



# Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat

Unit Pengabdian Masyarakat Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya  
<https://ejurnal2.poltekkestasikmalaya.ac.id/index.php/emass>  
E-ISSN: 2656-0364



## PENINGKATAN KUALITAS GIZI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) POSYANDU DAN PELATIHAN PEMBUATAN SOSIS NABATI

Priyo Sulistiyono<sup>1</sup>, Uun Kunaepah<sup>2</sup>, Dewi Vimala<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Indonesia  
e-mail: priyos32@gmail.com

### ABSTRACT

*The quality of food supplementary at posyandu in several posyandu is still not varied with a nutritional value below the recommendation, namely less than 300 kcal and 10g protein. The skills of posyandu cadres in making food supplements need to be developed with various types of food ingredients that are nutritious, healthy, and liked by toddlers. Sausages and nuggets are foods that toddlers like. The activity aims to provide capacity building for posyandu and coral cadres regarding the quality of food-supplementary at posyandu and training in making vegetable sausages. The activity method is carried out by conducting joint reviews and technical training. The target is 20 posyandu and youth organization cadres and 5 community health center nutrition officers from five sub-districts in Kejaksaan District. Activities were carried out in the meeting room and culinary laboratory of the Cirebon Nutrition Study Program. The data collected includes menu lists, data from menu reviews, and assessments of vegetable sausages by cadres and youth organizations. The results show that the food-supplementary at posyandu menu cycle is different for each sub-district, some have a cycle of 12 menus and apply to all posyandu, and some are different for each posyandu. The menu type uses a complete menu and an incomplete menu, some posyandu use a combination menu considering practicality in its implementation. The variety of colors and textures for the complete menu is quite good, but less (tends to be monotonous) for the incomplete menu. There are still menus with a calorie value of less than 150 kcal and less than 10g of protein, especially for incomplete menus. Participants were enthusiastic about taking part in the training on making vegetable sausages. Participants were actively involved, enjoying the products at the end of the training and declaring the plant-based sausages and nuggets delicious. Potential vegetable sausages and nuggets for food supplementary at posyandu and entrepreneurial development for cadres and youth organizations.*

*Keywords: food-supplementary, nutrition, posyandu, sausage, vegetable.*

### ABSTRAK

Kualitas PMT-Posyandu di beberapa posyandu masih belum bervariasi dengan nilai gizi masih dibawah anjuran yaitu kurang dari 300 kkal dan 10g protein. Keterampilan kader posyandu dalam membuat PMT perlu dikembangkan dengan berbagai variasi jenis bahan makanan yang bergizi, sehat dan disukai oleh balita. Sosis dan nugget makanan yang disukai balita. Tujuan kegiatan adalah memberikan peningkatan kapasitas kader posyandu dan karang tentang kualitas PMT-Posyandu dan pelatihan pembuatan sosis nabati. Metode kegiatan dilakukan dengan melakukan reviu bersama dan pelatihan

teknis. Sasaran sebanyak 20 kader posyandu dan karang taruna dan 5 orang petugas gizi puskesmas dari lima kelurahan di Kecamatan Kejaksan. Kegiatan dilakukan di ruang pertemuan dan laboratorium kuliner Prodi Gizi Cirebon. Data yang dikumpulkan meliputi daftar menu, data hasil revidi menu dan penilaian sosis nabati oleh kader dan karang taruna. Hasil menunjukkan siklus menu PMT-Posyandu berbeda untuk setiap kelurahan, ada yang siklus 12 menu dan berlaku untuk semua posyandu, ada yang berbeda untuk setiap posyandu. Jenis menu menggunakan menu lengkap dan tidak lengkap, beberapa posyandu menggunakan menu kombinasi dengan pertimbangan kepraktisan dalam penerapannya. Variasi warna dan tekstur untuk menu lengkap sudah cukup baik, namun kurang (cenderung monoton) untuk menu yang tidak lengkap. Masih ditemukan menu dengan nilai kalori kurang dari 150 kkal dan kurang dari 10g protein, terutama untuk menu tidak lengkap. Peserta antusias dalam mengikuti pelatihan pembuatan sosis nabati. Peserta terlibat aktif, menikmati produk di akhir pelatihan dan menyatakan sosis dan nugget nabatinya enak. Sosis dan nugget nabati potensial untuk PMT-Posyandu dan pengembangan wirausaha kader dan karang taruna.

Kata kunci : gizi, makanan-tambahan, nabati, posyandu, sosis.

