

Sinergi Edukasi Gizi Dan Pemanfaatan Bahan Lokal Dalam MPASI Untuk Cegah Stunting Pada Balita

Esa Indah Ayudia¹, Hafizah Hafizah², Mirna Marhami Iskandar³, Patrick Wiliam Gading⁴, Zahra Frizki Asty⁵, Dea Anenta Veonika⁶, Denok Tri Hardiningsih⁷, Miftahurrahmah Miftahurrahmah⁸

¹⁻⁴Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

⁵Departemen Mikrobiologi dan Parasitologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

⁶Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

⁷Departemen Fitofarmaka, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

⁸Departemen Bedah, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Jambi, Jambi, Indonesia

E-mail: Esa_indah.at@unja.ac.id¹, hafizah91@unja.ac.id²

Article History:

Received: 02 Oktober 2025

Revised: 20 Oktober 2025

Accepted: 28 Oktober 2025

Keywords: Edukasi Gizi, Pemanfaatan Bahan Lokal, MPASI, Stunting.

Abstract: *Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius dengan prevalensi yang masih tinggi di Indonesia, termasuk peningkatan di Provinsi Jambi pada tahun 2024. Periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), terutama masa Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) sejak usia 6 bulan, menjadi jendela kritis pencegahan. Kesenjangan pengetahuan ibu mengenai praktik MPASI yang tepat dan kurangnya optimalisasi pemanfaatan bahan pangan lokal yang bergizi dan terjangkau menjadi kendala. Program pengabdian ini bertujuan untuk mendukung percepatan penurunan stunting di wilayah kerja Puskesmas Olak Kemang, Kota Jambi, dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu serta kader kesehatan tentang gizi seimbang, stunting, dan praktik MPASI berbasis pangan lokal. Metode yang digunakan adalah penyuluhan interaktif, pre-test, post-test, dan identifikasi bahan lokal. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada skor pengetahuan ibu balita setelah penyuluhan, dengan rata-rata peningkatan sebesar 27,35% (rata-rata skor pre-test 71 menjadi post-test 98). Program ini berhasil meningkatkan literasi gizi dan keterampilan praktis ibu dalam menyiapkan MPASI bergizi berbasis sumber daya lokal, yang merupakan pendekatan strategis dan efektif biaya dalam pencegahan stunting.*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), memiliki dampak

permanen pada perkembangan kognitif, produktivitas dewasa, dan peningkatan risiko penyakit tidak menular.(WHO,2023 & Victoria et al,2008) Secara nasional, 19,8% balita mengalami stunting pada tahun 2024, dan di Provinsi Jambi terjadi peningkatan prevalensi dari 13,5% (2023) menjadi 17,1% (2024), menunjukkan urgensi intervensi. (BPPK Kemenkes RI, 2025)

Masa Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI), mulai dari usia 6 hingga 24 bulan, merupakan masa kritis kedua setelah ASI eksklusif di mana asupan gizi yang tidak memadai menjadi salah satu faktor utama penyebab stunting. (Yuliawati *et al*, 2021) Kualitas MPASI harus adekuat, aman, dan diberikan secara responsif, mencakup aspek waktu, frekuensi, jumlah, tekstur, dan kandungan gizi. (Yuliawati *et al*, 2021) Namun, di wilayah kerja Puskesmas Olak Kemang, Kota Jambi, yang memiliki karakteristik penduduk menengah ke bawah, masih ditemukan masalah seperti rendahnya pemahaman ibu tentang gizi seimbang, praktik pemberian makan yang kurang tepat, dan keterbatasan keterampilan dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi MPASI bergizi dan menarik. Ketergantungan pada makanan bayi instan menambah beban ekonomi keluarga.(UNICEF, 2025 & Kata Data, 2025)

Wilayah Olak Kemang memiliki kekayaan sumber daya pangan lokal yang berpotensi tinggi sebagai bahan MPASI yang terjangkau dan bergizi. Pemanfaatan bahan lokal ini strategis karena efektif biaya dan berpotensi memberdayakan ekonomi keluarga melalui penghematan dan peluang wirausaha kecil (misalnya, katering MPASI sehat). Berdasarkan analisis situasi tersebut, perumusan masalah utama adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu hamil dan ibu balita tentang prinsip MPASI yang benar dan kurangnya keterampilan dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi MPASI yang bergizi dan menarik. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu serta kader kesehatan dalam penyiapan MPASI yang bergizi, aman, dan berbasis bahan pangan lokal guna mencegah stunting.

