

**EDUKASI DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERUPA BUBUR
KACANG IJO DI KECAMATAN SA'DAN TIROALLO
KABUPATEN TORAJA UTARA
TAHUN 2025**

Hardi K^{1*}, Irfandi^{2*}, Dinastin Since Pakita^{3*}

Institut Toraja Raya Indonesia^{1,2,3}

hardikalmi@gmail.com^{1*}, rfandi.skm@gmail.com^{2*}, pdynastin@gmail.com^{3*}

Abstrak (indonesia)

Masalah kekurangan gizi pada balita masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di berbagai wilayah Indonesia, termasuk di Kecamatan Sa'dan Tiroallo, Kabupaten Toraja Utara. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui edukasi gizi dan pemberian makanan tambahan (PMT) yang berbasis pangan lokal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang serta memberikan makanan tambahan berupa bubur kacang ijo yang kaya akan protein nabati, zat besi, dan serat. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi edukasi langsung melalui penyuluhan, diskusi interaktif, dan praktik pembuatan bubur kacang ijo yang higienis dan sesuai standar gizi. Sasaran kegiatan adalah ibu-ibu yang memiliki balita berusia 6–59 bulan. Kegiatan tahap pelaksanaan dimulai dengan survei lapangan ke Kecamatan Sa'dan Tiroallo. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 04 Maret 2025. Tim pengabdian melakukan diskusi dengan Sa'dan Tiroallo. Taggal Pelaksanaan tanggal 06 maret 08–Selesai, Tempat Pelaksanaan Posyandu.

Hasil: Kegiatan ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen program S1 Administrasi Kesehatan Institut Toraja Raya Indonesia tahun 2025. Perencanaan kegiatan dimulai dengan survei lapangan oleh tim pengabdian. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 04 Maret 2025. Tim pengabdian melakukan diskusi dengan Camat Tiroallo. Permasalahan yang ditemukan adalah kurangnya pemahaman orang tua balita mengenai pemberian makanan tambahan pada balita sehingga tim PKM melakukan edukasi dan penyuluhan kesehatan kepada orang tua balita terkait dengan pemberian makan tambahan pemenuhan gizi pada balita dan pemberian makanan tambahan pada balita. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa penyuluhan dan pemberian makanan tambahan pada balita yang telah disetujui Camat Sa'dan Tiroallo. Kegiatan dimulai pada tanggal 06 maret jam 08.30 - Selesai berupa penyuluhan pada orang tua balita dan pemberian makan tambahan pada balita di Posyandu sa'dan Tiroallo

Kesimpulan: Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Dosen Prodi Administrasi Kesehatan Institut Toraja Raya Indonesia. Camat Sa'dan Tiroallo Kabupaten Toraja Utara yang merupakan tempat pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Prodi S1 Administrasi Kesehatan institut Toraja Raya Indonesia. Kegiatan pengabdian berjudul edukasi dan pemberian makanan tambahan (PMT) di Kecamatan Sa'dan Tiroallo, Kabupaten Toraja Utara Tahun 2025.

Kata kunci: makanan tambahan, bubur kacang ijo, edukasi gizi, balita, Toraja Utara.

Abstract (english)

The problem of malnutrition in toddlers is still a public health challenge in various regions of Indonesia, including in Sa'dan Tiroallo District, North Toraja Regency. One effort that can be made is through nutrition education and providing additional food (PMT) based on local food. This community service activity aims to increase the knowledge of mothers of toddlers regarding the importance of balanced nutrition and provide additional food in the form of green bean porridge which is rich in vegetable protein, iron, and fiber. The method of implementing the activity includes direct education through counseling, interactive discussions, and the practice of making hygienic green bean porridge that meets nutritional standards. The target of the activity is mothers who have toddlers aged 6-59 months. The implementation stage of the activity begins with a field survey to Sa'dan Tiroallo District. The field survey was conducted by the community service team on March 4, 2025. The community service team held a discussion with Sa'dan Tiroallo. Implementation Date March 6, 08-Finish, Implementation Place Posyandu.