## PENDAHULUAN

Permasalahan gizi di Indonesia masih cukup tinggi. Hasil SSGI (2021) menunjukkan gizi kurang 17,1% dan pendek 24,4% (Kemenkes.RI., 2022). Kurangnya konsumsi makanan terutama protein menjadi salah satu penyebabnya (Hapitria et al., 2019). Hasil Bulan Penimbangan Balita (BPB) Tahun 2022 menunjukkan balita gizi kurang dan stunting di Kecamatan Kejaksan masih cukup tinggi. Kualitas PMT-Posyandu di beberapa posyandu masih belum bervariasi dengan nilai gizi masih dibawah anjuran yaitu kurang dari 300 kkal dan 10g protein (Gizi, 2023). Dana operasional posyandu dan penyelenggaraan pemberian makanan tambahan masih mengandalkan sumbangan sukarela masyarakat langsung (perelek).

Posyandu merupakan pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang masih tetap eksis di tengah-tengah masyarakat. Seiring dengan perkembangan zaman, posyandu harus berbenah diri dan beradaptasi dengan perubahan yang terjadi agar tidak lekang. Posyandu memiliki kedudukan yang strategis dalam peningkatan dan penanggulangan masalah kesehatan dan gizi dimasyarakat terutama balita. Keberlangsungan dan kualitas posyandu turut mempengaruhi keberhasilan penanggulangan masalah kesehatan dan gizi di Indonesia.

Peningkatan literasi dan pengalaman kader posyandu menjadi penting untuk terus meningkatkan literasi dan berbagi pengalaman dengan para kader agar mereka mengetahui dan mampu turut serta dalam memberikan pelayanan kesehatan dan gizi dimasyarakat dengan baik dalam penanggulangan masalah kesehatan dan gizi. Peningkatan kapasitas dan literasi kader posyandu berkelanjutan menjadi sangat penting untuk menopang keberlangsungan program kesehatan dan gizi dilapangan. Kapasitas kader perlu terus ditingkatkan, diantaranya melalui forum pelatihan, diskusi bersama, kerjasama dengan berbagai pihak termasuk dengan akademisi dari berbagai perguruan tinggi. Kader posyandu berpotensi menjadi ujung tombak yang handal dalam implementasi program dan penanggulangan permasalahan kesehatan dan gizi dimasyarakat. Kader kesehatan memiliki potensi dan kedudukan yang strategis dalam masyarakat (Rismawati & Herliani, 2022), kader posyandu dapat berperan sebagai agen perubahan untuk pesan-pesan gizi dan kesehatan. Kader kesehatan terbukti dapat melakukan perannya (Rohmatin et al., 2019)