Banyak studi menunjukkan bahwa pencegahan stunting di tingkat masyarakat menghadapi kendala umum, terutama kurangnya pengetahuan ibu terkait gizi seimbang untuk Makanan Pendamping ASI (MPASI), kesalahan dalam praktik pemberian makan, dan keterbatasan akses terhadap bahan pangan lokal yang bernutrisi dan terjangkau (UNICEF, 2024). Sebagai garda terdepan, Puskesmas memiliki peran strategis dalam intervensi pencegahan stunting, yang meliputi edukasi gizi bagi ibu balita, pemantauan tumbuh kembang, dan pelaksanaan intervensi gizi baik spesifik maupun sensitif (Suzan & Ayudia, 2020). Secara spesifik, literatur menggarisbawahi bahwa stunting dapat dicegah secara efektif melalui pemberian ASI eksklusif dan upaya peningkatan pengetahuan gizi ibu (Devriany et al., 2025; Yuliawati et al., 2021). Selain itu, karena status gizi dan asupan makanan secara signifikan memengaruhi paparan zat berbahaya, penekanan pada peningkatan gizi dan keamanan pangan menjadi aspek yang sangat penting (Prasetyo, 2020). Mengingat intervensi lain sering berfokus pada pemeriksaan tumbuh kembang anak, terlihat jelas bahwa program edukasi gizi dan MPASI merupakan upaya pelengkap yang krusial dan harus terus diperkuat.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Olak Kemang, Kota Jambi. Metode yang digunakan adalah edukasi, demonstrasi, dan identifikasi partisipatif, dengan melibatkan 36 peserta (ibu hamil, ibu balita, dan kader kesehatan). Desain yang digunakan adalah

Pre-Experimental Design dengan pendekatan One Group Pre-test Post-test Design (Sugiyono, 2019).

Tahapan pelaksanaan meliputi

1. Koordinasi dan Perizinan dengan tim internal dan mitra Puskesmas Olak Kemang.
 Tahap awal ini merupakan fondasi keberhasilan program dan meliputi koordinasi internal tim pengusul serta koordinasi eksternal dengan mitra.
 - 1) Koordinasi Internal Tim Pengabdian
 Tim dosen dan mahasiswa melakukan pertemuan awal untuk membahas rencana detail kegiatan, menetapkan pembagian tugas dan tanggung jawab, menyamakan persepsi mengenai tujuan dan luaran program, serta finalisasi jadwal kerja internal.
 - 2) Koordinasi Eksternal dan Perizinan dengan Mitra: Tim pengabdian menjalin komunikasi aktif dengan Puskesmas Olak Kemang untuk mendapatkan perizinan dan dukungan. Puskesmas berperan aktif dalam memberikan data awal terkait kondisi kesehatan ibu dan anak, prevalensi stunting, serta membantu sosialisasi program dan mobilisasi peserta (ibu hamil, ibu balita, dan kader) agar sesuai dengan kriteria pengabdian
2. Pengembangan dan Konsultasi Media KIE (leaflet dan poster) dengan dokter gizi terkait materi Gizi 1000 HPK, stunting, dan MPASI.
 Media KIE dikembangkan sebagai alat bantu visual dan praktis yang informatif dan menarik.
 - 1) Pengembangan Media KIE
 Tim pengabdian membuat media promosi kesehatan berupa leaflet dan poster yang memuat materi kunci tentang Gizi 1.000 HPK, definisi dan dampak stunting, serta prinsip MPASI yang tepat. Mahasiswa turut dilibatkan dalam membantu membuat desain grafis media KIE.
 - 2) Konsultasi Ahli Gizi: Media KIE yang telah dibuat dikonsultasikan dengan dokter gizi untuk memastikan bahwa konten yang disajikan akurat, sesuai standar kesehatan, dan berbasis bukti ilmiah.
3. Pelaksanaan Kegiatan Utama:
 - 1) Pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta.



