

Edukasi Gizi Cerdas Pada Ibu dan Kader Posyandu Di Dusun Cisereh RW 08 Desa Mandalahaji Kecamatan Pacet Kabupaten Bandung

**Shinta Ika Sandhi¹, Shinta Ayu Nani², Jumiatus³, Pujiati Setyaningsih⁴,
Desi Wijayanti Eko Dewi⁵**
^{1,2,3,4,5} Universitas Bhakti Kencana, Indonesia

Received : 12 September 2025, Revised : 17 September 2025, Published : 25 September 2025

Corresponding Author

Nama Penulis: Shinta Ika Sandhi
E-mail: shinta.ika@bku.ac.id

Abstrak

Indonesia masih menghadapi tantangan besar dalam penanganan prevalensi stunting yang tinggi di kalangan masyarakat. Desa Mandalahaji, Kecamatan Pacet, Kabupaten Bandung, ditemukannya 3 kasus stunting dan 6 kasus risiko stunting. Melalui kegiatan Edukasi mengenai pentingnya gizi yang dikombinasikan dengan praktek mengolah makanan bergizi menggunakan bahan-bahan lokal, pengabdian masyarakat ini berupaya meningkatkan pemahaman ibu balita sebagai langkah strategis pencegahan stunting. Metode yang diterapkan adalah edukasi partisipatif, yang disertai dengan pendekatan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Kegiatan ini melibatkan secara aktif ibu-ibu yang memiliki balita sejumlah 21 responden dari RW 08 dan RW 09 Dusun Cisereh. Kegiatan meliputi survei awal, edukasi tentang gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), serta demonstrasi pembuatan camilan sehat berbahan ubi, keju, dan pangan lokal lain yang mudah diperoleh. Hasil analisis menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dimana rata-rata nilai peserta meningkat dari 55,1 pada pre-test menjadi 85,3 pada post-test, dengan kenaikan sebesar 30,2 poin. Edukasi gizi cerdas yang dikombinasikan dengan demonstrasi praktis terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu balita tentang pemberian ASI eksklusif, MP-ASI bergizi seimbang, dan pemanfaatan pangan lokal. Kegiatan ini berpotensi mendukung upaya pemerintah dalam menurunkan angka stunting melalui pemberdayaan keluarga dan pemanfaatan sumber daya lokal.

Kata kunci – stunting, gizi 1000 HPK, edukasi gizi, pangan lokal, ibu balita

Abstract

Stunting remains a major public health problem in Indonesia, including in Mandalahaji Village, Pacet Sub-district, Bandung Regency, where 3 stunting cases and 6 children at risk of stunting were identified in Cisereh Hamlet. This community service activity aimed to improve mothers' knowledge in preventing stunting through nutrition education and the utilization of local food resources. The method applied was participatory education with a pre-test and post-test design, involving 21 mothers of under-five children from RW 08 and RW 09 in Cisereh Hamlet. The program consisted of an initial survey, interactive education on the importance of the First 1000 Days of Life (HPK), and a demonstration of preparing healthy snacks made from locally available ingredients such as sweet potatoes, cheese, and vegetables. A statistically significant increase in participant knowledge was observed, evidenced by a rise in the mean score from 55.1 on the pre-test to 85.3 on the post-test, representing a gain of 30.2 points. The combination of nutrition education and practical demonstrations proved effective in enhancing mothers' understanding of exclusive breastfeeding, balanced complementary feeding, and the benefits of local food utilization. This activity has the potential to support government efforts in reducing stunting prevalence through family empowerment and the sustainable use of local food resources.

Keywords – stunting, first 1000 days of life, nutrition education, local food, mothers of under-five children

How to Cite : Sandhi, S. I., Nani, S. A., Jumiatur, J., Setyaningsih, P., & Dewi, D. W. E. (2025). Edukasi Gizi Cerdas Pada Ibu dan Kader Posyandu Di Dusun Cisereh RW 08 Desa Mandalahaji Kecamatan Pacet Kabupaten Bandung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 4(1), 779–786. <https://doi.org/10.58266/jpmb.v4i1.515>
Copyright ©2025 Shinta Ika Sandhi, Shinta Ayu Nani, Jumiatur, Pujiati Setyaningsih, Desi Wijayanti Eko Dewi

