

Pemanfaatan Pangan Lokal Dalam Program Breastfeeding Nutrition Empowerment untuk Meningkatkan Keberhasilan ASI Eksklusif di Desa Tanjung Anom

Edy Marjuang Purba^{*1)}, Caca Pratiwi²⁾, Anna Waris Nainggolan³⁾, Saut Purba⁴⁾, Laurena Ginting⁵⁾, Karl Fritzs Pasaribu⁶⁾

^{1, 2, 4, 5, 6)}Universitas Negeri Medan

³⁾Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

e-mail: edymp@unimed.ac.id

Abstrak

Cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia termasuk di Desa Tanjung Anom masih belum mencapai target nasional sebesar 80%. Salah satu penyebab utama adalah rendahnya produksi ASI akibat kurangnya konsumsi makanan bergizi yang mendukung laktasi, serta minimnya pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah bahan pangan lokal yang tersedia. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu yang sedang dalam masa menyusui serta mengenalkan produk pangan lokal berupa biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun melalui program *Breastfeeding Nutrition Empowerment* (BNE). Program dilaksanakan pada bulan Juni 2025 di Balai Desa Tanjung Anom, dengan melibatkan 35 ibu yang sedang dalam masa menyusui. Metode kegiatan mencakup edukasi gizi, demonstrasi pengolahan produk pangan lokal, diskusi interaktif, serta evaluasi melalui pretest, posttest, dan uji hedonik. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta ($p\text{-value} = 0,001$), dengan skor rata-rata meningkat dari 10,83 menjadi 14,80. Selain itu, hasil uji hedonik menunjukkan bahwa produk biskuit dan *crackers* diterima dengan baik oleh peserta, dengan skor tertinggi pada atribut tekstur ($4,5 \pm 0,5$) untuk biskuit katuk dan atribut rasa ($4,2 \pm 0,6$) untuk *crackers* torbangun. Produk berbasis daun katuk dan torbangun tidak hanya meningkatkan potensi laktasi secara nutrisi, tetapi juga diterima secara organoleptik oleh ibu menyusui. Program ini berpotensi untuk dapat dilakukan dalam skala lebih luas sebagai upaya dalam pemanfaatan pangan lokal untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

Kata kunci: ASI eksklusif, pangan lokal, Biskuit daun katuk, *Crackers* daun torbangun

Abstract

The coverage of exclusive breastfeeding in Indonesia, including in Tanjung Anom Village, has not yet reached the national target of 80%. One of the main contributing factors is low breast milk production, which is often caused by insufficient intake of nutritious foods that support lactation, as well as a lack of knowledge and skills in processing available local food ingredients. This community service program aimed to improve the knowledge of breastfeeding mothers and introduce local food products in the form of katuk leaf biscuits and torbangun leaf crackers through the Breastfeeding Nutrition Empowerment (BNE) program. The program was implemented in June 2025 at the Tanjung Anom Village Hall, involving 35 breastfeeding mothers. The activities included nutrition education, local food product processing demonstrations, interactive discussions, and evaluation through pre-tests, post-tests, and hedonic testing. The results showed a significant increase in participants' knowledge ($p\text{-value} = 0.001$), with the average score rising from 10.83 to 14.80. Additionally, the hedonic test results indicated that the biscuit and cracker products were well received, with the highest scores recorded for texture (4.5 ± 0.5) in the katuk biscuits and taste (4.2 ± 0.6) in the torbangun crackers. Products based on katuk and torbangun leaves not only have the potential to nutritionally enhance lactation but are also organoleptically acceptable to breastfeeding mothers. This program holds potential for wider implementation as an effort to promote local food utilization in support of exclusive breastfeeding success.

Keywords: Exclusive breastfeeding, local food, Katuk leaf biscuits, Torbangun leaf crackers

PENDAHULUAN

Salah satu tujuan *Sustainable Development Goals (SDGs)* adalah kehidupan sehat dan sejahtera dengan indikator menurunkan angka kematian Bayi (AKB) hingga di bawah 12 per 1.000 kelahiran hidup, sementara AKB di Indonesia saat ini adalah 16,9 per 1.000 kelahiran hidup masih jauh dari target yang diharapkan (Kemenkes RI, 2022). Salah satu penyebab tingginya angka kematian bayi adalah asupan gizi baik selama kehamilan maupun setelah lahir. Asupan gizi yang paling baik dan paling lengkap bagi bayi terdapat pada ASI karena mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi termasuk lemak, protein (Hapsari et al., 2021), karbohidrat, mineral dan vitamin dalam jumlah yang tepat (Nuzzi et al., 2021). ASI juga mengandung antibodi alami yang dibutuhkan bayi untuk melindungi tubuhnya dari infeksi mengingat bahwa tubuh bayi baru lahir belum bisa memproduksi antibodi secara alami (Lokossou et al., 2022). Namun masih cukup banyak ibu yang tidak memberikan ASI saja