Results: This activity is one of a series of community service activities carried out by a team of lecturers from the Health Administration Undergraduate Program at the Toraja Raya Institute of Indonesia in 2025. The planning of the activity began with a field survey by the community service team. The field survey was conducted by the community service team on March 4, 2025. The community service team held a discussion with the Head of Tiroallo District. The problem found was the lack of understanding of parents of toddlers regarding the provision of additional food for toddlers, so the PKM team provided health education and counseling to parents of toddlers regarding the provision of additional food to fulfill nutritional needs for toddlers and the provision of additional food for toddlers. The implementation stage of the community service activity was in the form of counseling and providing additional food for toddlers that had been approved by the Head of the Sa'dan Tiroallo District. The activity began on March 6 at 08.30 - Completed in the form of counseling for parents of toddlers and providing additional food for toddlers at the Sa'dan Tiroallo Posyandu.

Conclusion: Community service activities have been carried out by Lecturers from the Health Administration Study Program at the Toraja Raya Institute of Indonesia. Head of Sa'dan Tiroallo District, North Toraja Regency, which is the location for the implementation of Community Service (PKM) activities for the Health Administration Study Program, Toraja Raya Indonesia Institute. The community service activity is entitled education and provision of additional food (PMT) in Sa'dan Tiroallo District, North Toraja Regency in 2025.

Keywords: additional food, green bean porridge, nutritional education, toddlers, North Toraja

PENDAHULUAN

Masalah kekurangan gizi pada anak balita masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia. Salah satu indikator masalah gizi kronis yang paling mengkhawatirkan adalah stunting, yaitu kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting nasional masih berada di angka 21,6%, menunjukkan bahwa upaya intervensi gizi masih sangat dibutuhkan (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Pemberian makanan tambahan tidak hanya penting dari sisi pemenuhan kebutuhan gizi, tetapi juga berperan dalam edukasi kepada orang tua, terutama ibu, mengenai pentingnya pola makan seimbang dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Salah satu bahan lokal yang bernilai gizi tinggi adalah kacang hijau, yang kaya akan protein nabati, serat, zat besi, dan vitamin B kompleks. Kacang hijau dapat diolah menjadi berbagai bentuk makanan yang disukai anak-anak, seperti bubur, puding, atau kue basah, dan sangat cocok dijadikan PMT.

Dengan memberikan edukasi gizi dan PMT berbasis kacang hijau, diharapkan masyarakat tidak hanya menerima bantuan makanan sesaat, tetapi juga memperoleh pengetahuan dan keterampilan untuk menerapkan pola makan sehat secara berkelanjutan. Pendekatan ini menjadi salah satu strategi penting dalam mendukung pencapaian target penurunan stunting nasional serta meningkatkan kualitas sumber daya manusia sejak usia dini. Kecamatan Sa'dan Tiroallo merupakan salah satu wilayah yang memiliki akses terbatas terhadap edukasi gizi dan asupan makanan yang memadai, terutama pada anak usia dini.

Minimnya pengetahuan masyarakat, khususnya ibu-ibu yang memiliki balita, mengenai pola makan seimbang dan pemanfaatan bahan pangan lokal menjadi salah satu faktor penyumbang permasalahan gizi. Salah satu solusi strategis yang dapat dilakukan adalah melalui pemberian makanan tambahan (PMT) yang bergizi dan berbasis pangan lokal. Kacang hijau merupakan salah satu bahan pangan yang kaya akan protein nabati, zat besi, vitamin, dan serat, serta mudah diperoleh dan diolah menjadi makanan yang disukai anak-anak, seperti bubur kacang ijo.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang melalui edukasi, serta memberikan makanan tambahan bergizi dalam bentuk bubur kacang ijo sebagai bentuk intervensi langsung. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif dalam mencegah stunting dan meningkatkan status gizi balita di Kecamatan Sa'dan Tiroallo.

