

Sosialisasi MPASI dan Pembuatan Abon Ikan sebagai Alternatif Pangan Lokal di Nagari Sikucur Barat, Padang Pariaman

Yevita Nurti¹, Annisa Putri^{*2}, Hairul Anwar³

^{1,3}Departemen Antropologi, Fakultas Ilmu Sosiologi dan Politik, Universitas Andalas, Indonesia

²Departemen Teknologi Industri Pertanian, Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Andalas, Indonesia

E-mail address: yevita@soc.unand.ac.id¹, annisaputri@ae.unand.ac.id², hairulanwar@soc.unand.ac.id³

Abstrak

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tersedianya sumber daya pangan pada satu komunitas tidak menjamin terpenuhinya kebutuhan gizi dan vitamin, terutama bagi anak-anak. Minimnya pengetahuan ibu untuk variasi makanan menjadi salah satu penyebabnya, terutama makanan pendamping ASI (MP-ASI). Hal ini menjadi satu persoalan di Nagari Sikucur Barat, Kecamatan V Koto Kampung Dalam, Kabupaten Padang Pariaman. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan yang lebih luas kepada masyarakat, khususnya ibu-ibu yang memiliki anak balita mengenai pentingnya makanan yang sehat dan bergizi untuk anak dan variasi makanan dengan bahan utama ikan. Metode yang digunakan adalah sosialisasi dan praktik memasak abon berbahan ikan. Hasil dari kegiatan PKM ini adalah telah terlaksananya praktik memasak abon ikan bersama masyarakat di Nagari Sikucur Barat yang dikhususkan yaitu ibu-ibu yang memiliki anak dengan usia 5 tahun. Leaflet resep dan metode pembuatan abon juga telah dibagikan kepada masyarakat sehingga dapat dipraktikkan kembali setelah kegiatan PKM ini berakhir. Kegiatan diakhiri dengan tanya jawab bersama masyarakat Nagari Sikucur Barat untuk melihat peningkatan pengetahuan setelah sosialisasi dan praktik. Pemberian hadiah kepada masyarakat yang mampu menjawab setiap pertanyaan yang diberikan.

Kata kunci: Abon ikan, MPASI, Pangan lokal, Sosialisasi

Abstract

Several studies show that the availability of food resources in one community does not guarantee the fulfillment of nutritional and vitamin needs, especially for children. Lack of maternal knowledge of food variety is one of the causes, especially complementary foods for breast milk (MP-ASI). This is a problem in West Sikucur Nagari, V Koto Kampung Dalam District, Padang Pariaman Regency. This Community Service (PKM) activity aims to provide broader knowledge to the community, especially mothers who have children under five, about the importance of healthy and nutritious food for children and various foods with fish as the main ingredient. The method used is socialization and the practice of cooking shredded fish from fish. The result of this PKM activity is implementing the practice of cooking shredded fish with the community in Nagari Sikucur Barat, specifically for mothers with children aged 5 years. Leaflets on recipes and methods for making shredded fish have also been distributed to the community so that they can be practiced again after this PKM activity ends. The activity ended with a question-and-answer session with the people of Nagari Sikucur Barat to see the increase in knowledge after socialization and practice. Giving gifts to people who are able to answer every question given.

Keywords: Shredded fish, complementary foods, Local food, Socialization

1. PENDAHULUAN

Nagari Sikucur Barat, kecamatan V Koto Kampung Dalam, Kabupaten Padang Pariaman, merupakan salah satu nagari kemitraan yang terintegrasi dengan kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) mahasiswa Universitas Andalas. Daerah Sikucur Barat di Kecamatan V Koto Kampung Dalam, Kabupaten Padang Pariaman ini merupakan daerah rawan bencana, banjir dan longsor, serta topografi daerah yang berbukit, walaupun sangat dekat dengan laut. Kegiatan KKN merupakan kegiatan di luar kampus yang memadukan antara kewajiban Tri Darma Perguruan Tinggi dengan pembelajaran di lapangan dalam bentuk pengabdian dan pemberdayaan kepada masyarakat [1]

Peserta KKN di Nagari Sikucur Barat ini terdiri dari mahasiswa yang memiliki latar belakang keilmuan yang berbeda karena berasal dari Fakultas yang berbeda. Sehingga, diharapkan mereka mampu menerapkan ilmu yang telah didapatkan di kampus pada kegiatan

