KMS), plotting pada grafik pertumbuhan, pemberian makanan tambahan, distribusi vitamin A, penyuluhan gizi, serta kunjungan ke rumah ibu balita. Kader diharapkan aktif berkontribusi sebagai penggerak, motivator, dan edukator di masyarakat, khususnya pada sasaran posyandu. Keberadaan kader sangat vital karena mereka memegang peran sentral dalam menjalankan pelayanan Posyandu. Apabila kader tidak aktif, maka pelayanan Posyandu dapat terganggu, sehingga pemantauan status gizi balita tidak optimal dan gangguan gizi tidak dapat terdeteksi secara dini. Sebagaimana dilaporkan oleh Hindratni et al. (2021) dan Rahayu & Rahmatika (2022), peran aktif kader Posyandu dalam upaya meningkatkan status gizi balita mencakup pendataan balita, pemantauan pertumbuhan, penyuluhan gizi, serta pemberian makanan tambahan. Selain itu, kader berperan sebagai penghubung antara tenaga kesehatan profesional dengan masyarakat, menyampaikan informasi kesehatan, menggerakkan potensi sumber daya lokal, dan memperkuat kapasitas komunitas dalam bidang kesehatan.

Upaya peningkatan kapasitas kader diharapkan mampu meningkatkan partisipasi dan kepercayaan masyarakat.

Kader yang aktif, kompeten, dan komunikatif akan mendorong peningkatan kunjungan masyarakat ke posyandu dan mempererat hubungan kader dengan masyarakat sebagai pihak yang dipercaya untuk memberikan informasi kesehatan. Dampak jangka pendek dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatnya kemampuan kader dalam melaksanakan penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu balita. Sedangkan dampak jangka panjang yang diharapkan adalah perbaikan status gizi ibu hamil dan balita sebagai hasil dari peningkatan kualitas edukasi dan pelayanan kader.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pelatihan dan pendampingan kader posyandu berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader dalam menyampaikan hasil plotting pertumbuhan serta memberikan edukasi gizi sesuai usia balita. Kegiatan ini juga memperkuat kapasitas kader dalam menjalankan perannya sebagai edukator di Posyandu. Untuk menjaga keberlanjutan hasil, pelatihan dan pendampingan serupa perlu dilaksanakan secara berkala sehingga kompetensi kader dapat terus ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Erowati, D., Yolahumaroh, Y., & Marlina, Y. (2023). Video education of iron supplements and pregnancy nutrition to increase knowledge, adherence, and hemoglobin level. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health)*, 9(3), 542–548.
- [2] Hatijar, H., Setiawati, A., Situmeang, L., Tyarini, I. A., Putri, S. Z., & Yunita, L. (2025). Balanced nutrition education as an effort to prevent stunting in toddlers. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Edukasi Indonesia*, 2(2), 39–46. <https://doi.org/10.61099/jpmei.v2i2.7>
- [3] Hutapea, A., Nova, F., Panjaitan, T., Clementine, G., & Angelina, A. (2022). 1000 hari pertama kehidupan: Nutrisi dan tumbuh kembang anak. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*,

- 5(8), 2436–2447.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6473>
- [4] Khoiriah, N. A., & Faizah, U. (2021). Determinan kader posyandu dalam pemanfaatan buku KIA di wilayah kerja Puskesmas Singotrunan Banyuwangi. *Healthy*, 9(2), 24–35.
<https://www.ojsstikesbanyuwangi.com/index.php/healthy/article/view/253>
- [5] Hindratni, F., Sartika, Y., & Sari, S. (2021). Optimalisasi peran posyandu dalam pencegahan stunting di desa Rimbo Panjang wilayah kerja Puskesmas Tambang Kecamatan Tambang Kabupaten Kampar. *Jurnal Mitra Masyarakat (JMM)*, 2(2), 40–48.
<https://doi.org/10.47522/jmm.v2i2.88>
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Buku kesehatan ibu dan anak*. Kementerian Kesehatan RI.
- [7] Sampurna, M., Dewanti, L., & Prasticha, A. (2023). Correlations between maternal knowledge, attitude, and posyandu utilization on nutritional status in children under five. *Journal of Maternal and Child Health*.
<https://doi.org/10.26911/thejmch.2023.08.02.06>
- [8] WHO, & UNICEF. (2023). Complementary feeding guidelines for infants and young children aged 6–23 months. *Maternal & Child Nutrition*, 19(S2), e12248.
<https://doi.org/10.1002/jpn3.12248>
- [9] Widiasih, R., Sunjaya, D. K., Rahayuwati, L., Rusyidi, B., Sari, C. W. M., & Tung, S. E. H. (2025). Evaluating the knowledge, roles, and skills of health cadres in stunting prevention: A mixed-method study in Indonesia. *Belitung Nursing Journal*, 11(3), 330.
- [10] Yuliani, F., Mail, E., & Wari, F. E. (2023). Assistance for pregnant women in preventing KEK and anemia. *Journal of Community Service for Health*, 4(1), 1–4.
<https://doi.org/10.26699/jcsh.v4i1.1128>
- [11] Yuliantie, P., Ningrum, N. W., & Istiqamah, I. (2024). Effective stunting prevention: Empowering maternal nutrition education in rural Indonesia through AKUR PENTING intervention. *Health Sciences International Journal*, 2(2), 183–190.
<https://doi.org/10.71357/hsij.v2i2.44>
- [12] Yuwanti, Y., Mulyaningrum, F. M., & Susanti, M. M. (2021). Faktor–faktor yang mempengaruhi stunting pada balita di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 74–84.
<https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.704>