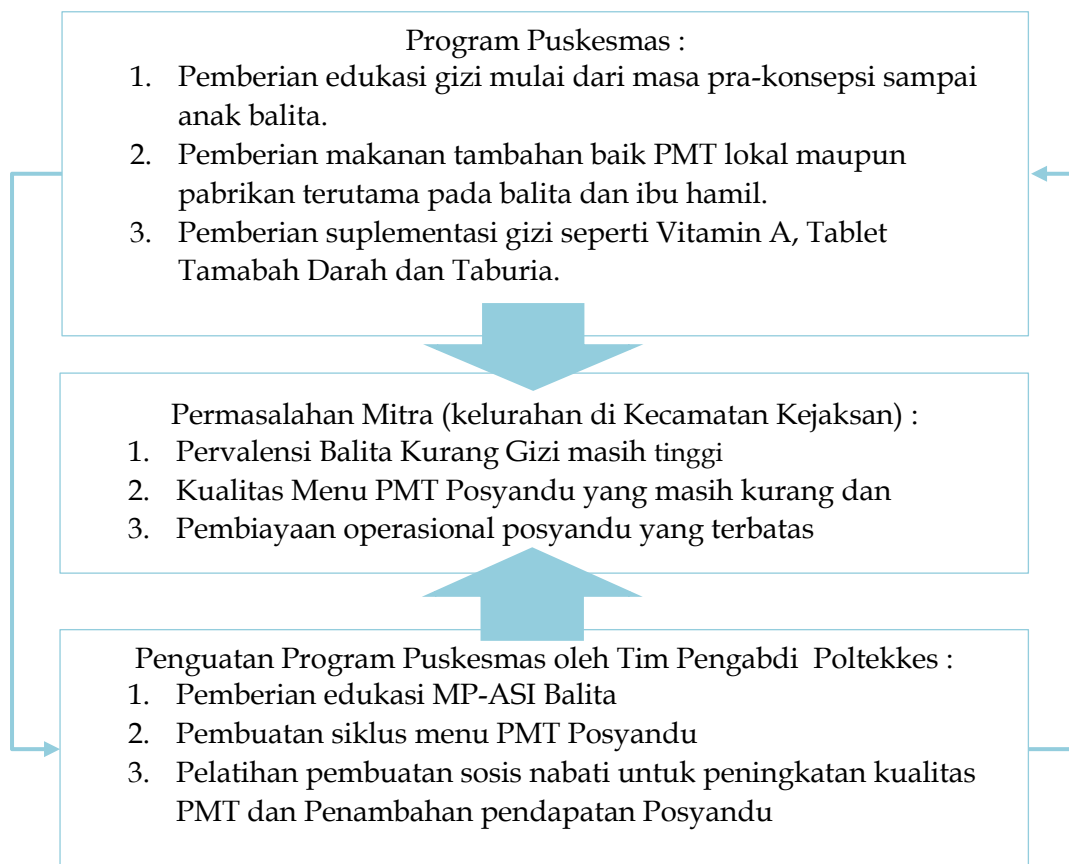
Untuk meningkatkan pengetahuan kader banyak metode yang dapat dilakukan, seperti dengan metode konvensional berupa penyuluhan dan diskusi. Metode lain yang interaktif seperti pembelajaran kolaboratif, bermain peran, games interaktif dan yang lainnya. Kegiatan reviu menu PMT Posyandu bersama kader, adalah salah satu metode peningkatan kapasitas kader. Kegiatan reviu bersama diharapkan dapat meningkatkan pemahaman kader posyandu tentang standar kualitas PMT. Kader diharapkan mampu secara mandiri menilai kualitas gizi PMT yang dibuatnya, sehingga selanjutnya kader akan selalu mempertimbangkan aspek gizi dalam pembuatan PMT.

Keterampilan dan kreativitas kader dalam membuat PMT juga penting untuk ditingkatkan. Pelatihan pembuatan sosis nabati dengan memanfaatkan potensi bahan makanan yang murah dan mudah yaitu ampas tahu dan jantung pisang, diharapkan memberikan peningkatan kapasitas dan rangsangan kreativitas kader posyandu dan karang taruna untuk menciptakan pangan bergizi dengan nilai ekonomis dengan pelatihan pembuatan sosis nabati. Sosis merupakan salah satu jenis variasi makanan olahan siap saji. Produk sosis cukup digemari semua kalangan masyarakat, baik anak kecil, dewasa maupun orang tua. Sosis adalah jenis makanan lauk pauk yang biasanya terbuat dari bahan dasar hewani dan dicampur bahan lain melalui proses pemaniran dan penggorengan (Departemen perindustrian RI, 1995 dalam Yuliani, 2013). Sosis nabati merupakan sosis yang dibuat bahan tumbuhan yaitu ampas tahu dan jantung pisang. Hasil penelitian Sulistiyono,dkk (2016) menunjukkan sosis nabati memiliki nilai gizi cukup tinggi yaitu protein 7,54% dan serat kasar 3,48%. Sosis nabati sangat disukai oleh anak balita, daya terima sosis nabati sama baiknya (85,7%) dengan sosis komersial. Pelatihan pembuat sosis dan nugget nabati ini bertujuan memberikan keterampilan, memicu kreativitas kader dalam membuat variasi jenis PMT, sekaligus berpotensi sebagai komoditi wirausaha kader

## METODE

Metode kegiatan dilakukan dengan melakukan reviu bersama dan pelatihan teknis. Riveu siklus menu PMT Posyandu dari 5 kelurahan, meliputi kelengkapan unsur menu, variasi bahan makanan, variasi warna dan tekstur dan kandungan nilai gizi. Reviu menu dilakukan dengan membandingkan dengan standar atau anjuran. Pelatihan teknis membuat sosis dan nugget nabati berbahan utama ampas tahu dan jantung pisang. Sasaran kegiatan sebanyak 20 kader posyandu dan karang taruna dan 5 orang petugas gizi puskesmas dari lima kelurahan di Kecamatan Kejaksan. Kegiatan reviu PMT Posyandu dilakukan di ruang pertemuan dan pelatihan pembuatan sosis nabati di Laboratorium Kuliner Prodi Gizi Cirebon. Data yang dikumpulkan meliputi data daftar siklus menu, data hasil reviu menu dari empat kelurahan dan penilaian organoleptik sosis nabati oleh kader dan karang taruna.