KKN tersebut. Pada kegiatan survei lokasi KKN dan pengantaran mahasiswa KKN, Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) bersama-sama mahasiswa berdiskusi dengan wali nagari, sekretaris nagari, dan beberapa staf nagari dalam rangka pemetaan permasalahan yang ada di nagari Sikucur Barat. Berdasarkan diskusi bersama tersebut maka permasalahan saat itu yang ada di nagari Sikucur Barat adalah, minimnya pengetahuan ibu terhadap makanan bergizi yang diberikan untuk bayi, khususnya makanan pendamping ASI (MPASI). Ibu-ibu cenderung memberikan makanan kepada bayi sebelum usia bayi 6 bulan, dan minimnya pengetahuan ibu terhadap makanan yang baik dan bergizi yang akan diberikan kepada bayi setelah usia bayi 6 bulan.

Minimnya pengetahuan ibu terhadap makanan yang baik dan bergizi serta variasi makanan yang akan diberikan kepada bayi akan berdampak kepada gizi kurang pada anak. Praktek pemberian makanan pada anak merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan status kesehatan anak [2]. Rendahnya pengetahuan ibu tentang pemberian makanan dapat menyebabkan bayi tidak mendapatkan nutrisi yang cukup dan mengganggu proses tumbuh kembang [3].

Usia bayi (usia 0-11 bulan) merupakan periode emas, sekaligus juga kritis. Kurang gizi pada masa periode emas ini bersifat *irreversible* (tidak dapat pulih), [4], [5]. Sebagian besar kejadian kurang gizi dapat dihindari apabila mempunyai cukup pengetahuan tentang cara pemeliharaan gizi dan mengatur makanan anak. Ketidaktahuan tentang cara pemberian makanan bayi dan anak, dan adanya kebiasaan yang merugikan kesehatan, secara langsung maupun tidak langsung menjadi penyebab utama terjadinya masalah kurang gizi dan infeksi pada anak.

Di sisi lain, nagari Sikucur Barat berada di Kabupaten Padang Pariaman yang merupakan daerah pesisir. Sumber daya laut (hasil laut) menjadi sumber makanan yang mengandung protein tinggi yang dapat dimanfaatkan masyarakat untuk makanan bayi. Disamping itu, masyarakat Sikucur Barat sejak lama memiliki kawasan ikan larangan yang bisa dipancing (dibuka untuk umum pada saat tertentu) jika masyarakat membutuhkan ikan air tawar [6]. Ikan juga merupakan salah satu protein yang berperan penting dalam pencegahan *stunting* atau masalah gizi kronis [7]. Artinya sumber daya pangan yang sehat dan bergizi sangat mendukung di nagari Sikucur Barat. Yang diperlukan adalah menambah pengetahuan ibu (alih pengetahuan) dan keluarga tentang cara pemeliharaan gizi, mengatur makanan anak, serta variasi makanan bayi yang terbuat dari ikan.

Oleh sebab itu perlu dilakukan alih pengetahuan mengenai pentingnya makanan sehat bergizi pada anak periode emas (usia 0-11 bulan), dan praktek membuat abon yang terbuat dari ikan sebagai salah satu variasi menu ikan bagi anak pada masa MPASI, dengan memanfaatkan bahan pangan local yang akan dilakukan oleh para mahasiswa KKN dan dosen pendamping. Tujuan Program Kemitraan Masyarakat Terintegrasi dengan kegiatan Mahasiswa (PKM-TKM) adalah memberikan pengetahuan yang lebih luas kepada masyarakat di Nagari Sikucur Barat, khususnya ibu-ibu yang memiliki anak balita mengenai pentingnya makanan yang sehat dan bergizi untuk anak dan variasi makanan dengan bahan utama ikan.

