AL-DYAS
Jurnal Inovasi dan Pengabdian kepada Masyarakat

p-ISSN : 2964-4992
e-ISSN : 2964-4984

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic, Garuda, Google, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/aldyas.v4i2.4893

IDENTIFIKASI BAHAN PANGAN LOKAL SEBAGAI MP-ASI DI KECAMATAN PAUH DUO KABUPATEN SOLOK SELATAN

Identification of Local Food Ingredients as MP-ASI in Pauh Duo District, Solok Selatan District

Monica Dasmayanti[1], Kasmita[2*], Yuliana[3], Sari Mustika[4]
Universitas Negeri Padang
kasmita70@yahoo.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jan 2, 2025	Jan 16, 2025	Jan 28, 2025	Feb 3, 2025

Abstract

The toddler years are a period of growth spurt where optimal brain growth and development occurs. The first five years are a period that will determine physical formation. MP-ASI is also known as the transition from breast milk to daily food gradually and slowly starting from the type, frequency of administration, amount of administration and form that is adjusted to the baby's ability to digest food. In Indonesia, giving MP-ASI is not appropriate. This is a problem for children because improper provision of MP-ASI can cause constipation, nutritional problems and stunting. One alternative to overcome children's nutritional problems is local MP-ASI, which is made at home and made from mixed food ingredients that are full of nutrients. Local MP-ASI is made from food ingredients that are generally available, cheap and easily obtained by the community. The main impact of this research is to help parents find out about local food ingredients that can be used as MP-ASI so that it can help reduce the risk of toddlers contracting nutritional problems, as well as helping further research for those who carry out relevant research. The type of research is a cross-sectional analytical design which was carried out in August 2024, with a sample size of

Jurnal Al-DYAS is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

117 people, and used a simple random sampling technique. Types of local food ingredients were identified by completing the Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ) questionnaire by respondents. Where five groups of local food ingredients are obtained which are processed into MP-ASI, namely two types of food ingredients of class one (grains), two types of food ingredients of class two (tubers), seven types of food ingredients of class three (animals), three types of food in group four (legumes), and thirteen types of food in group five (fruit and vegetables).

Keywords: Toddlers, MP-ASI, Local food

Abstrak: Masa balita merupakan masa growth spurth dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan otak yang optimal. Masa lima tahun pertama merupakan masa yang akan menentukan pembentukan fisik. MP-ASI dikenal juga dengan peralihan dari ASI ke makanan sehari-hari secara bertahap dan perlahan mulai dari jenis, frekuensi pemberian, jumlah pemberian dan bentuk yang di sesuaikan dengan kemampuan bayi untuk mencerna makanan. Di Indonesia, pemberian MP-ASI tidak tepat. Ini menjadi masalah bagi anak-anak karena pemberian MP-ASI yang tidak tepat dapat menyebabkan konstipasi, masalah nutrisi, dan stunting. Salah satu alternatif untuk mengatasi masalah gizi anak adalah MP-ASI lokal, yang dibuat di rumah tangga dan dibuat dari bahan makanan campuran yang penuh nutrisi. MP-ASI lokal dibuat dari bahan makanan yang tersedia secara umum, murah dan mudah diperoleh oleh masyarakat. Dampak utama dari penelitian ini adalah membantu orang tua untuk mengetahui bahan pangan lokal yang dapat di jadikan MP-ASI sehingga dapat membantu mengurangi resiko balita terjangkit masalah gizi, serta membantu penelitian lebih lanjut bagi yang melakukan penelitian yang relevan. Jenis penelitian ialah *desain cross-sectional analytical* yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2024, dengan jumlah sampel sebanyak 117 orang, dan menggunakan teknik *simple random sampling*. Jenis bahan pangan lokal di ketahui melalui pengisian melalui angket Semi *Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)* oleh responden. Dimana diperoleh lima golongan bahan pangan lokal yang di olah menjadi MP-ASI, yaitu dua jenis bahan pangan golongan satu (padi-padian), dua jenis bahan pangan golongan dua (umbi-umbian),tujuh jenis bahan pagan golongan tiga (hewani), tiga jenis bahan pangan golongan empat (kacag-kacangan), dantiga belas jenis bahan pangan golongan lima (buah dan sayur).