Gambar 1. Pengisian Kuisioner Pre-Test

- 2) Penyuluhan dan Edukasi interaktif tentang 1.000 HPK, stunting, prinsip MPASI yang tepat Tujuan: Meningkatkan pengetahuan peserta tentang gizi seimbang dan praktik MPASI yang benar. Materi: Sesi penyuluhan mencakup pentingnya 1.000 HPK, definisi dan dampak stunting, prinsip gizi seimbang dalam MPASI, waktu pemberian yang tepat (mulai usia 6 bulan), penyesuaian tekstur makanan sesuai usia bayi, frekuensi, porsi ideal, serta pentingnya melanjutkan ASI hingga usia 2 tahun. Penyuluhan dilakukan secara interaktif yang diberikan oleh dr. Dea Anenta Veonika, M.Gizi dan berdiskusi dengan peserta, dilanjutkan dengan pembagian media KIE (leaflet dan poster)



Gambar 2. Pemberian Edukasi Gizi Tentang MPASI dari Bahan Pangan Lokal

- 3) Demonstrasi Keamanan Pangan dan Higienitas MPASI. Tujuan: Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan praktis peserta tentang prinsip-prinsip keamanan pangan dan higienitas dalam penyiapan MPASI. Fokus: Kegiatan ini menekankan praktik penting seperti langkah-langkah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) yang benar, pemilihan bahan makanan yang aman, serta penyimpanan dan pengolahan MPASI yang higienis untuk mengurangi risiko infeksi yang memperburuk stunting.



Gambar 3. Pemberian Edukasi Keamanan Pangan dan Higienitas MPASI.

- 4) Post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan.
Tujuan: Mengukur peningkatan pengetahuan yang dicapai peserta setelah mengikuti seluruh rangkaian penyuluhan dan demonstrasi.
Proses: Kuesioner *post-test* dibagikan kepada peserta untuk diisi. Hasilnya kemudian dianalisis secara kuantitatif dengan membandingkan skor *pre-test* untuk melihat tingkat ketercapaian keberhasilan program.



Gambar 4. Pengisian Kuisioner Post-Test

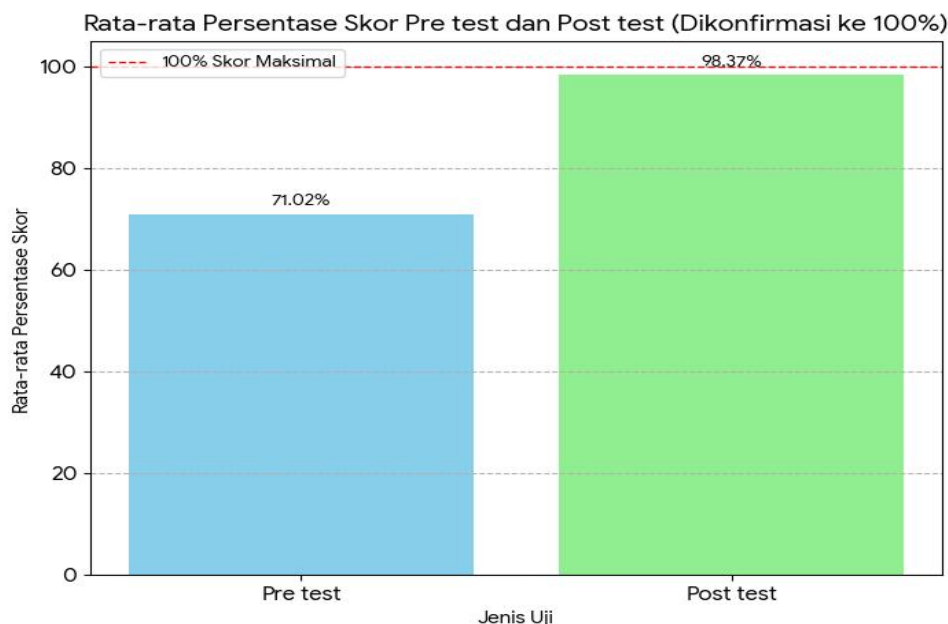
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil diukur secara kuantitatif dengan membandingkan skor pre-test dan post-test menggunakan uji statistic. Melakukan uji normalitas data menggunakan Uji Shapiro-Wilk karena sampel berukuran kecil ($N=36$) didapatkan hasil asumsi normalitas tidak terpenuhi. Kemudian melanjutkan uji perbedaan pengetahuan antara pre test dan post test menggunakan uji statistic non-parametrik yaitu uji Wilcoxon, untuk melihat tingkat signifikansi peningkatan pengetahuan (Widiastuti, 2020).