2. METODE

Kegiatan KKN berlangsung Juli sampai Agustus 2024. Kegiatan PKM dilaksanakan pada tanggal 15 Agustus 2024 di Nagari Sikucur Barat. Peserta PKM adalah ibu-ibu di Nagari Sikucur Barat yang memiliki anak dengan usia balita (bayi di bawah lima tahun) sebanyak 20 peserta. Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan di Nagari Sikucur Barat adalah:

- 1) Tahap persiapan. Tahap awal ini adalah pembekalan bersama Tim, dan kemudian melaporkan kepada Wali Nagari dan Sekna, untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat terintegrasi dengan KKN Unand tahun 2024 dengan tema sosialisasi makanan Pendamping ASI (MPASI) dan Inovasi Pembuatan Abon berbahan ikan di Nagari Sikucur Barat. Setelah mendapatkan izin dan rekomendasi dari pihak mitra, yaitu Wali Nagari dan

- Sekna, persiapan yang dilakukan adalah menentukan tempat pelaksanaan kegiatan. Sekretaris nagari berkoordinasi dengan kepala Puskesmas dan bidan desa untuk pelaksanaan kegiatan sosialisasi.
- 2) Tahap pelaksanaan pengabdian, yaitu sosialisasi pentingnya makanan pendamping ASI bagi anak, jenis dan waktu pemberian makannya. Sosialisasi ini melibatkan seluruh Tim Pengabdian, PJ kegiatan dan mahasiswa, serta bidan desa, dan kepala puskesmas Sikucur Barat. Sosialisasi dimulai dengan metode ceramah dan selanjutnya dilakukan praktik memasak abon berbahan ikan yang khusus dibuat untuk bayi dan anak, dengan tekstur lembut, dan menggunakan bahan-bahan alami.
 - 3) Sebelum sosialisasi berupa ceramah dimulai, ibu-ibu peserta sosialisasi diberikan lembar kertas dengan pertanyaan-pertanyaan terkait pengetahuan tentang makanan pendamping ASI sebagai pre-test untuk melihat bagaimana pengetahuan ibu mengenai makanan pendamping ASI. Setelah ceramah selesai maka akan diberikan 5 pertanyaan untuk melihat seberapa efektif kegiatan sosialisasi berperan menambah pengetahuan ibu-ibu peserta sosialisasi. Hasil pre-test dan post-test akan di evaluasi kemudian setelah acara sosialisasi selesai dilaksanakan. Ibu-ibu peserta diberikan cenderamata/hadiah jika mampu menjawab pertanyaan dari Tim Pengabdian.
 - 4) Setelah acara sosialisasi berupa ceramah, kegiatan dilanjutkan dengan praktik memasak abon berbahan ikan, dengan memanfaatkan sumber daya pangan lokal. Bahan-bahan pangan serta bumbu disediakan oleh TIM Pengabdian. Praktik langsung dilakukan bersama dengan ibu-ibu peserta sosialisasi. Harapannya setelah adanya praktik memasak ini ibu-ibu dapat mempraktekkan di rumah masing-masing.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis, tanggal 15 Agustus 2024, bertempat di salah satu masjid yang ada di Nagari Sikucur Barat, Kabupaten Padang Pariaman. Kegiatan dibuka oleh Sekretaris Nagari Bapak Eveready dan dilanjutkan oleh ketua Tim Pengabdian Masyarakat, Ibu Dr. Yevita Nurti. Setelah itu sebagai tahap pertama dari kegiatan pengabdian masyarakat adalah sosialisasi tentang pentingnya makanan sehat dan bergizi sebagai makanan pendamping ASI diberikan oleh Ibu Annisa Putri, S.TP, M.T dan mahasiswa jurusan Ilmu Gizi yaitu Hanifa Tasya Kamila, Daffa Bintang O., dan Navisyah Anggarini. Pak Hairul serta beberapa mahasiswa lainnya membantu dalam teknis kegiatan, MC, pemotretan serta pre-test untuk melihat bagaimana pengetahuan ibu mengenai makanan pendamping ASI. Kegiatan sosialisasi materi kepada peserta PKM dapat dilihat pada Gambar 1 dan 2.