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, cakupan ASI eksklusif di Indonesia belum mencapai target yang telah ditetapkan (80,0%). Proporsi bayi usia 0-6 bulan yang menerima ASI eksklusif secara nasional mencapai 68,6%. Provinsi Sumatera Utara adalah salah satu provinsi yang memiliki capaian pemberian ASI eksklusif pada tahun 2023 di bawah target nasional yaitu 66,42% (Kemenkes RI, 2023). Meskipun data ini menunjukkan peningkatan jika dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, yaitu pada tahun 2021 sebesar 57,83 dan pada tahun 2022 sebesar 61,5% namun masih diperlukan upaya dari berbagai upaya untuk mencapai target nasional (Kemenkes RI, 2021).

Beberapa Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya menyatakan bahwa rendahnya cakupan ASI eksklusif disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah produksi ASI yang kurang memadai (Novianita dkk, 2022). Produksi ASI yang optimal sangat dipengaruhi oleh mekanisme hormonal tubuh, terutama hormon prolaktin dan oksitosin, yang dapat terganggu apabila ibu merasa cemas, stres, atau kurang percaya diri dengan kemampuannya untuk menyusui (Istiqhosah & sari, 2021) (Nainggolan dkk, 2024a). Produksi ASI yang berkurang pada ibu menyusui juga sering kali disebabkan oleh kurangnya asupan makanan bergizi yang diperlukan untuk mendukung proses laktasi (Permatasari & Ule, 2023). Wawancara dengan Kepala Desa Tanjung Anom didapatkan informasi bahwa Desa Tanjung Anom memiliki potensi unggulan yaitu ketersediaan pangan lokal yang cukup banyak yang diketahui memiliki manfaat untuk meningkatkan asupan makanan bergizi yang berdampak pada produksi ASI, seperti daun katuk dan daun torbangun. Daun katuk yang telah dikenal secara tradisional di masyarakat mengandung sumber protein nabati, vitamin C, dan senyawa galactagogue alami (Ibrahim & Pratiwi, 2021). Demikian pula daun torbangun, kaya akan zat besi, kalsium, dan senyawa bioaktif yang merangsang produksi ASI (Prahesti dkk, 2020). Meskipun ketersediaan bahan-bahan ini cukup melimpah di desa tersebut, pemanfaatannya dalam mendukung laktasi masih sangat terbatas.

Kendala utama yang dihadapi masyarakat di Desa Tanjung Anom adalah minimnya pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi produk yang bernilai tambah atau makanan olahan yang enak dan bernutrisi tinggi seperti cookies dan *Crackers*. Sebagian besar ibu menyusui mengonsumsi daun katuk dan daun torbangun dalam bentuk rebusan atau sayur sederhana, yang terkadang tidak disukai karena rasa dan teksturnya. Selain itu, kurangnya pemahaman tentang cara mengoptimalkan kandungan gizi dari bahan lokal ini membuat pemanfaatannya tidak maksimal.

Dengan potensi ketersediaan bahan lokal dan kebutuhan mendesak untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif, Desa Tanjung Anom merupakan lokasi yang sangat strategis untuk pelaksanaan program pengabdian masyarakat berbasis *Breastfeeding Nutrition Empowerment (BNE)*. Intervensi berupa pelatihan pengolahan pangan lokal menjadi produk inovatif seperti cookies dan *crackers* berbahan dasar daun torbangun dan daun katuk yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu menyusui sekaligus memberikan alternatif makanan bergizi yang mendukung keberhasilan laktasi. Kombinasi pendekatan edukasi dan inovasi pangan ini juga akan memperkuat pemberdayaan masyarakat secara berkelanjutan (Nainggolan dkk, 2024b).

Dari Profil Desa Tanjung Anom, diketahui bahwa sekitar lebih dari 50% penduduk bekerja sebagai petani. Penduduk yang umumnya bekerja sebagai petani banyak menghasilkan pangan

lokal yang juga sebagai kearifan lokal Desa Tanjung Anom yaitu daun Katuk dan daun Torbangun. Sementara berdasarkan beberapa penelitian diketahui kedua tanaman tersebut mengandung tinggi saponin, flavonoid, dan terpenoid yang berfungsi untuk merangsang kerja hormon prolaktin, hormon utama yang mengatur produksi ASI. Produksi tanaman tersebut cukup banyak di Desa Tanjung Anom namun ibu hamil kurang tertarik dan mudah bosan untuk mengkonsumsinya jika tidak diolah menjadi formula makanan yang menarik.