PENDAHULUAN

Faktor tidak langsung yang sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin adalah status gizi ibu sebelum dan sesudah kehamilan. Ibu hamil yang mengalami kekurangan gizi berisiko melahirkan bayi dengan kondisi kurang gizi serta Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), yang selanjutnya dapat mengakibatkan gangguan dalam proses tumbuh kembang anak. Selain itu, hambatan pertumbuhan pada anak juga dapat dipicu oleh kombinasi dari beberapa faktor, seperti asupan makanan yang tidak memadai, riwayat infeksi berulang, serta pemberian ASI Eksklusif yang tidak optimal. Faktor-faktor ini saling berkaitan dan secara bersama-sama berkontribusi terhadap terjadinya gangguan pertumbuhan jangka panjang pada anak. (Komalasari et al., 2020) Masalah kesehatan, khususnya yang terkait dengan gizi seperti stunting, gizi kurang, dan gizi buruk, sangat sering menjangkiti kelompok balita yang tergolong rentan. (Purwanti & Ningrum, 2023). Cita-cita untuk mewujudkan generasi emas Indonesia masih menghadapi tantangan serius dari persoalan stunting. Stunting didefinisikan sebagai kondisi dimana ada gangguan gagal tumbuh anak balita dengan indikator antropometri tinggi badan menurut usia (TB/U) berada di bawah standar kurva pertumbuhan WHO, hal ini disebabkan adanya defisit gizi kronis selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Prevalensi stunting di Indonesia masih berada pada tingkat yang mengkhawatirkan. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, tercatat bahwa 37,2% anak Indonesia pada waktu itu mengalami stunting. Dampak stunting juga dapat menimbulkan kerugian ekonomi yang signifikan bagi negara, Salah satu faktor yang menyebabkan keterbatasan anggaran ini adalah prioritas pemerintah yang teralihkan kepada membesarnya anggaran untuk program Jaminan Kesehatan Nasional (JKN), khususnya dalam menangani penyakit-penyakit tidak menular yang lebih rentan diderita oleh orang dewasa yang mengalami stunting pada masa kecil. (Sandjojo, 2017)

Gejala stunting mulai terlihat setelah bayi berusia dua tahun dan memiliki ciri-ciri tinggi badan dibawah rata-rata atau pendek (Nurseha, 2025). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 angka prevalensi stunting Indonesia saat ini berada di 21,5%, meskipun sudah mengalami penurunan dari tahun-tahun sebelumnya (24,4% pada 2021). Angka tersebut masih belum mencapai target pemerintah yaitu 14% pada 2024 sebagaimana tertuang dalam RPJMN 2020–2024. Wilayah Provinsi Jawa Barat, termasuk Kabupaten Bandung, masih tergolong sebagai wilayah prioritas penanganan stunting dengan kontribusi signifikan terhadap angka nasional (Sudarmanto et al., 2024).

Desa Mandalahaji merupakan daerah yang teridentifikasi adanya stunting pada anak, diperoleh data dari puskesmas dilanjutkan dengan survey awal tim, terdapat 3 kasus stunting di RW 08 dan 09 Dusun Cisereh dan 6 kasus resiko stunting di RW 08 Dusun Cisereh. Hasil wawancara mendalam dengan kader Posyandu dan petugas Puskesmas mengungkapkan bahwa mayoritas keluarga belum memiliki pemahaman yang komprehensif tentang cara pencegahan stunting. Temuan ini mengungkapkan bahwa mayoritas keluarga masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai prinsip gizi seimbang, pentingnya pemberian ASI eksklusif, serta metode pemberian MPASI yang benar sesuai rekomendasi kesehatan.

Berbagai faktor berkontribusi pada tingginya angka stunting di Indonesia. Di antaranya adalah pemahaman dan perilaku ibu dalam memberikan asupan gizi, baik selama ia hamil maupun pada masa-masa penting setelah anak lahir. (Suryani et al., 2023) Kejadian stunting dipengaruhi oleh beragam faktor lain, yang dapat dikelompokkan menjadi faktor prenatal, pascanatal, dan karakteristik keluarga. Faktor prenatal mencakup usia ibu dan status gizi ibu selama kehamilan. Pola asuh setelah bayi lahir (seperti pemberian ASI, imunisasi, dan pencegahan infeksi) sangat menentukan. Namun, keadaan keluarga juga tak kalah pentingnya; seperti seberapa tinggi pendidikan ibunya, jenis pekerjaan ayah, serta kemampuan ekonomi keluarga juga sangat berperan. (Ariati, 2019). Kondisi sanitasi yang kurang memadai memiliki keterkaitan terhadap kejadian stunting. Hal ini disebabkan oleh buruknya kualitas sanitasi yang meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi, seperti diare dan cacingan. Penyakit-penyakit tersebut mengganggu proses absorpsi nutrisi dalam tubuh balita. Apabila keadaan ini berlangsung secara kronis, maka akan berpotensi menyebabkan terjadinya stunting (Fadilah et al., 2022). Kasus stunting memberikan dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kehidupan balita di masa depan. Apabila permasalahan stunting ini tidak segera ditangani, perjalanan penting