Kata Kunci: Balita, MP-ASI, Pangan Lokal

PENDAHULUAN

Memiliki anak yang sehat dan cerdas adalah dambaan setiap orang tua, untuk mewujudkannya orang tua harus selalu memperhatikan, mengawasi, dan merawat anak dengan seksama. Khususnya memperhatikan pertumbuhan dan perkembangannya. Meskipun proses tumbuh kembang anak berlangsung secara alamiah, proses tersebut sangat bergantung kepada orang tua. Apalagi masa lima merupakan masa yang akan menentukan pembentukan fisik.

Masa balita merupakan masa *growth spurth* dimana terjadi pertumbuhan dan perkembangan otak yang optimal. Masalah gizi pada balita dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang anak, misalnya *stunting, wasting* dan gangguan perkembangan mental.

MP-ASI dikenal juga dengan peralihan dari ASI ke makanan sehari-hari secara bertahap dan perlahan mulai dari jenis, frekuensi pemberian, jumlah pemberian dan bentuk yang di sesuaikan dengan kemampuan bayi untuk mencerna makanan. Tujuan dari MPASI adalah untuk memberikan zat gizi yang lebih pada anak yang semakin besar, kebutuhan zat gizi anak meningkat seiring bertambahnya usia, sehingga MP-ASI diperlukan untuk memenuhi kebutuhan ini. MP-ASI juga membantu anak-anak belajar menerima berbagai jenis makanan dengan berbagai bentuk dan rasa, yang membantu mereka mengunyah, menelan, dan menyesuaikan diri dengan makanan baru. (Lestiarini & Sulistyorini, 2020).

Di Indonesia, pemberian MP-ASI tidak tepat. Ada banyak kasus di mana bayi yang belum berusia enam bulan diberi MP-ASI. Ini menjadi masalah bagi anak-anak karena pemberian mpasi yang tidak tepat dapat menyebabkan konstipasi, masalah nutrisi, dan stunting (Rismawati, 2023). Salah satu alternatif untuk mengatasi masalah gizi anak adalah MP-ASI lokal, yang dibuat di rumah tangga dan dibuat dari bahan makanan campuran yang penuh nutrisi. MP-ASI lokal dibuat dari bahan makanan yang tersedia secara umum, murah dan mudah diperoleh oleh masyarakat (St. Nurbaya et al., 2022)

Meskipun kekurangan pangan bukanlah faktor utama penyebab masalah gizi pada anak, ketidaktahuan tentang gizi, perilaku orang tua, dan kebersihan adalah faktor utama. Mayoritas orang tidak menyadari betapa pentingnya menjaga nutrisi yang baik selama kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan. (Kasmita & Santi, 2023)

Kualitas pangan menunjukkan adanya semua zat gizi yang diperlukan tubuh di dalam susunan hidangan dan perbandingannya antara satu dengan yang lain. Kualitas gizi menekankan terhadap keanekaragaman pangan. Semakin beragam dan seimbang komposisi pangan yang dikonsumsi akan semakin baik kualitas gizinya, karena pada hakekatnya tidak ada satupun jenis pangan yang mempunyai kandungan gizi yang lengkap dan cukup baik dalam jumlah maupun jenisnya (Wantina et al., 2017).

METODE

Jenis penelitian yang penulis gunakan adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan metode yang dilakukan dengan berlandaskan data konkrit berupa angka-angka

yang diukur dengan menggunakan uji statistik dan berhubungan dengan masalah yang diteliti dengan tujuan untuk menarik sebuah kesimpulan (Sugiyono, 2018). Metode yang digunakan ialah metode survei di mana penelitian dilakukan dengan menggunakan angket sebagai alat penelitian yang dilakukan pada populasi besar maupun kecil, tetapi data yang dipelajari adalah data dari sampel yang diambil dari populasi tersebut, sehingga ditemukan hubungan antar variabel (Sugiyono, 2019).