Mitra yang terlibat yaitu Puskesmas Pamitran, Puskesmas Kejaksan, Puskesmas Jl. Kembang, Nelayan dan Puskesmas Pesisir.



**Gambar 1. Analisis Situasi dan Kerangka Pemecahan Masalah**

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Reviu Bersama Siklus Menu PMT Posyandu

Pelaksanaan reviu bersama siklus menu PMT Posyandu pada 5 (lima) Kelurahan di Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon dilaksanakan pada hari Selasa, 21 Juni 2023 bertempat di kampus Prodi D III Gizi Cirebon Jalan KS Tubun No 58 Cirebon. Kegiatan tersebut melibatkan 20 kader/karang taruna dan 5 petugas gizi puskesmas, 3 orang dosen pengabdian, dan 6 orang mahasiswa. Jumlah peserta kegiatan pelatihan sebanyak 25 orang.

Kegiatan reviu dan pelatihan pembuatan sosis nabati dilakukan dengan tahapan sebagai berikut :

- a. Pembukaan oleh TIM Pengabmas
- b. Penjelasan Standar Mutu PMT Posyandu
- c. Reviu bersama menu PMT posyandu
- d. Tanya-jawab/umpan balik
- e. Pelatihan pembuatan sosis nabati
- f. Rencana Tindak Lanjut (RTL)
- g. Penutup

Kegiatan reviu PMT mengacu pada Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lokal dari Kementerian Kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2017), sebagai berikut;

**Tabel 1. Standar Kualitas PMT Posyandu untuk Balita 12-59 bulan**

Aspek Mutu PMT	Standar/ Anjuran
Kelengkapan Menu	Menu Lengkap: Nasi/ pengganti, Lauk Hewani, Lauk Nabati, Sayur dan Buah Menu Kudapan : minimal 3 dari 5 unsur anjuran
Standar porsi per unsur menu	Nasi/penukar=100g (1/2 piring) Lauk Hewani=40g (1 potong sedang) Lauk Nabati =50g (1 ptong sedang) Sayuran= 50g (1/2 mangkuk) Buah=50g (1 potong sedang)
Variasi Warna	Berbagai hidangan berwarna-warni menarik
Variasi Tekstur	Tekstur menu kombinasi antara padat dan cair (berkuah)
Nilai Gizi	Kalori = 300-400 kkal Protein = 10-15g
Keamanan	Bahan baku berkualitas, diolah dengan higienis dan tidak menggunakan Bahan Tambahan Makanan (BTM) yang berbahaya dan berlebihan

\*Untuk balita 6-11 bulan diberikan sesuai dengan usia, frekuensi, jumlah dan tekstur (lumat/lembik)

Kegiatan reuvi siklus menu diawali dengan pengumpulan siklus menu PMT dari masing-masing kelurahan/puskesmas. Diforum pertemuan dijelaskan tentang standar PMT Posyandu dan selanjutnya dilakukan reuvi bersama berdasarkan standar PMT Posyandu yang sudah dijelaskan. Hasil reuvi siklus menu PMT Posyandu adalah sebagai berikut;

**Tabel 1. Hasil Reuvi Bersama Kualitas PMT Posyandu**

Aspek Mutu/ Kelurahan	Kelurahan A	Kelurahan B	Kelurahan C	Kelurahan D	Kelurahan E
Jumlah Siklus Menu	12 siklus menu	Berbeda untuk setiap posyandu	12 siklus menu	Berbeda untuk setiap posyandu	12 siklus menu
Variasi Jenis bahan makanan	baru 3/5 unsur, sebagian besar bahan berulang	Beberapa menu lengkap dan beberapa baru 3/5	Menggunakan menu lengkap dan kombinasi	Menggunakan menu lengkap dan kombinasi	Menggunakan menu lengkap dan selalu diberikan susu untuk sumber protein
Variasi Warna	Kurang bervariasi	Cukup bervariasi	Sangat bervariasi	Cukup bervariasi	Sangat bervariasi
Variasi Tekstur	Padat dan cair/berkuah	Padat dan cair/berkuah	Padat dan cair/berkuah	Padat dan cair/berkuah	Padat dan cair/berkuah

