

## Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Stunting melalui Pembuatan MPASI Sehat Berbasis Ubi dan Wortel di Desa Nagarawangi, Sumedang

Syfa Dini Nurfadilah\*<sup>1</sup>, Annisa Nur Azizah<sup>2</sup>, Layli Nur Aulia<sup>3</sup>, Siti Nuryani<sup>4</sup>, Zihan Ananda<sup>5</sup>, Heri Ridwan<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Prodi S1 Keperawatan, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

\*e-mail: [syfadinf.12@upi.edu](mailto:syfadinf.12@upi.edu)<sup>1</sup>, [annisaaann22@upi.edu](mailto:annisaaann22@upi.edu)<sup>2</sup>, [layli.na844@upi.edu](mailto:layli.na844@upi.edu)<sup>3</sup>, [yaniisiti.28@upi.edu](mailto:yaniisiti.28@upi.edu)<sup>4</sup>, [zihanananda14@upi.edu](mailto:zihanananda14@upi.edu)<sup>5</sup>, [heriridwan@upi.edu](mailto:heriridwan@upi.edu)<sup>6</sup>

### Abstrak

*Stunting merupakan masalah kesehatan yang berdampak pada pertumbuhan anak, khususnya di daerah pedesaan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui pembuatan MPASI sehat berbasis ubi dan wortel. Metode yang digunakan adalah metode pendidikan kesehatan dengan teknik ceramah, demonstrasi, dan praktik pembuatan MPASI sehat. Kegiatan dilaksanakan di Desa Nagarawangi, Kabupaten Sumedang, dengan 24 peserta yang terdiri dari ibu dengan anak usia 6 - 24 bulan dan kader Desa. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 62,5 sebelum edukasi menjadi 90 setelah edukasi, dengan indeks N-gain sebesar 75,43%. Program ini efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya MPASI sehat dalam pencegahan stunting. Dampak kegiatan ini meliputi peningkatan keterlibatan kader desa dalam edukasi masyarakat serta penerapan resep MPASI sehat dalam pola konsumsi keluarga.*

**Kata Kunci:** Edukasi Kesehatan, MPASI, Pencegahan Stunting, Pemberdayaan Masyarakat, Ubi Jalar

### Abstract

*Stunting is a health problem that has an impact on children's growth, especially in rural areas. This community service activity aims to increase community knowledge regarding stunting prevention through making healthy MPASI based on sweet potatoes and carrots. The method used is a health education method using lecture techniques, demonstrations and practice of making healthy MPASI. The activity was carried out in Nagarawangi Village, Sumedang Regency, with 24 participants consisting of mothers with children aged 6 - 24 months and village cadres. The evaluation results show an increase in knowledge scores from an average of 62.5 before education to 90 after education, with an N-gain index of 75.43%. This program is effective in increasing public understanding of the importance of healthy MPASI in preventing stunting. The impact of this activity includes increasing the involvement of village cadres in community education as well as implementing healthy MPASI recipes in family consumption patterns.*

**Keywords:** Community Empowerment, Health Education, MPASI, Stunting Prevention, Sweet Potatoes

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah salah satu masalah gizi kronis yang biasanya terjadi pada anak sehingga anak mengalami gangguan pertumbuhan seperti tinggi badan anak yang tidak sesuai dengan usianya. Stunting masih menjadi permasalahan di dunia. Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di sebagian besar negara berkembang salah satunya Indonesia. Kejadian stunting bila tidak diimbangi dengan *catch up growth* akan mengakibatkan menurunnya pertumbuhan (Rahmadhita, 2020). Permasalahan stunting merupakan masalah kesehatan pada masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental (Rahmadhita, 2020).

World Health Organization (WHO) tahun 2021 mencatat sebanyak 149,2 juta anak mengalami stunting. Negara dengan angka stunting tertinggi di Asia Tenggara yaitu Timor Leste sebesar 48,8% dan Indonesia menempati peringkat ke-2 dengan kasus stunting tertinggi yaitu sebanyak 31,8% (Rahman et al., 2023). Menurut Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK) tahun 2023, prevalensi angka stunting di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 24,4% dan pada tahun 2022 sebanyak 21,6%. Provinsi Jawa Barat sendiri memiliki angka prevalensi

sebanyak 24,5%. Prevalensi stunting di Kabupaten Sumedang pada tahun 2024 tercatat sebanyak 7,32%.