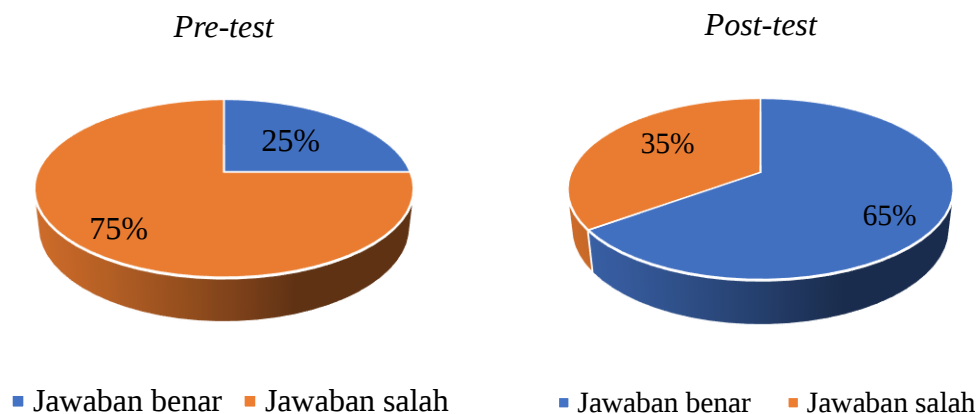


Gambar 1. Sosialisasi MPASI bergizi oleh ibu Annisa Putri, S.TP, MT



Gambar 2. Sosialisasi MPASI bergizi oleh Mahasiswa

Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi ini selesai dilaksanakan, tim pengabdian memberikan hadiah kepada ibu yang dapat menjawab pertanyaan sesuai dengan materi sosialisasi. Pertanyaan diajukan untuk melihat seberapa efektif kegiatan sosialisasi ini dapat menambah pengetahuan para ibu. Pertanyaan diajukan sebanyak 5 buah pertanyaan, dan tim pengabdian memberikan hadiah untuk lima orang ibu yang bisa menjawab pertanyaan dengan benar. Peserta PKM menjawab lebih banyak pertanyaan yang benar dibandingkan sebelum sosialisasi. Hasil *pre-test* dan *post-test* dapat dilihat di Gambar 3.



Gambar 3. Hasil Pre-test dan Post-test kegiatan PKM

Hasil menunjukkan bahwa masyarakat telah menjawab pertanyaan dengan benar lebih banyak saat *post-test*. Salah satu manfaat dari kegiatan Pengabdian ini tentu saja meningkatkan pengetahuan masyarakat dan memotivasi agar lebih peduli dengan lingkungan. Meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap lingkungan dan bahan-bahan alam yang terdapat disekitar kita merupakan tanggung jawab kita bersama tidak hanya pemerintah saja [8]. Proses pemberian hadiah kepada salah seorang ibu yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Pemberian hadiah kepada peserta PKM

Setelah sosialisasi selesai dilakukan, kegiatan selanjutnya adalah praktek memasak abon ikan dengan bahan lokal. Tim pengabdian bersama para ibu langsung mempraktekkan memasak abon ikan. Mulanya tim memperkenalkan jenis ikan yang dapat dibuat menjadi abon ikan, kemudian memperkenalkan semua bahan-bahan yang diperlukan untuk membuat abon. Ibu-ibu peserta pengabdian sangat antusias dalam praktik memasak, karena mereka bisa melihat langsung bahan-bahan yang diperlukan, bumbu-bumbu, serta cara membuat abon ikan. Ibu-ibu peserta PKM langsung mencicipi dan juga memberikan kepada anak-anak yang ikut kegiatan pengabdian masyarakat. Abon ikan yang dihasilkan pada kegiatan ini dapat menjadi potensi dan peluang ekonomi untuk mensejahterakan ekonomi masyarakat secara berkelanjutan [9]. Kegiatan praktik memasak abon ikan dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Demonstrasi masak oleh pemateri dan peserta Pengabdian

Kendala yang dihadapi saat kegiatan PKM ini adalah keterbatasan alat saat praktik memasak abon ikan. Hanya tersedia satu kompor dan satu gas sehingga hanya dapat memasak dalam jumlah yang terbatas. Namun, hal ini tidak mengurangi antusias ibu-ibu dalam memperhatikan setiap tahapan pemasakan abon ikan. Agar materi dan praktik dalam kegiatan PKM ini tetap dapat diterapkan setelah kegiatan ini selesai, tim pengabdian menyiapkan *leaflet* resep abon ikan dan prosedur pemasakannya.

Metode sosialisasi dan praktik pada pengabdian memberikan pengalaman yang sangat baik kepada masyarakat [10]. Diharapkan setelah kegiatan ini, antusiasme pada ibu-ibu tidak berkurang dan tetap dapat mempertimbangkan makanan apa saja yang baik dan bergizi yang akan diberikan kepada anak. Leaflet resep abon ikan dapat dilihat pada Gambar 5, serta flyer kegiatan PKM dapat dilihat pada Gambar 6.