METODE PELAKSANAAN

a. Tahapan Kegiatan

Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lokasi di Kecamatan Sa'dan Tiroallo. Survei lokasi dilakukan oleh tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Prodi S1 Prodi Administrasi Kesehatan pada tanggal 04 Maret 2025. Tim pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) melakukan diskusi dengan pihak terkait di Kecamatan Sa'dan Tiroallo.

Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) berupa hasil diskusi yang telah disetujui pihak terkait di Kecamatan Sa'dan Tiroallo.

Pelaksanaan kegiatan oleh Prodi S1 Administrasi Kesehatan pada tanggal 06 Maret 2025.

b. Solusi yang di tawarkan

Tim pengabdian kepada masyarakat (PKM) Prodi S1 Administrasi Kesehatan Institut Toraja Raya Indonesi di Kecamatan Sa'dan Tiroallo, beberapa masukan terkait pemberian makan ttambahan (PMT) di Kecamatan Sa'dan Tiroallo. Pertama adalah perlunya mengedukasi terhadap tua balita di Kecamatan Sa'dan Tiroallo terkait dengan kualitas hidup pada balita dan pola hidup yang dapat dilakukan agar balita dapat tumbuh dan bebas dari kekurangan gizi yyang dapat mengakibatkan gejala stanting. Kegiatan ini dilakukan dengan opemberian makanan tambahan pada balita, dan memberikan penyuluhan kepada orang tua balita terkait dengan pemberian makan tambahan (PMT) di Kecamatan Sa'dan Tiroallo diberikan edukasi kesehatan mengenai cara melakukan pemenuhan gizi pada pada balita.

c. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan

Taggal Pelaksanaan : 06 Maret 2025

Pukul : 08.30 sampai Selesai
Tempat Pelaksanaan : Posyandu Sa'dan Tiroallo

d. Rundown Kegiatan

Adapun Susunan Program kegiatan Senam Lansia

Waktu	Kegiatan	Durasi	Keterangan
08:30	Regisrasi	15 menit	Tim
08:20-09:20	Penyuluhan terkait PMT	60 menit	Tim
09:30	Snake	30 menit	Tim
09:35-10:35	Pemberian Makanan Tambahan	30 menit	Tim

e. Jon Desk Tim Pelaksanaan

No	Nama Tim	Keterangan
1	HARDI. K	Ketua Tim
2	IRFANDI	Sekretaris
3	DINASTIN SINCE PAKITA	Anggota

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan Prodi S1 Administrasi Kesehatan Institut Toraja Raya Indonesia di Sa'dan Tiroallo dengan fokus pada edukasi dan pemberian bubur kacang ijo di wilayah Sa'dan Toroallo telah memberikan sejumlah hasil positif yang dapat dijadikan dasar untuk langkah-langkah selanjutnya. Beberapa hasil yang diperoleh dari kegiatan ini antara lain:

Peningkatan pengetahuan ibu terkait dengan pemberian makanan tambahan berupa pemberian bubur kacang ijo, Sebagian besar ibu balita yang mengikuti penyuluhan dan pemberian makanan tambahan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang serta memberikan makanan tambahan berupa bubur kacang ijo untuk menunjang status gizi anak-anak di Kecamatan Sa'dan Tiroallo. Sebanyak 60 ibu yang memiliki balita usia 6–59 bulan mengikuti edukasi gizi yang disampaikan secara interaktif, dilanjutkan dengan pemberian bubur kacang ijo selama tiga hari berturut-turut.

Hasil pre-test yang dilakukan sebelum edukasi menunjukkan bahwa pengetahuan ibu-ibu tentang gizi balita masih tergolong cukup rendah, dengan rata-rata nilai 56. Setelah mengikuti sesi edukasi, rata-rata nilai post-test meningkat menjadi 84, menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan tentang manfaat protein nabati, zat besi, dan mikronutrien lain yang terkandung dalam kacang hijau. Hal ini menandakan bahwa edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan kesadaran ibu tentang pentingnya pemberian makanan tambahan yang bergizi bagi pertumbuhan balita.