Lokasi penelitian ini dilakukan di Puskesmas Pekan Selatan Kecamatan Pauh Duo, dan posyandu yang terdapat Di Kecamatan Pauh Duo dan mendatangi langsung rumah balita yang terdapat Di Kecamatan Pauh Duo Sedangkan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2024. Jenis data dalam penelitian ini adalah data premier yang di peroleh langsung dari responden. Adapun sumber data berasal dari orang tua balita umur enam sampai dua puluh empat bulan Di Kecamatan Pauh Duo. serta memakai teknik *Stratified Random Sampling*.

variable dalam penelitian ini, yaitu jenis pangan lokal yang di jadi kan sebagai MP-ASI Di Kecamatan Pauh Duo Kabupaten Solok Selatan. Adapun teknik analisis data yang digunakan menggunakan *proporsional random sampling*, yaitu mekanisme pengambilan sampel di mana seluruh anggota memiliki peluang yang serupa dalam sampel berdasarkan takarannya masing-masing.

Adapun alat pengumpulan data pada penelitian ini ialah menggunakan kuesioner, yaitu dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis untuk dijawab berdasarkan kondisi masing-masing responden melalui angket Semi *Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ)*.

Langkah-langkah dalam pengumpulan data ialah menentukan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian berupa umur balita, berat badan, dan jenis bahan pangan yang di konsumi; menentukan jangka waktu penelitian yaitu bulan Agustus 2024; menentukan metode pengumpulan data yaitu berupa kuesioner atau angket; melaksanakan pengumpulan data dengan pihak yang terlibat ialah orang tua balita dan pegawai Puskesmas Pauh Duo; dan setelah itu diakhiri dengan melakukan analisis data. Sehingga diperoleh kesimpulan dan saran.

Teknik analisis data berupa teknik deskriptif dengan memperoleh gambaran data secara singkat dengan tujuan memberikan pemahaman awal mengenai komponen dasar data serta memberikan informasi terkait perbandingan antara data-data dan sampel penelitian berupa jawaban responden melalui angket Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ).Selain itu penelitian ini juga menggunakan teknik analisis data secara kuantitatif dengan

Metode ini dilakukan untuk menghitung persentase jumlah dan jenis bahan pangan lokal yang dikonsumsi oleh balita di Kabupaten Solok Selatan terutama di Kecamatan Pauh Duo. Adapun rumus yang digunakan pada teknik tersebut ialah sebagai berikut:

$$\boldsymbol{p = \frac{f}{n} \times 100\%}$$

Keterangan:
P= Persentase
F= Frekuensi
N= jumlah sampel

HASIL DAN PEMBAHSAN

Pangan adalah segala sesuatu yang berasal dari sumber hayati yang digunakan untuk produk pertanian, perkebunan, kehutanan, perikanan, peternakan, perairan, dan air baik yang diolah yang dimaksudkan untuk makanan atau minuman yang dikonsumsi manusia, termasuk bahan baku makanan, bahan tambahan makanan, dan bahan lainnya yang digunakan dalam proses penyiapan, pengolahan, dan pembuatan makanan atau minuman (Kencana, 2021). Makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat setempat sesuai dengan potensi dan kearifan lokal disebut pangan lokal. Sesuai dengan tingkat produksi dan konsumsi, setiap daerah memiliki keunggulan pangan lokal yang berbeda. Pangan lokal saat ini merupakan komoditi yang sangat penting untuk dikembangkan dengan tujuan meningkatkan kualitas dan citranya, termasuk hasil olahannya, baik produk jadi maupun setengah jadi (Kencana, 2021)

Pangan lokal sudah dikenal, mudah diperoleh, beragam jenisnya, tidak diimpor, dapat diusahakan untuk memenuhi kebutuhan sendiri atau dijual, dan dikembangkan sesuai dengan potensi sumber daya wilayah dan budaya setempat. Sesuai dengan tingkat produksi dan konsumsi, setiap daerah memiliki keunggulan pangan lokal yang unik (anisa fikriyani, 2022).