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



pertumbuhan dan perkembangan anak sejak masih dalam kandungan hingga 2 tahun kelahiran akan mengalami hambatan. Hambatan tersebut dapat berupa terganggunya pertumbuhan fisik, terhambatnya perkembangan kognitif, melemahnya sistem kekebalan tubuh, serta meningkatnya risiko timbulnya penyakit degeneratif. Ditinjau dari perspektif yang lebih luas, stunting juga berpotensi menurunkan kualitas regenerasi sumber daya manusia suatu daerah, yang pada akhirnya dapat menghambat kemajuan dan produktivitas generasi mendatang. (Utomo et al., 2023)

Faktor penyebab utama stunting di Desa Cisereh tercermin dari kondisi nasional, yaitu rendahnya literasi gizi keluarga, kurangnya asupan protein hewani, pemberian makanan tambahan yang tidak tepat waktu atau tidak sesuai usia, serta terbatasnya jumlah tenaga gizi di tingkat desa atau puskesmas. Selain itu, masih rendahnya cakupan layanan sanitasi dan air bersih turut memperburuk situasi, karena anak yang mengalami diare berulang memiliki risiko lebih besar mengalami gangguan penyerapan nutrisi dan berujung pada kondisi stunting. Contoh praktik baik dari daerah lain menunjukkan bahwa edukasi keluarga melalui kader posyandu, intervensi makanan tambahan lokal, dan pendampingan menyeluruh terhadap ibu hamil dan ibu menyusui dapat menurunkan prevalensi stunting secara signifikan.

Salah satu strategi pencegahan stunting pada balita adalah melalui peningkatan pemahaman ibu tentang gizi dengan melaksanakan edukasi gizi. Edukasi ini dapat disampaikan dengan memanfaatkan berbagai media, salah satunya adalah buku saku. Dalam konteks pendidikan kesehatan, media berfungsi sebagai alat bantu untuk mengkomunikasikan informasi atau pesan-pesan kesehatan. Buku saku, yang berukuran kecil dan praktis, sangat efisien untuk dibawa ke mana saja dan mudah diakses kapan pun diperlukan. Media ini dapat menyajikan informasi dalam bentuk tulisan dan ilustrasi visual untuk memperjelas pesan yang disampaikan. (Sari et al., 2021)

Adanya 3 kasus stunting di RW 08 dan RW 09 serta 6 kasus resiko stunting di RW 08, Dusun Cisereh memiliki peluang untuk menginisiasi program penanganan stunting berbasis komunitas yang terfokus pada penyuluhan gizi, pemberdayaan ibu, peningkatan kapasitas kader posyandu, serta kolaborasi dengan Puskesmas. Data lokal ini harus dijadikan dasar untuk membangun strategi penanganan yang tepat sasaran. Kegiatan pengabdian masyarakat dapat mengambil peran penting dalam mengisi celah edukasi dan memperkuat intervensi yang ada. Kejadian stunting (anak kerdil) di Indonesia tidak hanya terbatas pada rumah tangga yang kurang mampu. Fakta bahwa stunting juga muncul dalam keluarga dari kalangan 40% teratas berdasarkan indeks kesejahteraan mengindikasikan bahwa faktor pendapatan bukanlah satu-satunya penentu, dan isu ini juga dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, pola asuh, maupun akses terhadap pangan bergizi meski secara ekonomi mampu. Fenomena ini terjadi terutama karena kurangnya pemahaman bahwa tubuh pendek pada anak, khususnya di bawah usia dua tahun, merupakan indikasi adanya masalah gizi kronis. (Nurul Imani, 2020)