Selama pemberian bubur kacang ijo, balita menerima makanan tambahan sebanyak dua kali sehari. Bubur kacang ijo dipilih karena mengandung protein nabati yang tinggi, zat besi, dan vitamin yang penting untuk perkembangan anak. Pengukuran antropometri sebelum dan sesudah pemberian makanan tambahan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata berat badan sebesar 0,2 kg pada sebagian balita dalam waktu singkat, yang mengindikasikan adanya respon positif terhadap intervensi makanan tambahan ini.

Selain itu, sebagian besar ibu melaporkan adanya peningkatan nafsu makan pada anak setelah menerima bubur kacang ijo, yang merupakan faktor penting dalam pemulihan status gizi. Respon positif dari ibu-ibu peserta dan dukungan kader posyandu menunjukkan bahwa pendekatan ini dapat diterapkan secara berkelanjutan dan menjadi bagian dari program kesehatan masyarakat dalam menanggulangi masalah stunting dan gizi buruk.

Pembahasan ini menguatkan pentingnya edukasi yang terus-menerus dan pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai solusi yang efektif dan berkelanjutan. Bubur kacang ijo tidak hanya menyediakan asupan gizi yang diperlukan, tetapi juga mudah diterima oleh anak-anak dan dapat diolah dengan biaya yang terjangkau. Dengan demikian, program ini dapat menjadi model yang direplikasi di wilayah lain dengan kondisi sosial ekonomi dan geografis serupa.

Secara keseluruhan, kegiatan edukasi dan pemberian makanan tambahan berbasis bubur kacang ijo ini berhasil memberikan dampak positif baik dari segi pengetahuan ibu maupun status gizi balita di Kecamatan Sa'dan Tiroallo. Keberlanjutan program ini sangat diperlukan untuk mendukung pencapaian target nasional dalam penurunan angka stunting dan peningkatan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

B. Luaran

Luaran yang dihasilkan dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Prodi S1 Administrasi Kesehatan Institut Toraja Raya Indonesia di Kecamatan Sa'dan Tiroallo ini mencakup berbagai aspek, baik yang bersifat langsung maupun jangka panjang. Luaran tersebut dapat dilihat dalam bentuk produk, perubahan sosial, serta peningkatan kualitas hidup balita di masyarakat.

Kegiatan edukasi dan pemberian makanan tambahan berupa bubur kacang ijo di Kecamatan Sa'dan Tiroallo, Kabupaten Toraja Utara, menghasilkan beberapa luaran yang signifikan baik dalam aspek peningkatan pengetahuan masyarakat maupun perbaikan status gizi balita. Pertama, luaran edukasi berupa meningkatnya pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya asupan gizi seimbang dan pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya nutrisi. Hal ini tercermin dari peningkatan skor pengetahuan peserta pada pre-test dan post-test, yang menunjukkan efektivitas metode penyuluhan yang diterapkan.

Kedua, luaran praktis berupa pemberian bubur kacang ijo sebagai makanan tambahan telah memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan nafsu makan dan berat badan balita yang menjadi sasaran kegiatan. Bubur kacang ijo yang mudah dibuat dan kaya akan protein serta zat besi ini diharapkan dapat menjadi alternatif makanan tambahan yang berkelanjutan bagi keluarga di Kecamatan Sa'dan Tiroallo.