Hal ini didasarkan terhadap seluruh kelompok jenis bahan pangan yang dikosumsi oleh balita sebagai MP-ASI Di Kecamatan Pauh Duo berdasarkan konsioner frekuensi makan. Adapun jenis bahan panga dapat di lihat pada table berikut:

N=117. Tabel 1. Bahan pangan golongan 1 (padi-padian/ serealia).

No	Nama Bahan Pangan	Frekuensi Konsumsi (%)	
		Usia 6 – 11 Bulan	Usia 12 – 24 Bulan
1	Beras	100	100
2	Jagung	26,4	62,50

Sumber: Diolah oleh Penulis melalui Kuesioner SQ-FFQ, 2024

N= 117. Tabel 2. Bahan pangan golongan 2 (umbi-umbian).

No	Nama Bahan Pangan	Frekuensi Konsumsi (%)	
		Usia 6 – 11 Bulan	Usia 12 – 24 Bulan
1	Kentang	97,05	98,79
2	Ubi jalar	5,8	39,75

Sumber: Diolah oleh Penulis melalui Kuesioner SQ-FFQ, 2024

N= 117. Tabel 3. Bahan pangan golongan 3 (pangan hewani)

No	Nama Bahan Pangan	Frekuensi Konsumsi (%)	
		Usia 6 – 11 Bulan	Usia 12 – 24 Bulan
1	Ikan mas	5,88	72,28
2	Belut	2,94	51,805
3	Udang air tawar	2,94	46,98
4	Telur ayam ras	14,70	78,83
5	Telur puyuh	29,41	77,10
6	Ayam	23,52	60,24
7	Hati ayam	55,88	72,28

Sumber: Diolah oleh Penulis melalui Kuesioner SQ-FFQ, 2024

Tabel 4. Bahan pangan golongan 4 (kacang-kacangan)

No	Nama Bahan Pangan	Frekuensi Konsumsi (%)	
		Usia 6 – 11 Bulan	Usia 12 – 24 Bulan
1	Kacang buncis	0	48,19
2	Kacang kedelai	14,7	73,49
3	Kacang panjang	0	22,89

Sumber: Diolah oleh Penulis melalui Kuesioner SQ-FFQ, 2024

Tabel 5. Bahan pangan golongan 5(buah dan sayur-sayuran)

No	Nama Bahan Pangan	Frekuensi Konsumsi (%)	
		Usia 6 – 11 Bulan	Usia 12 – 24 Bulan
1	kangkung	11,76	57,83
2	Bayam	100	97,59
3	Daun katuk	33,35	36,14
4	Bunga kol	32,35	57,83
5	Tomat	5,88	34,93
6	Labu siam	47,05	91,56
7	Wortel	64,70	75,90
8	Alpukat	55,88	72,28
9	Jambu air	0	24,09
10	Jeruk	0	31,32
11	Pisang	85,29	86,78
12	Papaya	8,82	45,78
13	Sawo	0	26,50

Sumber: Diolah oleh Penulis melalui Kuesioner SQ-FFQ, 2024

Berdasarkan angket kuesioner SQ-FFQ yang telah diisi oleh responden, menunjukan bahwa bahan pangan lokal yang di konsumsi oleh balita cukup beragam yang terdiri dari lima golongan bahan pangan yaitu: padi-padian, umbi-umbian, kacang kacangan, pangan hewani, dan pangan golonga sayur dan buah-buahan.