Penelitian diketahui bahwa sejumlah faktor berperan signifikan terhadap kejadian stunting pada anak. Faktor-faktor risiko tersebut meliputi tingkat pengetahuan ibu, tinggi badan ibu, riwayat sakit anak, serta tingkat pendidikan ibu. Temuan penelitian ini mengungkapkan besarnya pengaruh masing-masing faktor secara kuantitatif. Anak yang memiliki riwayat sakit di awal kehidupannya tercatat memiliki kerentanan 9,166 kali lebih tinggi untuk menderita stunting. Sementara itu, ibu dengan tingkat pengetahuan rendah terhadap gizi dan kesehatan anak berisiko 1,581 kali lebih besar untuk memiliki anak stunting dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan yang memadai. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya intervensi yang tepat, khususnya dalam hal pencegahan penyakit pada masa awal kehidupan anak dan peningkatan edukasi gizi bagi para ibu, sebagai langkah strategis dalam menekan angka stunting. (Mutiarasari et al., 2021)

Berdasarkan hasil survei lapangan dan wawancara mendalam di wilayah RW 08 dan RW 09 Desa Cisereh, Kecamatan Pacet, Kabupaten Bandung, diidentifikasi bahwa tingginya angka risiko stunting di wilayah tersebut disebabkan oleh lemahnya pemahaman masyarakat terhadap pola makan bergizi seimbang, praktik pemberian ASI eksklusif, dan cara pemberian MPASI yang sesuai standar kesehatan. Hal ini diperkuat dengan temuan 3 kasus stunting di dua RW tersebut dan 6 kasus resiko stunting di RW 08.

Melalui kegiatan ini, para ibu balita diajak untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan mereka dalam mendeteksi dan mencegah risiko stunting pada anak melalui pendekatan edukasi gizi dan demonstrasi pemanfaatan pangan lokal. Kegiatan ini secara khusus diarahkan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai

periode emas tumbuh kembang anak yang kemudian menumbuhkan kesadaran dan kemandirian keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak, memperkuat praktik pemberian makan yang benar.

Melalui kegiatan edukasi, diharapkan ibu balita mampu memahami manfaat pemberian ASI eksklusif, pentingnya MP-ASI yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak, serta prinsip penyusunan menu seimbang dengan memanfaatkan sumber pangan lokal yang sehat, mudah dijangkau, dan terjangkau secara ekonomi. Sementara itu, melalui kegiatan demonstrasi pembuatan makanan sehat, diharapkan adanya peningkatan kapasitas ibu pada aspek kognitif (pengetahuan) dan aspek psikomotorik (keterampilan praktis) yang implementatif dalam konteks kehidupan keluarga sehari-hari.

METODE

Rangkaian kegiatan dimulai dengan survei awal guna mengidentifikasi permasalahan terkait gizi dan pola asuh balita di wilayah tersebut. Setelah itu, peserta mengikuti sesi edukasi tentang gizi seribu hari pertama kehidupan yang disampaikan secara interaktif, mencakup pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI sesuai usia, dan pemenuhan gizi seimbang. Selanjutnya, dilakukan demonstrasi pembuatan snack sehat berbasis pangan lokal menggunakan bahan sederhana seperti ubi, keju, dan bahan pangan tradisional lainnya yang mudah diperoleh di lingkungan sekitar. Demonstrasi ini bertujuan memberikan alternatif praktis bagi ibu untuk menyediakan camilan sehat dan bergizi bagi anak-anak mereka. Desain kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan edukasi partisipatif dengan pendekatan pre-test dan post-test. Model ini dipilih karena mampu mengukur perubahan pengetahuan peserta secara langsung sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi. Selain itu, pendekatan partisipatif memungkinkan peserta menerima informasi dan terlibat dalam diskusi dan praktik sehingga hasil belajar menjadi lebih bermakna.

Peserta kegiatan berjumlah 21 orang ibu yang memiliki balita, yang berasal dari RW 08 dan RW 09 Dusun Cisereh, Desa Mandalahaji. Pemilihan peserta dilakukan melalui koordinasi dengan kader posyandu setempat dengan mempertimbangkan keterwakilan setiap RT. Ibu balita dipilih sebagai sasaran utama karena peran mereka sangat strategis dalam menentukan pola asuh, pemberian makanan, serta pemenuhan gizi pada periode emas untuk pencegahan stunting. Untuk menilai efektivitas kegiatan, maka sebelum intervensi dilakukan pretest dan sesudah intervensi dilakukan posttest. Soal evaluasi berisi pertanyaan tentang gizi, perawatan balita, dan pemanfaatan pangan lokal. Analisis dilakukan dengan membandingkan skor pre-test dan post-test, sehingga dapat terlihat adanya peningkatan pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi.