Berdasarkan Profil Puskesmas Gunung Tinggi Tahun 2024 diketahui cakupan ASI eksklusif di Desa Tanjung Anom masih di bawah target nasional (80%). Data yang diperoleh dari Bidan Desa di Tanjung Anom bahwa sebesar 40 persen ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Hasil wawancara dengan 10 orang ibu yang sedang dalam menyusui diketahui bahwa 50% diantaranya memiliki pengetahuan kategori kurang, 40% diantaranya mengalami produksi ASI kurang, 80% diantaranya tidak memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah pangan lokal untuk peningkatan produksi ASI. Berdasarkan survei situasi dan potensi yang dimiliki oleh Desa Tanjung Anom melalui wawancara dan diskusi dengan kepala desa, bidan desa dan ibu hamil maka didapati permasalahan prioritas di Desa Tanjung Anom yaitu Rendahnya Cakupan ASI eksklusif di Desa Tanjung Anom. Bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif berisiko lebih besar untuk mengalami kejadian stunting, mudah terinfeksi penyakit dan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang terlambat. Masalah lain adalah Kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu menyusui dalam mengelola kearifan lokal yang dimiliki desa yaitu pangan lokal menjadi makanan bergizi yang dapat memenuhi asupan gizi untuk memperlancar ASI

METODE

Kegiatan Pengabdian dilakukan sebanyak dua kali pada bulan Juni tahun 2025 bertempat di Balai Desa Tanjung Anom. Kegiatan ini mendapat dukungan penuh dari pemerintah desa sehingga mereka menyediakan ruangan pelaksanaan kegiatan dan perlengkapan yang dibutuhkan pada saat pengabdian. Jumlah peserta dalam kegiatan ini adalah sebanyak 35 orang dan pelaksanaan kegiatan didampingi oleh bidan desa dan kader. Sebelum kegiatan pengabdian di lapangan tim pelaksana juga melakukan uji coba produk di laboratorium Gizi Universitas Negeri Medan untuk mendapatkan resep yang tepat yang akan diterapkan pada saat kegiatan.

Pelatihan dan demo pengolahan pangan lokal dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu menyusui dalam memanfaatkan bahan pangan lokal untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi. Kegiatan ini fokus pada pembuatan *cookies* berbahan dasar daun katuk dan daun torbangun, yang dikenal memiliki manfaat untuk meningkatkan produksi ASI. Langkah pertama adalah memberikan edukasi tentang kandungan gizi dan manfaat daun katuk serta torbangun, termasuk protein, zat besi, dan senyawa laktagogum yang mendukung laktasi. Selanjutnya, dilakukan demonstrasi pembuatan *cookies* dengan melibatkan peserta secara langsung, dimulai dari persiapan bahan, seperti pengolahan daun katuk dan torbangun menjadi tepung atau pasta, hingga pencampuran dengan bahan lain seperti tepung terigu, telur, dan gula. Proses pembuatan dilanjutkan dengan pencetakan adonan dan memanggang hingga menghasilkan *cookies* yang sehat dan lezat. Peserta diberikan kesempatan untuk mencoba bersama setiap langkah, memastikan mereka memahami teknik yang tepat, evaluasi melalui diskusi kelompok mengenai hasil dan kesulitan selama praktik dan juga pengisian kuesioner, disertai pembagian resep lengkap sebagai panduan. Melalui pelatihan ini, ibu menyusui diharapkan mampu mengolah bahan pangan lokal secara kreatif dan bermanfaat untuk mendukung kesehatan keluarga. Adapun partisipasi Mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah: 1) Kepala Desa Tanjung Anom mengkoordinasikan pelaksanaan kegiatan dengan ibu menyusui, bidan desa, dan kader posyandu. Mitra berkewajiban menginformasikan, mengundang dan mengumpulkan para peserta pada tempat yang telah ditentukan ketika melakukan setiap tahapan kegiatan pengabdian. 2) Kepala Desa Tanjung Anom menyediakan sarana dan prasarana yang dibutuhkan terutama pelatihan dan edukasi tatap muka langsung seperti ruang pelatihan, sound system, tempat duduk, meja, dan lain sebagainya disesuaikan dengan kemampuan pihak mitra. 3) Mitra secara bersama-sama turut memantau perkembangan peserta selama masa pendampingan dan keberlanjutannya. 4) Seluruh ibu menyusui yang terlibat dalam kegiatan ini melakukan diskusi dengan tim PKM apabila mengalami kesulitan dalam proses pelaksanaan pelatihan dan edukasi serta mengisi kuesioner dan terbuka ketika dilakukan wawancara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan selama dua hari, yaitu pada tanggal 4 dan 10 Juni 2025, bertempat di Balai Desa Tanjung Anom. Sebelum kegiatan dilaksanakan di lapangan, tim pelaksana terlebih dahulu melakukan uji coba formulasi produk di Laboratorium Gizi Universitas Negeri Medan guna memperoleh resep yang optimal dan layak diterapkan dalam sesi pelatihan. Selanjutnya dilakukan kegiatan pengabdian yang diikuti oleh sebanyak 35 orang ibu yang sedang dalam masa menyusui, serta turut dihadiri oleh Kepala Desa Tanjung Anom, bidan desa, dan kader kesehatan desa sebagai bentuk dukungan penuh dari pemerintah desa terhadap upaya peningkatan status kesehatan ibu dan bayi.