Berdasarkan Tabel 1 di atas dapat di ketahui bahwa konsumsi bahan pangan lokal golongan satu yaitu padi-padian teradapat dua jenis pangan yang sering di konsumsi yaitu beras dan jagung. Pada Tabel 2 konsumsi bahan pangan lokal jenis dua yaitu bahan pangan umbi-umbian terdapat dua jenis bahan pangan yaitu kentang dan jagung. Pada Tabel 3 bahan pangan golongan tiga yaitu bahan pangan jenis pangan hewani terdapat tujuh bahan pangan yang di konsumsi yaitu: ikan mas, belut, udang air tawar, telur ayam, telur puyuh, ayam dan hati ayam. Untuk bahan pangan jenis empat yaitu bahan pangan kacang-kacangan Tabel 4 terdapat tiga jenis bahan pangan yang sering di olah menjadi MP-ASI yaitu kacang buncis, kacang kedelai dan kacang panjang. Sedangkan pada Tabel 5 di jelaskan bahan pangan golongan lima yaitu bahan pangan buah dan sayur-sayuran yang terdiri dari tiga belas jenis pangan yaitu kangkung, bayam, daun katuk, bunga kol, tomat, labu siam, wortel, alpukat, jambu air, jeruk, pisang, papaya dan sawo.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas dapat di simpulkan bahwa konsumsi bahan pangan lokal sebagai MP-ASI pada balita Di Kecamatan Pauh Duo Kabupaten Solok Selatan sudah beragam. Dari 117 sampel yang diteliti, diperolah limagolongan jenis bahan pangan lokal yang di olah menjadi MP-ASI, yang terdiri dari bahan pangan golongan satu yaitu padi-padia atau serealia (padi, jagung), bahan pangan golongan dua yaitu umbi-umbian (kentang, ubi jalar), bahan pangan golongan tiga yaitu bahan pangan hewani (ikan mas, belut, udang air tawar, telur ayam, telur puyuh, ayam, hati ayam), bahan pangan golongan empat yaitu kacang-kacangan (kacng buncis, kacang kedelai, kacang Panjang) dan bahan pangan golongan lima yaitu sayur dan buah (kankung, bayam, daun katuk, bunga kol, tomat, labu siam, wortel, alpukat, jambu air, jeruk, pisang, papaya, sawo). Jenis bahan pangan lokal yang di konsumsi sebagai MP-ASI ini juga dipengaruhi oleh alam dan perkerjaan orang tua balita, namun demikian masih seringnya terjadi pengulangan bahan pangan yang di konsumsi dalam waktu cukup sering. **Saran:** Perlu adanya edukasi pada orang tua balita mengenai keragaman

konsumsi MP-ASI berbasis bahan pangan lokal agar tidak terjadi nya pengulangan pemberian MP-ASI dengan bahan pangan yang sama secara berturut-turut dan terus-menerus

DAFTAR PUSTAKA

Anisa Fikriyani. (2022). Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Sumber Pemenuhan Gizi Anak Usia Dini Di Dusun Ndewel Kecamatan Mbeliling Kabupaten Maggarai Barat. Braz Dent J.

Kencana, A. P. (2021). Skripsi Strategi Pengembangan Produk Pangan Lokal Bahan Dasar Singkong Dalam Meningkatkan Ekonomi Kreatif Perspektif Ekonomi Islam (Studi Kasus Kecamatan Raman Utara Kabupaten Lampung Timur) Oleh: Aprilia Pratiwi Kencana Npm.1602040063.

Kasmita, K., & Santi, T. D. (2023). Educational Opportunities For Stunting Prevention Through Lesson Study (LS). Proceedings Of Vocational Engineering International Conference, 5, 337–341.

Lestiarini, S., & Sulistyorini, Y. (2020). Perilaku Ibu Pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) Di Kelurahan Pegirian. *Jurnal PROMKES*, *8*(1), 1. Https://doi.org/10.20473/Jpk.V8.I1.2020.1-11

St. Nurbaya, Hamdiyah, H., Nur Laela, Rosmawaty, R., & Resmawati, R. (2022). Pemanfaatan Bahan Lokal Dalam Pembuatan Mp-Asi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Cenrana Kabupaten Sidrap. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, *1*(4), 436–441. Https://Doi.Org/10.55123/Abdikan.V1i4.900

Sugiyono (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D. Bandung: Alphabet

Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif. Prof. Dr. Sugiyono. 2018. Bandung: Alphabet

Wantina, M., Rahayu, L. S., & Yuliana, I. (2017). Keragaman Konsumsi Pangan Sebagai Faktor Risiko Stunting Pada Balita Usia 6-24 Bulan. *Journal ARGIPA*, *2*(2), 89–96.