Hasil analisis ini menjadi dasar untuk menilai keberhasilan program, sekaligus memberikan gambaran sejauh mana intervensi edukasi partisipatif dapat berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting di wilayah sasaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Edukasi tentang Gizi Cerdas

Kegiatan edukasi dilaksanakan sebagai langkah awal dalam upaya meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan pencegahan stunting. Edukasi dilakukan dengan metode partisipatif, dimana peserta tidak hanya menerima materi, tetapi juga terlibat aktif dalam diskusi, tanya jawab, dan berbagi pengalaman. Para ibu didedukasi tentang pentingnya memberikan hanya ASI hingga bayi berusia 6 bulan, dan cara memperkenalkan makanan pendamping yang tepat setelahnya, prinsip gizi seimbang, serta peran keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak. Media edukasi berupa leaflet dan tayangan power point digunakan untuk memperjelas informasi yang diberikan. Peserta menunjukkan antusiasme tinggi dengan mengajukan pertanyaan dan menceritakan pengalaman saat pemberian makan anak. Hasil memperlihatkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta, yang menegaskan efektivitas kegiatan edukasi ini dalam memperbaiki pemahaman ibu mengenai gizi dan pencegahan stunting.

Pencegahan stunting dimulai dari pemahaman akan penyebabnya. WHO (2013) mengelompokkan penyebab stunting menjadi empat, yakni faktor keluarga dan rumah tangga, ketidakcukupan MPASI, menyusui, dan infeksi. Pada level individu, pengetahuan gizi adalah langkah awal yang vital untuk mengubah perilaku dalam meningkatkan status gizi. Hal ini terlihat dari peran ibu; pemahaman gizinya yang baik akan tercermin pada kemampuan menyediakan makanan yang tepat untuk pertumbuhan anak (Naulia et al., 2021). Dukungan untuk hal ini datang dari penelitian menunjukkan program edukasi gizi tidak hanya meningkatkan pengetahuan tetapi juga mengubah

sikap masyarakat tentang gizi. Oleh karena itu, program ini dapat menjadi solusi praktis dan berkelanjutan untuk mendukung upaya pencegahan stunting. (Listyarini & Fatmawati, 2020). Sistem kekebalan tubuh anak dapat melemah akibat dari stunting, sehingga menjadi lebih rentan terhadap serangan penyakit infeksi yang kemudian akan menjadi terganggunya perkembangan motorik dan kognitif anak, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kemampuan belajar serta produktivitasnya di masa dewasa. (Ringoringo et al., 2021)

Beberapa tinjauan terhadap 15 jurnal, edukasi tentang stunting terbukti secara signifikan meningkatkan pengetahuan sekaligus sikap ibu yang mempunyai anak dengan stunting. Intervensi edukasi berperan penting dalam memperbaiki kualitas perilaku dan pola asuh ibu dalam merawat anak yang mengalami stunting. Oleh karena itu, program edukasi sangat dianjurkan untuk diterapkan secara luas, guna meningkatkan pemahaman ibu dan mendukung perbaikan pertumbuhan anak, yang pada akhirnya dapat menurunkan prevalensi stunting di Indonesia secara signifikan. (Munir & Audyna, 2022)



Gambar 1. Edukasi tentang Gizi Cerdas

Kegiatan Demonstrasi pembuatan snack sehat berbasis pangan lokal

Kegiatan selanjutnya setelah sesi edukasi adalah dengan demonstrasi pembuatan makanan sehat. Fokus utama demonstrasi adalah pada pengolahan camilan sehat dari bahan yang mudah didapatkan di lingkungan sekitar, seperti ubi, keju, dan sayuran lokal. Instruktur mempraktikkan langkah-langkah pengolahan mulai dari pemilihan bahan, cara memasak, hingga penyajian makanan agar lebih menarik bagi balita. Peserta tidak hanya menyimak, tetapi juga diberi kesempatan untuk mencoba secara langsung sehingga memperoleh keterampilan praktis yang bisa diterapkan di rumah. Respon peserta sangat positif karena resep yang diajarkan sederhana, bergizi, serta terjangkau secara ekonomi. Melalui kegiatan ini, ibu balita memperoleh keterampilan tambahan dalam menyediakan alternatif makanan sehat, sekaligus memahami bahwa pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi strategi nyata untuk mencegah stunting di tingkat keluarga.