Desa Nagarawangi saat ini menghadapi permasalahan kesehatan yang cukup serius, yaitu stunting. Berdasarkan survei dan laporan yang telah dilakukan, terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya stunting di desa ini. Salah satu faktor utama adalah pola asuh yang tidak tepat, di mana anak-anak tidak mendapatkan nutrisi yang cukup dan tidak memadai. Faktor ekonomi juga menjadi salah satu penyebab, karena banyak keluarga di desa ini yang memiliki pendapatan yang rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Ekawati & Rokhaidah (2022) menemukan bahwa stunting juga disebabkan oleh faktor-faktor sosial-ekonomi, seperti pendapatan keluarga yang rendah dan tingkat pendidikan ibu yang rendah. Selain itu, remaja dan wanita usia subur di desa ini juga jarang mengkonsumsi tablet tambah darah, yang sangat penting untuk mencegah anemia dan stunting. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya-upaya untuk mengatasi permasalahan stunting di Desa Nagarawangi, seperti meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya nutrisi, meningkatkan akses ke makanan bergizi, dan mempromosikan penggunaan tablet tambah darah.

Desa Nagarawangi merupakan sebuah desa yang terletak di kecamatan Rancakalong dengan luas wilayah 333,3 hektar yang dimana sekitar 70,39% atau sekitar 234,61 hektarnya dijadikan lahan pertanian. Salah satu hasil pertanian yang melimpah di Desa Nagarawangi yaitu ubi jalar. Ubi jalar adalah sumber nutrisi yang kaya akan vitamin, mineral, serat dan karbohidrat kompleks yang berguna untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan yang sehat sehingga ubi jalar ini dapat digunakan sebagai bahan baku pembuatan MPASI sebagai upaya untuk mengurangi angka kejadian stunting (Lulianthy et al., 2024)

MPASI dengan ubi jalar menunjukkan hasil yang menjanjikan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rulviana et al., (2023) yang menyatakan bahwa ubi merupakan pilihan makanan sehat dan bergizi untuk MPASI. Kandungan nutrisi yang kaya seperti karbohidrat kompleks, serat, provitamin A, vitamin C, antioksidan, sumber zat besi dan kalsium. mendukung pertumbuhan optimal bayi serta mudah diolah menjadi berbagai variasi makanan pendamping ASI. Hal ini dibuktikan dengan menurunnya angka stunting melalui data posyandu balita di desa Sidorejo yang sebelumnya 59 balita menjadi 0 balita (Rulviana et al., 2023)

Kajian yang dilakukan oleh Lestari et al., (2022) tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kecukupan nilai gizi dalam makanan serta menumbuhkan UMKM pangan lokal ubi sebagai alternatif pemenuhan nilai gizi masyarakat Desa Sare Aceh. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat akan pentingnya nilai gizi seimbang bagi ibu hamil, menyusui dan pertumbuhan anak. Peningkatan pemahaman masyarakat dalam pengolahan pangan lokal berupa ubi serta potensi UMKM dalam bidang tersebut.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Momongan et al., (2024) menyatakan bahwa Tujuan kegiatan pengabdian pada masyarakat yaitu para kader kesehatan dan ibu ibu PKK desa Silian 1 dapat membuat MPASI berbasis pangan lokal sehingga dapat mencegah terjadinya stunting di desa Silian 1, Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan keterampilan peserta dalam membuat MP-ASI sehingga dapat mencegah terjadinya stunting.

Studi yang dilakukan oleh Valeriani et al., (2023) menyatakan bahwa pemberian sosialisasi dan edukasi mengenai MPASI dengan bahan ubi jalar ini menjadi upaya promotive sekaligus preventif. Dengan adanya edukasi ini pemahaman ibu mengenai gizi anak dapat meningkat dan mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari hari karena ubi jalar mengandung karbohidrat kompleks, vitamin, mineral dan serat yang bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan anak (Valeriani et al., 2023).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa program intervensi gizi dapat efektif dalam mencegah stunting. Namun, program-program tersebut seringkali tidak mencapai target yang diinginkan karena kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya nutrisi dan kesehatan. Oleh karena itu, program STURBI (Stunting Teratasi dengan Olahan Ubi Bergizi untuk MPASI) mengenai Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Stunting melalui Pembuatan MPASI Sehat Berbasis Ubi dan Wortel di Desa Nagarawangi, Kabupaten Sumedang sangat penting untuk