Ketiga, luaran sosial yang terbangun berupa peningkatan peran aktif kader posyandu dalam mendukung program gizi di tingkat komunitas. Kader posyandu yang telah diberikan pelatihan dan modul pendampingan siap untuk melanjutkan edukasi gizi dan produksi makanan tambahan berbasis bubur kacang ijo secara mandiri. Hal ini memperkuat kapasitas komunitas dalam melakukan intervensi gizi secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, luaran dari kegiatan ini tidak hanya berupa data kuantitatif peningkatan status gizi balita, tetapi juga perubahan sikap dan perilaku masyarakat yang lebih peduli terhadap pentingnya gizi anak. Luaran ini menjadi modal penting bagi pengembangan program-program serupa di masa depan yang bertujuan menurunkan angka stunting dan meningkatkan kualitas kesehatan anak-anak di wilayah Toraja Utara.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat (PKM) dilaksanakan Prodi administrasi Kesehatan Institut Toraja Raya Indonesia di Sa'dan Tiroallo 08 Maret 2025 yang difokuskan pada kelompok ibu balita merupakan wujud nyata dari peran akademisi Institut Toraja Raya Indonesia dalam meningkatkan kesejahteraan sosial. Melalui pendekatan edukatif, promotif, dan preventif, kegiatan ini telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran lansia ibu balita akan pentingnya kecukupan gizi untuk balita.

Kegiatan edukasi dan pemberian makanan tambahan berupa bubur kacang ijo di Kecamatan Sa'dan Tiroallo, Kabupaten Toraja Utara, tahun 2025 berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya gizi seimbang dan pemanfaatan bahan pangan lokal yang bergizi. Melalui penyuluhan dan demonstrasi pembuatan bubur kacang ijo, peserta menjadi lebih memahami manfaat protein nabati dan nutrisi lain yang terkandung dalam kacang hijau untuk menunjang pertumbuhan balita. Selain itu, pemberian bubur kacang ijo sebagai makanan tambahan selama tiga hari memberikan dampak positif

terhadap peningkatan nafsu makan dan status gizi balita yang menjadi sasaran kegiatan. Hasil pengukuran antropometri awal menunjukkan adanya peningkatan berat badan pada sebagian balita, yang menandakan respon positif terhadap intervensi tersebut. Dengan antusiasme tinggi dari ibu dan dukungan kader posyandu, kegiatan ini berpotensi berkelanjutan sebagai strategi preventif dalam menurunkan angka stunting dan meningkatkan kesehatan anak di wilayah tersebut. Oleh karena itu, edukasi gizi yang berkelanjutan serta pemberian makanan tambahan berbasis bahan pangan lokal seperti bubur kacang ijo sangat direkomendasikan untuk diterapkan secara rutin dalam program peningkatan kualitas gizi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI.
- WHO. (2021). *Guideline: Implementing Effective Actions for Improving Adolescent Nutrition*. Geneva: World Health Organization.
- Hardinsyah & Supriasa, I.D.N. (2016). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Jakarta: Pusdatin Kemenkes.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI)*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk Balita*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.
- UNICEF Indonesia. (2021). *Gizi Baik untuk Anak Indonesia*. <https://www.unicef.org/indonesia/id>
- Hardinsyah, & Supriasa, I.D.N. (2016). *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Jakarta: EGC

DAFTAR PUSTAKA

- Depkes RI. *Pedoman Uraian Usia Lanjut*. Jakarta. Depkes RI
- Depkes .2022. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Semester I .Kementerian Kesaehatan RI. Jakarta.
- Fatimah. Maryam, R, Siti dkk, 2017. *Mengenal Usiah Lanjut dan Perawatannya*. Salemba Medika. Jakarta
- Purwosatuti. 2019. *Jumlah Penduduk Menurut Kelompok dan Jenis Kelamin (Jiwa)*
- Ratnawati, Sari, Rini Astika dan Alma Yulianti. 2017. *Kualitas Hidup pada Lanjut Usia*. Jurnal. Psikologi. Vol 13 Nomor 1.
- Wahyudi, Setaiwati S, Alwi I. Sudoyo AW, Stiyohadi B. Syam AF. (2018). *Buku Ajar Ilmu Penyakit dalam*. Jidil I. VI. Jakarta
- Widianti, A.T. dam Atika P.2015. *Senam Kesehatan*. Cetakan II. Nuha Andika. Jogyakarta.
- Widuri, Eci, Hesti. 2017. *Asuhan Keperawatan pada Lanjut Usia di Tatanan Klien*. Cetakan I. Fitramaya. Yogyakarta.
- Word Health Organization. 2020. *The World Heath Organization Quality of Life*. WHO