Nilai Gizi	Masih didapatkan menu dengan nilai Kalori <150kkal, protein<10g	Masih didapatkan menu dengan nilai Kalori <150kkal, protein<10g	Masih didapatkan menu dengan nilai Kalori <150kkal, protein<10g	Masih didapatkan menu dengan nilai Kalori <150kkal, protein<10g	Masih didapatkan menu dengan nilai Kalori <150kkal, protein<10g
------------	---	---	---	---	---

Keterangan :

Snadar nilai gizi 10-25%AKG balita 12-59 bulan

PMT Posyandu masih belum semua menu menggunakan menu lengkap, karena pertimbangan kepraktisan dalam pengolahannya, sehingga kader posyandu mengkombinasikan antara penyelenggaraan menu lengkap dan menu yang praktis yaitu sebagian pabrikan. Menu lengkap sebagian besar menggunakan menu campuran (mix) seperti bubur sop, soto, lontong sayur. Menu PMT posyandu di lima kelurahan sudah sebagian memenuhi standar kelengkapan menu yaitu ada unsur pangan sumber karbohidrat kasi/bubur/tepung-tepungan, standar porsi tidak semua bisa terukur karena menu tidak menyertakan berat (gram) per bahan. Variasi warna dan tekstur sebagian besar sudah memenuhi standar variasi warna dan tekstur. Nilai gizi menu PMT beberapa masih belum memenuhi standar nilai gizi per porsi pemberian(Kementerian Kesehatan RI, 2023). Standar nilai gizi per porsi adalah lebih dari 300kkal energi dan lebih dari 10g protein (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

## 2. Pelaksanaan Pelatihan Pembuatan Sosis

Pelaksanaan pelatihan pembuatan Sosis Nabati dilaksanakan pada hari yang sama dengan kegiatan reuiu menu PMT Posyandu yani pada hari Rabu, 21 Juni 2023 bertempat di Laboratorium Kuliner Prodi D III Gizi Cirebon Jalan KS Tubun No 58 Cirebon. Sosis merupakan makanan yang banyak disukai oleh semua kelompok usia(Madusari Food, 2021). Berbagai jenis sosis telah banyak dikembangkan, baik sosis berbahan hewani maupun nabati. Sosis hewani diantaranya sosis ikan lele(Rauf et al., 2015), ikan gabus(Iqbal et al., 2015) disamping ayam dan daging sapi (Surbakti et al., 2016). Sosis Sosis nabati diantaranya; sosis tempe dan jamur tiram(Ambari et al., 2014), sosis kacang merah(Rizkyanti, 2016), sosis jantung pisang, sosis vegetarian dan lainnya. Sosis campuran anatar hewani dan juga nabati seperti sosis nabati ini yaitu disamping bahan utamanya ampas tahu dan jantung pisang tapi tetap ditambahkan daging ayam. Semua peserta terlibat aktif dalam proses pelatihan pembuatan sosis nabati. Peserta juga mencoba membuat produk nugget dari bahan adonan yang sama. **Hasil pelatihan menunjukkan antusiasme peserta sangat tinggi dan akan mencoba menggunakannya untuk salah satu menu PMT Posyandu.**



**Gambar 2. Pelatihan Pembuatan Sosis Nabati**

Kegiatan akhir, peserta diminta untuk menikmati produk sosis nabati yang telah dibuat bersama. Perwakilan peserta dari unsur petugas gizi puskesmas, kader dan karang taruna diminta untuk menyampaikan pesan dan kesannya. Seluruh peserta menyatakan rasa sosis enak, perlu dikembangkan di posyandu sebagai salah satu menu PMT dan sebagai tindak lanjut pelatihan, peserta akan mencoba untuk membuat sosis dan nugget nabati di posyandu.