Gambar 5. Leaflet Resep Abon Ikan



Gambar 6. Flyer Pengabdian Kepada Masyarakat

4. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan tema Sosialisasi Makanan Pendamping ASI (MPASI) dan Inovasi pembuatan Abon berbahan Ikan di Nagari Sikukur Barat, Kecamatan V Koto Kampung Dalam, Kabupaten Padang Pariaman ini telah terlaksana dengan baik dan lancar. Masyarakat terutama Ibu-Ibu di Nagari Sikukur Barat mendapatkan pengetahuan mengenai makanan pendamping ASI yang sehat dan bergizi, serta keterampilan memasak atau mengolah ikan menjadi abon. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan hasil nilai *pre-test* dan *post-test*. Kegiatan selanjutnya diharapkan dapat melakukan sosialisasi kemasan untuk abon ikan agar dapat dijual dan menjadi ide bisnis untuk masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ketua dan anggota Tim Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Andalas mengucapkan terimakasih kepada LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat) Universitas Andalas yang telah memberikan kesempatan dan dukungan kepada tim pengabdian untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Sosialisasi Makanan Pendamping ASI (MPASI) dan Inovasi Pembuatan Abon berbahan Ikan di Nagari Sikukur Barat, Kecamatan V Koto Kampung Dalam, Kabupaten Padang Pariaman”. Terimakasih banyak juga disampaikan kepada Bapak Wali Nagari Sikukur Barat, Sekretaris Nagari, serta staf nagari dan tokoh pemuda atas kesempatan dan apresiasi yang diberikan agar terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan lancar. Terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan serta seluruh peserta dan panitia kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Syardiansah, “PERANAN KULIAH KERJA NYATA SEBAGAI BAGIAN DARI PENGEMBANGAN KOMPETENSI MAHASISWA (Studi Kasus Mahasiswa Universitas Samudra KKN Tahun 2017),” *JIM UPB*, vol. 7, no. 1, 2019.
- [2] C. Oktavia *et al.*, “EFEKTIVITAS EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN DAN PERILAKU IBU TENTANG PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI PADA BALITA DI POSYANDU KENANGA KELURAHAN CEMPAKA PUTIH WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIMPANG KAWAT KOTA JAMBI”, [Online]. Available: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- [3] Emiralda, R. Deasy Ramadhani, and Aslinar, “HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN IBU TENTANG MAKANAN PENDAMPING ASI TERHADAP STATUS GIZI BAYI,” *Jurnal Ilmu Kedokteran dan Kesehatan*, 2022.

- [4] L. Mufida, T. D. Widyaningsih, and J. M. Maligan, "Basic Principles of Complementary Feeding for Infant 6-24 Months: A Review," 2015.
- [5] F. Mayar, Y. Astuti², P. Anak, U. Dini, I. Pendidikanuniversitas, and N. Padang, "Peran Gizi Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini".
- [6] M. Janatti, "History of Local Wisdom of Ikan Larangan Lubuak Landua as Environmental Conservations," 2018.
- [7] Ridwan *et al.*, "Penyuluhan Konsumsi Ikan Pada Ibu Dan Anak Dalam Pencegahan Stunting di Desa Makrampai Kecamatan Tebas," *Hippocampus: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 1, no. 2, pp. 52–56, Dec. 2022, doi: 10.47767/hippocampus.v1i2.428.
- [8] L. M. A. Sa'ban, A. Sadat, and A. Nazar, "Jurnal PKM Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Dalam Perbaikan Sanitasi Lingkungan," *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 5, no. 1, Nov. 2020, doi: 10.31849/dinamisia.v5i1.4365.
- [9] A. Sururi, B. Hasanah, R. Mulyasih, I. A. Firdaus, H. Hasuri, and H. Yuliani, "PENINGKATAN KAPASITAS EKONOMI MASYARAKAT MELALUI PEMBERDAYAAN KELOMPOK USAHA MIKRO KECIL DAN MENENGAH DI KAWASAN PANTAI UTARA DESA DOMAS KABUPATEN SERANG," *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 3, no. 3, p. 405, Feb. 2021, doi: 10.24198/kumawula.v3i3.27286.
- [10] W. Kelompok Tani Transmigran Di Desa Rasau Jaya Oleh *et al.*, "Jurnal Abdiraja Pelatihan Diversifikasi Olahan Mocaf menjadi Aneka Cemilan Pada".