Gambar 1. Uji Coba Cookies Daun Katuk



Gambar 2. Uji Coba Cookies Daun Katuk

Rangkaian kegiatan dimulai dengan pengisian *pre-test* oleh seluruh peserta untuk mengukur tingkat pengetahuan awal mereka mengenai pentingnya pangan lokal dan manfaatnya yang dapat digunakan dalam produk yang akan diperkenalkan. Selanjutnya, dilakukan sesi edukasi yang disampaikan oleh tim dosen yang membahas secara komprehensif mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, serta penjelasan tentang kandungan gizi dan manfaat dari produk olahan lokal yaitu biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun sebagai makanan untuk meningkatkan produksi ASI. Setelah sesi edukasi, peserta diperkenalkan pada cara pengolahan kedua produk tersebut melalui demo memasak langsung yang interaktif. Pada sesi ini, peserta tidak hanya menyaksikan proses pembuatan, tetapi juga diajak untuk berpartisipasi secara langsung agar dapat mempraktikkan kembali di rumah. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan diskusi terbuka, di mana para peserta aktif menyampaikan pengalaman, kendala, serta pertanyaan seputar laktasi dan konsumsi pangan lokal. Sebagai penutup, dilakukan pengisian *post-test* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti rangkaian kegiatan.



Gambar 3. Demo Pengolahan Pangan Lokal

Karakteristik Peserta

Berikut ini adalah karakteristik peserta yang telah mengikuti kegiatan pengabdian pelatihan dan demo pengolahan pangan lokal biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun di Desa Tanjung Anom.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Peserta Kegiatan

Karakteristik	n	%
Usia		
<20 tahun	9	25,7
20-35 tahun	21	60,0
>35 tahun	5	14,3
Pekerjaan		
Tidak Bekerja/IRT	19	54,3
Bekerja	16	45,7
Riwayat Menyusui		
Tidak pernah	18	51,4
Pernah	17	48,6
Total	35	100,0

Tabel 1. menunjukkan distribusi frekuensi karakteristik peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian sebanyak 35 orang ibu dalam masa menyusui. Berdasarkan kategori usia, mayoritas peserta berada pada rentang usia 20–35 tahun, yaitu sebanyak 21 orang (60,0%). Peserta yang berusia kurang dari 20 tahun berjumlah 9 orang (25,7%), sementara yang berusia di atas 35 tahun hanya 5 orang (14,3%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada dalam usia produktif dan merupakan kelompok usia yang umumnya masih aktif dalam proses menyusui. Dilihat dari status pekerjaan, sebanyak 19 orang peserta (54,3%) merupakan ibu rumah tangga atau tidak bekerja, sedangkan 16 orang (45,7%) merupakan ibu yang bekerja. Keseimbangan proporsi ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian berhasil menjangkau kedua kelompok, baik yang beraktivitas di rumah maupun di luar rumah, yang masing-masing memiliki tantangan tersendiri dalam praktik pemberian ASI dan pemanfaatan pangan lokal. Sementara itu, dari aspek riwayat menyusui, 18 orang (51,4%) belum pernah memiliki pengalaman menyusui sebelumnya, sedangkan 17 orang (48,6%) sudah memiliki pengalaman menyusui. Data ini memperlihatkan bahwa hampir separuh peserta memiliki pengetahuan dan pengalaman dasar dalam menyusui, sementara sisanya ibu dengan anak pertama (primigravida), sehingga kegiatan edukasi dan pelatihan ini relevan untuk membekali mereka dengan informasi dan keterampilan yang dibutuhkan.