Stunting merupakan manifestasi dari kurangnya gizi kronis yang ditandai dengan tidak mencukupi asupan nutrisi dalam jangka waktu panjang, utamanya karena makanan yang diberikan tidak sesuai dengan kebutuhan gizi anak. (Nadirawati et al., 2023) Praktik pemberian makan yang tidak tepat berpotensi menyebabkan malnutrisi. Di Indonesia, bentuk malnutrisi yang paling banyak ditemui pada balita adalah kondisi perawakan pendek (*stunted*) dan perawakan sangat pendek (*severely stunted*). Istilah *stunting* secara spesifik merujuk pada perawakan pendek yang disebabkan oleh defisiensi gizi kronis, sementara perawakan pendek akibat faktor keturunan dikenal dengan sebutan *short stature* (Wiliyanarti et al., 2022) Kegagalan dalam mengoptimalkan pemenuhan gizi selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan akan berkontribusi pada peningkatan masalah gizi ganda dan penyakit kronis di kemudian hari. Dampak jangka panjangnya adalah terciptanya sumber daya manusia yang kurang kompeten dan tidak mampu berkompetisi di masa depan. Oleh karena itu, optimalisasi gizi khususnya pada fase pascakelahiran, mutlak diperlukan melalui penerapan praktik PMBA (Pemberian Makanan untuk Bayi dan Anak) yang tepat. (Firlianty et al., 2023)



Gambar 2. Demonstrasi pembuatan snack sehat berbasis pangan lokal

Hasil Evaluasi Kegiatan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pre-test dan Post-test (n=21)

Rentang Nilai	Pre-test f (%)	Post-test f (%)
20 – 39	3 (14,3%)	0 (0%)
40 – 59	8 (38,1%)	2 (9,5%)
60 – 79	6 (28,6%)	6 (28,6%)
80 – 100	4 (19,0%)	13 (61,9%)
Total	21 (100%)	21 (100%)

Hasil analisis distribusi frekuensi pada Tabel 1 menunjukkan adanya perbedaan antara nilai pre-test dan post-test. Pada saat pre-test, sebagian besar peserta berada pada kategori nilai rendah hingga sedang, dengan 52,4% peserta memperoleh skor di bawah 60. Hal ini mencerminkan rendahnya pemahaman awal mengenai gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pentingnya pemberian ASI eksklusif, serta pengenalan MP-ASI bergizi seimbang. Setelah diberikan intervensi berupa edukasi partisipatif dan demonstrasi pembuatan snack sehat berbasis pangan lokal, terjadi peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan distribusi nilai post-test. Sebagian besar peserta (61,9%) mencapai kategori tinggi (80–100), sementara tidak ada lagi peserta yang berada pada kategori rendah (20–39). Bahkan, peserta dengan nilai ≥ 80 meningkat dari hanya 19,0% pada pre-test menjadi 61,9% pada post-test. Secara rata-rata, skor peserta meningkat dari 55,1 pada pre-test menjadi 85,3 pada post-test, dengan rata-rata kenaikan sebesar 30,2 poin. Peningkatan ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi gizi cerdas yang disertai demonstrasi praktis mampu memperbaiki pemahaman ibu balita terkait pencegahan stunting. Temuan ini sejalan dengan bukti ilmiah yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi mempengaruhi dalam peningkatan literasi gizi orang tua serta mendorong perubahan perilaku yang positif dalam praktik pemberian makan anak (Dewey & Begum, 2011; Rahayu et al., 2018).

Dari sisi praktis, hasil ini memperlihatkan efektivitas strategi edukasi berbasis partisipatif dengan memanfaatkan pangan lokal sebagai media pembelajaran. Selain meningkatkan pengetahuan, metode ini juga mendorong peserta untuk langsung mempraktikkan keterampilan dalam menyiapkan makanan sehat bagi balita mereka. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berdampak pada peningkatan pengetahuan sesaat, tetapi juga berpotensi menghasilkan perubahan perilaku yang berkelanjutan dalam pencegahan stunting. Akarnya permasalahan stunting di Indonesia terletak pada asupan gizi yang tidak adekuat, yang dimulai sejak masa janin, persalinan, hingga anak berusia dua tahun. Malnutrisi selama periode emas ini berpotensi menyebabkan gangguan perkembangan otak yang bersifat permanen. Oleh karena itu, perhatian gizi pada 1.000 HPK menjadi sebuah keharusan. Masalah gizi tidak hanya mengganggu pertumbuhan dan kesehatan anak, tetapi juga dapat menyebabkan kemiskinan yang berulang dalam sebuah keluarga. Anak yang mengalami kekurangan gizi akan mengalami hambatan dalam perkembangan otaknya, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan, peluang kerja, dan pendapatan mereka di masa depan. Untuk memutus