Tabel 1. Nilai Mean, Nilai Minimum, Nilai Maksimum Pengetahuan Peserta Sebelum Dan Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang MPASI dari Bahan Pangan Lokal

Soal	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
<i>Pre Test</i>	36	42,86	85,71	71,02	9,39
<i>Post Test</i>	36	71,43	100	98,37	6,72

Dari tabel 1. diatas dapat dilihat nilai rata-rata peserta sebelum diberikan penyuluhan yaitu 71,02 sedangkan setelah diberikan penyuluhan menjadi 98,37. Sedangkan nilai minimum peserta saat sebelum diberikan penyuluhan yaitu 42,86 dan nilai maksimum peserta setelah diberikan penyuluhan menjadi 85,71. Dari hasil ini dapat kita simpulkan bahwa terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan peserta setelah diberikan pengetahuan tentang MPASI dari bahan pangan lokal, begitupula dengan nilai minimum pengetahuan peserta mengalami peningkatan setelah diberikan penyuluhan mengenai MPASI dari bahan pangan lokal.



Gambar 5. Diagram Peningkatan Rata-Rata Mean Pengetahuan Sebelum dan Sesudah di Berikan Penyuluhan MPASI dari Bahan Pangan Lokal

Berdasarkan gambar 5. dapat dilihat peningkatan skor absolut/ peningkatan dari skor maksimal pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang MPASI dari bahan pangan lokal sebanyak 27,35% .

Tabel 2. Peningkatan Pengetahuan Peserta Setelah Diberikan Penyuluhan Tentang MPASI dari Bahan Pangan Lokal

Soal	N	<i>p-value</i>
<i>Pre Test</i>	36	0,0000
<i>Post Test</i>	36	

Berdasarkan tabel 2. dapat dilihat hasil uji wilcoxon diperoleh nilai signifikan 0,0000 dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang bermakna setelah diberikan penyuluhan tentang tentang MPASI dari bahan pangan lokal.

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan edukasi untuk menyebarkan informasi dan menanamkan keyakinan agar masyarakat sadar, tahu, mengerti, mau, dan mampu menerapkan anjuran kesehatan. Tujuan akhirnya adalah terjadinya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat untuk membina dan memelihara kesehatan serta aktif mewujudkan kondisi sehat optimal (fisik, mental, dan sosial), yang mencakup peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan sikap. (Lipinwati *et al.*,2024)

Demonstrasi keamanan pangan, termasuk praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), berhasil meningkatkan kesadaran dan keterampilan peserta. Lebih dari 75% peserta mampu

mendemonstrasikan CTPS dengan teknik yang benar, yang merupakan aspek penting dalam pencegahan infeksi yang dapat memperburuk stunting (Prasetyo, 2020).