Pengetahuan Tentang Pangan Lokal Biskuit Daun Katuk Dan *Crackers* Daun Torbangun

Pelatihan yang diberikan berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang pangan lokal biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun. Kuesioner pengetahuan diberikan sebelum dan setelah kegiatan pelatihan yang berisi sebanyak 20 pertanyaan tentang manfaat daun katuk dan daun torbangun bagi ibu menyusui, kandungan gizi yang terdapat dalam kedua jenis daun tersebut, proses pengolahan biskuit dan *crackers* berbahan dasar daun katuk dan torbangun, penyimpanan, dan cara konsumsi produk.

Tabel 2. Pengetahuan Ibu tentang Pangan Lokal Sebelum dan Sesudah Edukasi

Pengetahuan	Pretest	Posttest
Kurang	14 (40,0%)	3 (8,6%)
Cukup	17 (48,6%)	10 (28,6%)
Tinggi	4 (11,4%)	22 (62,8%)
Rata-rata + SD	10,83±3,52	14,80±2,92
Peningkatan Rata-rata	3,97	
P-value	0,001	

Tabel 2. menunjukkan hasil pengukuran tingkat pengetahuan ibu mengenai pangan lokal berupa biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) mengikuti kegiatan edukasi. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan yang masih tergolong rendah hingga sedang, dengan 14 orang (40,0%) berada dalam kategori kurang, 17 orang (48,6%) dalam kategori cukup, dan hanya 4 orang (11,4%) yang memiliki pengetahuan tinggi. Hal ini menggambarkan bahwa sebelum intervensi edukasi

diberikan, sebagian besar ibu belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai potensi dan manfaat pangan lokal berbahan dasar daun katuk dan torbangun. Setelah mengikuti sesi edukasi dan pelatihan, terjadi peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan peserta. Hasil posttest menunjukkan bahwa jumlah ibu dengan kategori pengetahuan tinggi meningkat tajam menjadi 22 orang (62,8%). Sementara itu, peserta dengan pengetahuan cukup menurun menjadi 10 orang (28,6%), dan yang berada dalam kategori kurang hanya tersisa 3 orang (8,6%).

Secara statistik, peningkatan pengetahuan ini juga tercermin dari perbedaan nilai rata-rata pretest dan posttest. Rata-rata skor pretest adalah $10,83 \pm 3,52$, sementara rata-rata skor posttest meningkat menjadi $14,80 \pm 2,92$, dengan selisih peningkatan rata-rata sebesar 3,97 poin. Hasil Uji statistik menggunakan paired T-Test menunjukkan signifikan dengan nilai $p\text{-value} = 0,001 (p < 0,05)$, yang berarti bahwa pelatihan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pangan lokal berbahan dasar daun katuk dan torbangun.

Tingkat Penerimaan Biskuit Daun Katuk Dan Crackers Daun Torbangun

Setelah peserta mendapatkan edukasi mengenai manfaat dan proses pengolahan pangan lokal berbahan dasar daun katuk dan daun torbangun, kegiatan dilanjutkan dengan evaluasi terhadap tingkat penerimaan produk melalui uji hedonik. Uji ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana produk biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun disukai oleh peserta berdasarkan atribut organoleptik seperti rasa, aroma, tekstur, dan warna. Penilaian dilakukan oleh seluruh peserta menggunakan skala hedonik, yang memungkinkan mereka memberikan penilaian subjektif terhadap masing-masing atribut. Hasil dari uji hedonik ini menjadi dasar untuk menilai kelayakan produk secara sensorik serta potensi penerapannya sebagai makanan tambahan berbasis pangan lokal untuk mendukung keberhasilan menyusui.

Tabel 3. Hasil Uji Hedonik Biskuit Daun Katuk

Aspek Hedonik	Skor Rata-rata (Mean $\pm$ SD)	Kategori
Warna	4,3 $\pm$ 0,6	Suka
Aroma	4,2 $\pm$ 0,7	Suka
Rasa	4,4 $\pm$ 0,5	Suka
Tekstur	4,5 $\pm$ 0,5	Sangat Suka
Overall Acceptance	4,4$\pm$0,4	Suka

Tabel 3. menyajikan hasil uji hedonik terhadap produk biskuit daun katuk yang dinilai oleh peserta kegiatan pengabdian menggunakan skala hedonik 5 poin, di mana skor 1 berarti “sangat tidak suka” dan skor 5 berarti “sangat suka”. Uji ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana tingkat kesukaan peserta terhadap atribut sensori biskuit, yang meliputi warna, aroma, rasa, dan tekstur, serta penerimaan keseluruhan (*overall acceptance*). Hasil penilaian menunjukkan bahwa seluruh aspek hedonik biskuit daun katuk mendapatkan skor rata-rata di atas 4, yang mengindikasikan tingkat kesukaan yang baik. Warna produk memperoleh skor rata-rata $4,3 \pm 0,6$, menunjukkan bahwa peserta menyukai tampilan visual dari biskuit daun katuk. Aroma mendapatkan skor rata-rata $4,2 \pm 0,7$, masih dalam kategori “suka”, meskipun sedikit lebih rendah dibanding atribut lainnya, yang menunjukkan bahwa aroma merupakan aspek yang paling subjektif dalam penilaian.