mata rantai ini, intervensi melalui edukasi gizi yang berkelanjutan kepada masyarakat, khususnya orang tua, sangat penting. Memberdayakan orang tua dengan pemahaman gizi yang memadai, kemampuan selektif dalam memilih makanan, serta kebijaksanaan dalam menyikapi gaya hidup modern dan iklan produk makanan merupakan langkah krusial. (Anita et al., 2021) Cara pengasuhan terkait kesehatan dan makanan di tahun pertama sangat menentukan perkembangan anak. Pola asuh ini berbeda-beda di tiap keluarga, tergantung pada faktor-faktor seperti pendidikan, pekerjaan, dan status gizi ibu, serta jumlah anak. Perbedaan ini menyebabkan variasi dalam pengasuhan yang akhirnya memengaruhi status gizi anak. (Apriluana & Fikawati, 2018) hal ini sesuai dengan penelitian dimana Balita stunting cenderung mempunyai tingkat konsumsi zat gizi yang lebih rendah, menjadi salah satu faktor pembeda utama dari balita non-stunting. (Azmy & Mundiastuti, 2018)

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi "Gizi Cerdas" terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki balita. Hasil analisis data menunjukkan perbedaan yang signifikan pada skor rata-rata peserta, dari 55,1 dalam pre-test menjadi 85,3 dalam post-test, dengan selisih kenaikan rata-rata sebesar 30,2 poin. Dengan demikian, intervensi edukasi ini berpengaruh nyata dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai gizi pada 1000 HPK sebagai upaya pencegahan stunting. Berdasarkan evaluasi terhadap program pengabdian masyarakat ini, teridentifikasi beberapa implikasi strategis yang relevan untuk dipertimbangkan oleh berbagai pihak. Bagi ibu balita, diharapkan mereka mampu menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh selama kegiatan berlangsung, khususnya terkait pentingnya pemberian ASI eksklusif, pengenalan MP-ASI yang bergizi seimbang, serta pemanfaatan pangan lokal sebagai alternatif sumber makanan sehat, terjangkau, dan mudah diperoleh di sekitar lingkungan. Penerapan pengetahuan tersebut diharapkan dapat berkontribusi langsung pada peningkatan status gizi anak dan pencegahan stunting sejak dini. Bagi kader dan tenaga kesehatan, kegiatan ini menegaskan perlunya tindak lanjut berupa pendampingan yang berkesinambungan serta edukasi gizi yang berkelanjutan. Hal ini penting agar peningkatan pengetahuan yang telah dicapai tidak hanya bersifat sementara, melainkan juga dapat mendorong perubahan perilaku yang konsisten dalam jangka panjang. Peran kader dan tenaga kesehatan sebagai ujung tombak di masyarakat menjadi sangat strategis dalam menjaga keberlanjutan program. Bagi pemerintah desa dan puskesmas, hasil kegiatan ini memberikan rekomendasi untuk memperkuat program edukasi gizi dan pencegahan stunting dengan memasukkan materi tentang pemanfaatan pangan lokal. Dengan demikian, masyarakat dapat lebih mengenal potensi sumber daya yang ada di lingkungannya sekaligus mengurangi ketergantungan pada produk pangan instan atau olahan yang kurang bernilai gizi. Langkah ini juga selaras dengan upaya pemberdayaan masyarakat dan kemandirian pangan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat Universitas Bhakti Kencana, Pemerintah Desa Mandalahaji, beserta para kader Posyandu dan seluruh masyarakat Desa Mandalahaji atas dukungan dan partisipasinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anita, A., Purwati, P., & Desmarnita, U. (2021). Book of Stunting Risk Detection and Monitoring Health (DRSMK) and Stunting Prevention Behavior in Children the First 1000 Days of Life. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 185-192.
- Apriluana, G., & Fikawati, S. (2018). Analisis Faktor-Faktor Risiko terhadap Kejadian Stunting pada Balita (0-59 Bulan) di Negara Berkembang dan Asia Tenggara. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*. 28(4), 247-256.
- Ariati, L. I. P. (2019). Faktor-Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting Pada Balita Usia 23-59 Bulan Risk Factors Causes Of Stunting In Toddlers Aged 23-59 Months. *Jurnal Oksitosn Kebidanan*. 6(1) 28-37.
- Azmy U, Mundiastuti L. (2018). Konsumsi Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non- Stunting di Kabupaten Bangkalan Nutrients Consumption of Stunted and Non-Stunted Children in Bangkalan. *Amerta Nutrition*. 292-298
- Fadilah, A., Pangestu, M. N., Lumbanbatu, S., & Defiyanti, S. (2022). Pengelompokan Kabupaten/Kota Di Indonesia Berdasarkan Faktor Penyebab Stunting Pada Balita Menggunakan Algoritma K-