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah edukasi interaktif tentang gizi 1.000 HPK dan MPASI berbasis pangan lokal di wilayah kerja Puskesmas Olak Kemang berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita secara signifikan. Peningkatan ini ditunjukkan dengan rata-rata peningkatan skor *post-test* sebesar 27,35% (dari 71,01 menjadi 98,37), yang mengindikasikan tercapainya tujuan kegiatan. Kegiatan ini telah memberikan kontribusi nyata dalam upaya pencegahan stunting melalui peningkatan literasi gizi, identifikasi potensi pangan lokal, dan peningkatan keterampilan higienitas penyajian MPASI.

Rekomendasi dari kegiatan ini adalah:

1. Puskesmas Olak Kemang disarankan untuk mengadopsi materi edukasi, dan praktik *pre-test/post-test* ini dalam program rutin *counseling* dan *skrining* kesehatan ibu dan anak.
2. Perlu adanya tindak lanjut berupa pelatihan keterampilan *hands-on* dalam mengolah menu MPASI berbasis lokal, serta fasilitasi bagi ibu-ibu yang ingin mengembangkan potensi wirausaha MPASI sehat skala kecil (Sari & Mulyati, 2022).

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Tim Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Jambi yang telah mendanai kegiatan ini melalui Skema Pengabdian pada Masyarakat (PPM). Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Kepala Puskesmas Olak Kemang, kader kesehatan, dan seluruh peserta atas partisipasi dan dukungan aktif dalam pelaksanaan program.

DAFTAR REFERENSI

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2025. Hasil Survei Status Gizi Indonesia 2024.
- Devriany, A., Niara, IAR., Enardi, OP. 2025. Pengetahuan dan Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balita. *Citra Delima Scientific Journal of Citra International Institute*. Vol. 8 No.2 (2025). <https://doi.org/10.33862/citradelima.v8i2.491>
- Katadata. 2025. *Kemenkes Ungkap Penyebab Stunting karena Bubur Instan*. <https://katadata.co.id/berita/nasional/63ca609721cde/kemenkes-ungkap-penyebab-stunting-anak-ri-karena-bubur-instan>
- Lipinwati., Istarini, A., Dewi, H., Wulandari, PS., Halim, S., Amatullah, A., Hafizah., Hardiningsih, DT. PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT MENGENAI HIPERTENSI DI PUSKESMAS OLAK KEMANG, DANAU TELUK KOTA JAMBI. *Medical Dedication*. Vol. 7 No. 2 (2024). <https://online-journal.unja.ac.id/medic/article/view/37644>
- Rahmawati, N., & Sudiarti, T. (2021). Potensi Pangan Lokal sebagai MPASI untuk Mencegah Stunting di Daerah Pedesaan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 16(2), 89-98
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suzan R, Ayudia EI. 2020. *Pemeriksaan pertumbuhan dan perkembangan anak dengan KPSP di Paud Islam An-Nur Kota Jambi*. *Medical Dedication (medic): Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat FKIK UNJA*. DOI: <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v3i2.11176>

- Prasetyo, B. (2020). *Higienitas dan Sanitasi Makanan Pendamping ASI: Panduan Pencegahan Infeksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press. (Buku)
- UNICEF. 2024. Nutrition and Child Development Section and Social Policy and Social Protection Section to Address Malnutrition and Proverty. New York : UNICEF. Victora <https://www.unicef.org/media/151141/file/Building%20synergies%20between%20child%20nutrition%20and%20social%20protection%20to%20address%20malnutrition%20and%20poverty.pdf>
- Victoria, CG., Adair L, Fall C, Hallal PC, Martorell R, Richter L, et al. Maternal and child undernutrition: consequences for adult health and human capital. *Lancet*. 2008;371(9609):340-57.4
- World Health Organization. *Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/The World Bank Group joint child malnutrition estimates.*³ Geneva: WHO; 2023.
- Yuliawati E, Veriyani FT, Husnah H, **Hafizah H**, Khotimah S. 2021. Pencegahan Stunting dengan Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Secara Eksklusif. *Jurnal Altifani Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*. Vol. 2, No. 6 - November 2021, Hal. 516-524 DOI: 10.25008/altifani.v2i6.299