Sementara itu, rasa memperoleh skor rata-rata $4,4 \pm 0,5$, yang berarti peserta menyukai cita rasa dari biskuit ini. Aspek tekstur mencatat skor rata-rata tertinggi sebesar $4,5 \pm 0,5$, dan masuk dalam kategori “sangat suka”, menunjukkan bahwa tekstur biskuit merupakan salah satu kekuatan utama produk dalam menarik minat konsumen. Secara keseluruhan, *overall acceptance* produk memperoleh skor $4,4 \pm 0,4$, yang termasuk dalam kategori “suka”, mencerminkan penerimaan umum yang positif terhadap produk oleh para peserta. Secara keseluruhan, hasil uji hedonik ini menunjukkan bahwa biskuit daun katuk dapat diterima dengan baik oleh masyarakat sasaran, baik dari segi rasa, aroma, warna, maupun tekstur. Penerimaan sensori yang tinggi ini menunjukkan bahwa produk memiliki potensi besar untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai makanan tambahan berbasis pangan lokal guna mendukung keberhasilan menyusui. Temuan ini juga mendukung upaya pemanfaatan bahan pangan lokal yang tidak hanya bergizi, tetapi juga dapat diterima secara organoleptik oleh konsumen.

Tabel 4. Hasil Uji Hedonik Crackers Daun Torbangun

Aspek Hedonik	Skor Rata-rata (Mean $\pm$ SD)	Kategori
Warna	4,1 $\pm$ 0,5	Suka

Aroma	3,9±0,6	Netral
Rasa	4,2±0,6	Suka
Tekstur	4,1±0,3	Suka
Overall Acceptance	4,1±0,5	Suka

Tabel 4 menyajikan hasil penilaian menunjukkan bahwa produk *crackers* daun torbangun mendapatkan skor yang baik pada hampir semua atribut. Warna mendapatkan skor rata-rata $4,1 \pm 0,5$, yang termasuk dalam kategori "suka", menunjukkan bahwa tampilan visual produk dapat diterima dengan baik oleh peserta. Aroma, meskipun masih berada pada kategori yang cukup baik, memperoleh skor rata-rata $3,9 \pm 0,6$ dan masuk dalam kategori "netral", yang berarti sebagian peserta belum sepenuhnya menyukai aroma khas dari daun torbangun dalam produk *crackers* ini. Aspek aroma menjadi satu-satunya atribut yang memperoleh nilai di bawah 4. Untuk rasa, skor rata-rata adalah $4,2 \pm 0,6$, termasuk dalam kategori "suka", menandakan bahwa citarasa produk diterima dengan baik oleh peserta. Tekstur juga mendapat nilai rata-rata $4,1 \pm 0,3$, masih dalam kategori "suka", menunjukkan bahwa kerenyahan atau konsistensi fisik dari produk cukup sesuai dengan preferensi konsumen. Secara keseluruhan, nilai overall acceptance dari produk *crackers* daun torbangun adalah $4,1 \pm 0,5$, yang dikategorikan sebagai "suka". Hal ini menunjukkan bahwa meskipun ada sedikit penurunan skor pada aspek aroma, produk tetap diterima secara umum oleh peserta. *crackers* daun torbangun memiliki potensi untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai produk pangan fungsional berbasis lokal yang disukai oleh masyarakat. Meski demikian, aspek aroma dapat menjadi perhatian dalam proses reformulasi produk agar lebih sesuai dengan preferensi sensorik masyarakat secara lebih luas.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Tanjung Anom menunjukkan bahwa edukasi dan pelatihan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan mengenai manfaat pangan lokal, khususnya biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun. Peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 10,83 menjadi 14,80 poin dengan *p-value* sebesar 0,001 menandakan efektivitas intervensi edukatif yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan temuan Jauhari dkk (2025) yang menyatakan bahwa intervensi berbasis edukasi gizi secara langsung mampu meningkatkan pengetahuan ibu dalam memilih pangan bergizi lokal yang mendukung kesehatan ibu menyusui dan anak. Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai *p-value* = 0,001 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa edukasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan peserta. Penemuan ini sejalan dengan temuan Darmawati dkk (2023), yang menyatakan bahwa pendekatan edukatif berbasis pangan lokal dapat secara efektif meningkatkan literasi gizi ibu menyusui, khususnya dalam konteks pengambilan keputusan konsumsi yang mendukung keberhasilan laktasi.