#### **SIMPULAN**

1. Jumlah menu PMT-Posyandu berbeda untuk setiap posyandu, ada yang menggunakan siklus 12 menu dan berlaku sama untuk semua posyandu satu kelurahan. Ada yang tiap bulan berbeda untuk setiap posyandu.
2. Jenis menu ada yang menggunakan menu lengkap dan menu tidak lengkap. Beberapa posyandu menggunakan menu kombinasi dengan pertimbangan kepraktisan dalam penerapannya.
3. Variasi warna dan tekstur untuk menu lengkap sudah cukup baik, namun kurang (cenderung monoton) untuk menu yang tidak lengkap.
4. Masih didapati menu dengan nilai kalori kurang dari 150 kkal dan kurang dari 10g protein, terutama untuk menu tidak lengkap.
5. Seluruh peserta antusias dalam mengikuti pelatihan pembuatan sosis nabati. Peserta terlibat langsung dalam proses pembuatan sosis dan nugget dari bahan ampas tahu dan jantung pisang, semua peserta menikmati produk di akhir pelatihan dan menyatakan sosis dan nugget nabatinya enak.
6. Sosis dan nugget nabati potensial untuk PMT-Posyandu dan pengembangan wirausaha kader dan karang taruna.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima Kasih pada Direktur Poltekkes Tasikmalaya yang telah memberikan dukungan pembiayaan kegiatan pengabdian masyarakat. Pengabdian juga mengucapkan terimakasih pada semua mitra puskesmas dan kelurahan, karang taruna di Kecamatan Kejaksan Kota Cirebon atas partisipasi dan dukungannya pada kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambari, D. P., Anwar, F., & Evi Damayanthi. (2014). Formulasi Sosis Analog Sumber Protein Berbasis Tempe dan Jamur Tiram. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 9(1), 65–72.
- Gizi, D. (2023). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Hapitria, P., Jubaedah, E., & Mariani, N. N. (2019). Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mp-Asi) Berkualitas Dapat Melahirkan Generasi Yang Berkualitas. *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 110–114. <https://doi.org/10.37160/emass.v1i2.305>
- Iqbal, M., Supriadi, A., & Nopianti, R. (2015). Karakteristik Fisiko-Kimia dan Sensoris Sosis Ikan Gabus dengan Kombinasi Jamur Tiram (*Pleurotus sp.*). *Jurnal Teknologi Hasil Perikanan*, 4(2), 170–178.
- Kemenkes.RI. (2022). *Buku Saku : Audit Kasus Stunting*.
- Kemenkes.RI. (2023). *Tabel Komposisi Pangan Indonesia*. <https://panganku.org/id-ID/view>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Petunjuk Teknis Pendidikan Gizi Dalam Pemberian Makanan Tambahan Lokal Bagi Ibu Hamil dan Balita. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). Petunjuk Teknis PMT. In *Petunjuk Teknis PMT*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Monitoring dan Evaluasi serta Pencatatan Pelaporan Kegiatan PMT bagi Ibu Hamil dan Balita*.
- Madusari Food. (2021). *Alasan Kenapa Sosis Sangat Disukai Orang Indonesia*. <https://madusarifoods.com/artikel/alasan-kenapa-sosis-sangat-disukai-orang-indonesia>
- Rauf, N. ., Sulistijowati, R. S., & Harmain, R. M. (2015). Mutu Organoleptik Sosis Lele Yang Disubstitusi dengan Rumput Laut. *Jurnal Ilmiah Perikanan Dan Kelautan*, 3(3), 125–129.
- Rismawati, S., & Herliani, Y. (2022). Upaya Peningkatan Kemampuan Kader Dalam Pendampingan Wanita Usia Subur (Wus) Untuk Melakukan Pemeriksaan Payudara Sendiri Sadari Melalui Buku Pegangan Kader (Bupeka Sadari) Di Wilayah Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya. *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 55–59. <https://doi.org/10.37160/emass.v4i2.31>
- Rizkyanti, O. (2016). *Kombinasi Jamur Tiram (*Pleurotus Ostreatus*) dan Kacang Merah terhadap Kadar Protein dan Daya Terima Produk Sosis untuk Vegetarian*. [http://eprints.ums.ac.id/44607/18/NASKAH\\_PUBLIKASI\\_revisi.pdf](http://eprints.ums.ac.id/44607/18/NASKAH_PUBLIKASI_revisi.pdf)
- Rohmatin, E., Herliani, Y., & Diana, H. (2019). Pendampingan Kader Dalam Meningkatkan Kemampuan Pemantauan Tumbuh Kembang Anak Di Rw 11 Kelurahan Mulyasari Kota Tasikmalaya. *Edukasi Masyarakat Sehat Sejahtera (EMaSS) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 128–132. <https://doi.org/10.37160/emass.v1i2.310>
- Surbakti, E., Arief, I. I., & Suryati, T. (2016). Nilai Gizi dan Sifat Organoleptik Sosis Daging Sapi dengan Penambahan Pasta Buah Merah pada Level yang Berbeda. *Jurnal Ilmu Produksi Dan Teknologi Hasil Peternakan*, 4(1), 234–238. <https://doi.org/10.29244/jipthp.4.1.234-238>