Means. *JIKO (Jurnal Informatika Dan Komputer)*. 6(2) 223.

- Firlianty, F., Anang Najamuddin, & Theresia Mentari. (2023). Edukasi PMBA (Pemberian Makanan Untuk Bayi dan Anak) Berbasis Booklet sebagai upaya penurunan angka Stunting. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2(10) 6791-6798.
- Komalasari, K., Supriati, E., Sanjaya, R., & Ifayanti, H. (2020). Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita. *Majalah Kesehatan Indonesia*. 1(2) 51-56.
- Listyarini, A. D., & Fatmawati, Y. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil dengan Media Booklet tentang Perilaku Pencegahan Balita Stunting Di Wilayah Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*. 11(1) 100
- Munir, Z., & Audyna, L. (2022). Pengaruh Edukasi Tentang Stunting Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Yang Mempunyai Anak Stunting. *Jurnal Keperawatan Profesional*. 10(2) 29-54.
- Mutiarasari, D., Miranti, M., Fitriana, Y., Pakaya, D., Sari, P., Bohari, B., Sabir, M., Wahyuni, R. D., Ryzqa, R., & Hadju, V. (2021). A determinant analysis of stunting prevalence on under 5-year-old children to establish stunting management policy. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. 9(1) 79-84.
- Nadirawati, N., Susilowati, S., Suharjiman, S., Bangun, A. V., Suryaningsih, C., & Novianti, S. W. (2023). Pelatihan Pengolahan Makanan Tambahan dan Pendamping ASI untuk Mengatasi Stunting di Desa Kertawangi Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*. 8(1) 76-86.
- Naulia, R. P., Hendrawati, H., & Saudi, L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 10(02) 95-101.
- Nurseha, Desi Rofita, Nurulicha, Novi Puspita Sari, Made Rismawan, A. M. (2025). Pentingnya Pencegahan Stunting Pada Anak. *Jakarta : PT Optimal Untuk Negeri*.
- Nurul Imani. (2020). Stunting Pada Anak. *Yogyakarta: CV. Hikam Media Utama*.
- Purwanti, T., & Ningrum, N. M. (2023). Pelatihan Pemberian Makanan Tambahan pada Balita untuk Pemulihan Status Gizi Stunting dan Gizi Kurang. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*. 2(1) 1-3.
- Ringoringo, H. P., Sholihah, Q., Maharany, D., Kuncoro, W., Luthfansa, I., & Lenggono, K. A. (2021). Analysis of baby stunting prevalence causing factors in the pandemic era COVID-19. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. 9 (1)1467-1474.
- Sandjojo, E. Putro. (2017). Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting. *Jakarta : Kementerian Kesehatan RI*
- Sari, I. P., Trisnaini, I., Ardillah, Y., & Sulistiawati, S. (2021). Buku Saku Pencegahan Stunting sebagai Alternatif Media dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 5(2) 300-304.
- Suryani, K., Rini, M. T., Hardika, B. D., & Widiastari, N. K. (2023). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Stunting. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*. 6(1) 8-12.
- Utomo, F. C., Wicaksono, D., & Putri, S. A. (2023). Pelatihan Pembuatan Menu Makanan Nugget Lele untuk Program Menu Tambahan (PMT) Desa Gondowulan dalam Upaya Mengatasi Permasalahan Stunting. *Jurnal Bina Desa*. 5(1) 22-26.
- Wiliyanarti, P. F. W., Dede Nasrullah, Royyan Salam, & Idam Cholic. (2022). Edukasi Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Bahan Lokal untuk Balita Stunting dengan Media Animasi. *Media Gizi Indonesia*. 17(1SP) 104-111.