Daun katuk (*Sauropus androgynus*) dikenal luas sebagai tanaman lokal yang memiliki efek galaktagog atau meningkatkan produksi ASI, karena kandungan fitokimia seperti flavonoid, saponin, dan alkaloid yang dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin (Darmawati dkk, 2023). Begitu pula daun torbangun (*Coleus amboinicus*), yang telah lama digunakan secara tradisional oleh masyarakat sebagai pelancar ASI, dan mengandung senyawa aktif seperti fenolat, flavonoid, dan mineral penting yang juga berkontribusi terhadap peningkatan laktasi (Sariaty dkk, 2021).

Tidak hanya dari sisi pengetahuan, evaluasi sensori juga menunjukkan bahwa produk biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun diterima dengan baik oleh peserta. Skor hedonik rata-rata pada semua atribut berada pada kisaran 4,0–4,5 dengan kategori "suka" hingga "sangat suka", yang mencerminkan tingginya tingkat penerimaan terhadap produk. Biskuit daun katuk memperoleh skor tertinggi pada atribut tekstur ($4,5 \pm 0,5$), sedangkan *crackers* daun torbangun sedikit lebih rendah pada atribut aroma ($3,9 \pm 0,6$) yang dikategorikan sebagai "netral". Ini menunjukkan bahwa meskipun produk berbasis torbangun memiliki cita rasa dan tekstur yang disukai, aroma khas daun torbangun masih perlu disesuaikan agar dapat diterima secara lebih luas, sebagaimana juga dilaporkan oleh Doloksaribu (2021) dalam pengembangan snack fungsional berbasis torbangun. Penerimaan sensorik yang tinggi penting dalam pengembangan produk pangan fungsional, karena faktor rasa, tekstur, dan aroma sangat memengaruhi keberlanjutan konsumsi, terutama pada ibu menyusui yang membutuhkan makanan bergizi namun tetap menyenangkan secara organoleptik (Sachriani & Yulianti, 2021). Produk yang berbasis bahan lokal seperti ini tidak hanya mendukung ketahanan pangan rumah tangga, tetapi juga berkontribusi terhadap

pelestarian kearifan lokal dan pemanfaatan sumber daya alam yang tersedia secara melimpah di masyarakat.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Tanjung Anom melalui pendekatan edukasi dan pelatihan pengolahan pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai manfaat dan pemanfaatan daun katuk dan daun torbangun. Hasil pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Selain itu, produk pangan lokal berupa biskuit daun katuk dan *crackers* daun torbangun juga diterima dengan baik oleh peserta berdasarkan hasil uji hedonik, di mana seluruh aspek organoleptik mendapat nilai rata-rata di atas 4, dengan kategori “suka” hingga “sangat suka”. Keberhasilan kegiatan ini tidak hanya menunjukkan potensi pangan lokal sebagai solusi peningkatan produksi ASI, tetapi juga memperlihatkan pentingnya integrasi antara edukasi gizi, inovasi produk, dan pemberdayaan masyarakat dalam mendukung keberhasilan ASI eksklusif secara berkelanjutan.

SARAN

Disarankan kepada petugas kesehatan di Desa Tanjung Anom untuk melakukan edukasi dan pendampingan secara berkelanjutan kepada ibu menyusui dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bergizi yang menarik dan dapat diterima oleh keluarga. Pemerintah desa dan petugas kesehatan setempat diharapkan juga dapat mengadopsi dan mengintegrasikan pendekatan ini ke dalam program rutin seperti posyandu atau kelas ibu menyusui untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana kegiatan pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa Tanjung Anom beserta seluruh perangkat desa atas dukungan dan kerja samanya dalam pelaksanaan kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Rektor Universitas Negeri Medan, Dekan Fakultas Teknik dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Negeri Medan atas dukungan pendanaan dan fasilitas yang diberikan dan juga arahan serta motivasi yang mendukung keberhasilan pelaksanaan kegiatan. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat nyata bagi masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi ibu menyusui serta mendukung keberhasilan program ASI eksklusif di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmawati, D., Kamil, H., Rosmawati, R., Rizkia, M., & Fajri, N. (2023). *The Effectiveness of Katuk Leaf Extract (Sauropus Androgynus) on Breastmilk Production. Jurnal Keperawatan Soedirman*, 18(2), 64-68.
- Doloksaribu, T. H. (2021). *Tanaman Torbangun Bangun-Bangun (Coleus amboinicus L): Potensinya untuk Mendukung Pemberian ASI dan Pertumbuhan Bayi*. Pekalongan: Penerbit NEM.
- Hapsari, Q. C., Rahfiludin, M. Z., & Pangestuti, D. R. (2021). Hubungan Asupan Protein, Status Gizi Ibu Menyusui, dan Kandungan Protein pada Air Susu Ibu (ASI): Telaah Sistematis. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(5), 372-378.
- Hasibuan, D., Siregar, R., & Sembiring, E. (2023). Pengembangan produk pangan lokal berbasis daun torbangun sebagai sumber pangan fungsional. *Jurnal Pangan Fungsional dan Gizi*, 5(1), 11-18.
- Ibrahim, I., & Pratiwi, A. (2021). Literature Review: Pengaruh Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 31-36.
- Istighosah, N., & Sari, A. N. (2021). Pengaruh Stress Psikologi Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 8(1), 1-10.
- Jauhari, M. T., Ardian, J., Isasih, W. D., & Fajriani, L. N. (2025). Edukasi Gizi Berbasis Pangan Lokal Dalam Meningkatkan Pengetahuan Serta Asupan Gizi Ibu Hamil di Desa Kekait, Gunungsari, Lombok Barat. *IMPARSIAL: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 46-52.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2021
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK).
- Lengkong, G. T., Langi, F. L., & Posangi, J. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kematian bayi di Indonesia. *Kesmas*, 9(4).
- Lokossou GAG, Kouakanou L, Schumacher A, Zenclussen AC. (2022). Human Breast Milk: From Food to Active Immune Response With Disease Protection in Infants and Mothers. *Front Immunol.* 5;13:849012. doi: 10.3389/fimmu.2022.849012. PMID: 35450064; PMCID: PMC9016618.
- Nainggolan, A. W., Damayanti, S., Sinaga, S. N., Siregar, E. P., Sembiring, I. K., Manisah, I., & Pratini, J. (2024a). Efektivitas E-Booklet Pijat Oketani Terhadap Peningkatan Self-Efficacy Dan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Gunung Tinggi. *Journal Of Healthcare Technology And Medicine*, 10(2), 106-114.
- Nainggolan, A. W., Situmorang, T. S., Simanjuntak, P., Manisah, I., Pratini, J., & Purba, E. M. (2024b). Empowerment Of Kader Mantap (Independent, Skilled, Adaptive) With Victor Vroom's Theory Approach To Realize Families Aware Of Exclusive Breastfeeding In Sembahe Baru Village. *PAKDEMAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 33-42.
- Novianita, S., Fikawati, S., & Bakara, S. M. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keberhasilan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Cipayung Kota Depok. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 32(1), 17-28.
- Nurbaya, Y., & Rachmawati, A. (2021). Sensory acceptance and nutritional value of complementary feeding food made from local ingredients. *Malaysian Journal of Nutrition*, 27(2), 197–206. <https://doi.org/10.31246/mjn-2020-0136>
- Nuzzi G, Trambusti I, DI Cicco ME, Peroni DG. (2021). Breast milk: more than just nutrition! *Minerva Pediatr (Torino)*. 73(2):111-114. doi: 10.23736/S2724-5276.21.06223-X. PMID: 33880902.
- Permatasari, E., & Ule, E. K. (2023). Hubungan Asupan Gizi dengan Produksi Asi Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan Puskesmas Langa Kabupaten Ngada. *INSOLOGI: Jurnal Sains dan Teknologi*, 2(6), 1021-1029.
- Prahesti, R., Sholihah, N. R., Jenderal, U., Yani, A., Barat, R., Gamping, A., ... & Yogyakarta, S. (2020). Daun torbangun (coleus amboinicus l) meningkatkan kadar prolaktin dan produksi asi pada ibu menyusui torbangun (coleus amboinicus l) increase prolactin levels and breast milk production in breastfeeding mothers. *Jurnal Media Ilmu Kesehatan*, 9(1), 21-25.
- Sachriani, S., & Yulianti, Y. (2021). Analisis kualitas sensori dan kandungan gizi roti tawar tepung oatmeal sebagai pengembangan produk pangan fungsional. *JST (Jurnal Sains Terapan)*, 7(2), 26-35.
- Sariaty, S., Yulinda, Y., & Nazma, N. N. (2021). Efektivitas Pemberian Brownis Bangun-Bangun (Coleus Ambonicus Lour) Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 2(2), 696-702.