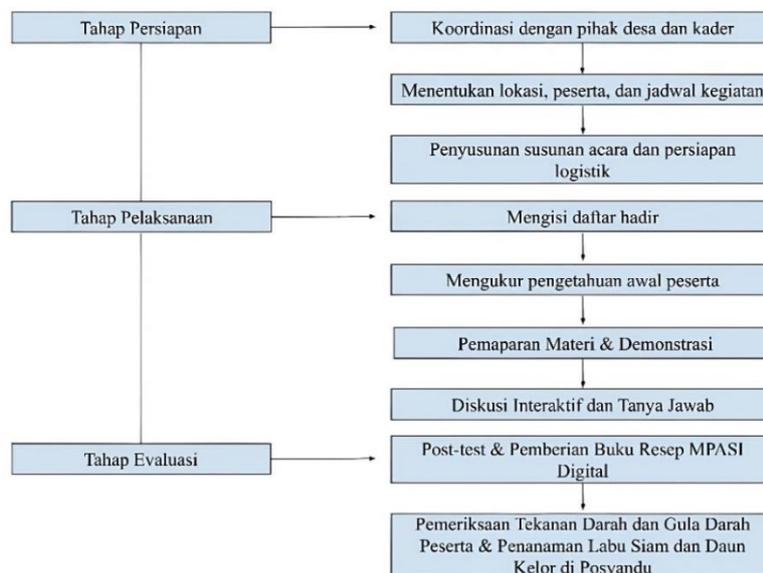
meningkatkan kesadaran masyarakat dan memberikan pengetahuan tentang cara membuat MPASI sehat yang berbasis ubi dan wortel.

Kesenjangan antara penelitian sebelumnya dan program STURBI terletak pada fokus program yang lebih spesifik pada pencegahan stunting melalui pendidikan kesehatan dan pembuatan MPASI sehat. Program STURBI juga melibatkan masyarakat secara aktif dalam proses pendidikan dan pembuatan MPASI, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mencegah stunting. Dengan demikian, program Starbi dapat menjadi contoh baik dalam pencegahan stunting di Indonesia.

Berdasarkan permasalahan yang diidentifikasi, kegiatan Pendidikan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pencegahan stunting, mengenalkan MPASI sehat berbasis ubi dan wortel sebagai alternatif pangan yang bergizi, serta memberdayakan kader desa dalam edukasi kesehatan. Dengan demikian, diharapkan kegiatan ini dapat memberikan kontribusi signifikan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Nagawangi, Kabupaten Sumedang, Jawa Barat. serta meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam menjaga kesehatan dan nutrisi anak-anak mereka.

## 2. METODE

Kegiatan Pendidikan Kesehatan ini dilaksanakan melalui tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan ini dilaksanakan pada Sabtu, 25 Januari 2025 pukul 09.00-12.00 di aula Desa Nagawangi, dan diikuti sebanyak 24 orang berjenis kelamin perempuan didominasi oleh ibu yang memiliki anak usia 6-24 bulan serta kader Desa Nagawangi. Kegiatan STURBI (Stunting Teratasi dengan Olahan Ubi Bergizi untuk MPASI) dilaksanakan secara sistematis dengan beberapa tahapan yang saling berkesinambungan. Alur kegiatan ini dirancang untuk memastikan setiap langkah intervensi berjalan efektif dan mencapai sasaran yang diharapkan.



Gambar 1. Alur kegiatan STURBI yang menunjukkan tahapan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi program dalam upaya menurunkan angka stunting.

Adapun metode yang digunakan dalam kegiatan pendidikan kesehatan ini yakni dengan metode ceramah dengan media. Media edukasi yang dipersiapkan yakni presentasi dengan *power point*, *leaflet*, poster, video edukatif serta terdapat *barcode* pada buku resep MPASI yang memuat informasi tentang stunting dan cara pembuatan MPASI sehat berbasis ubi dan wortel. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan melalui *pretest* dan *post-test* dengan hasil menunjukkan peningkatan skor dari rata-rata 62,5 sebelum penyuluhan menjadi 90 setelahnya, serta indeks N-

gain sebesar 75,43%, serta dilakukannya diskusi interaktif, di mana peserta berkesempatan untuk mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman mengenai kegiatan, serta memperoleh jawaban langsung dari tim pendidik kesehatan terkait topik yang telah dibahas guna mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Keberhasilan kegiatan juga diukur dari meningkatnya kesadaran ibu dalam memilih pangan lokal bergizi, keterlibatan kader dalam menyebarkan edukasi, serta potensi pemanfaatan ubi sebagai bahan pangan yang dapat mendukung ketahanan pangan dan ekonomi masyarakat.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1. Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan

Pelaksanaan kegiatan STURBI dihadiri oleh peserta dengan mayoritas bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) dengan pendidikan terakhir SMP dan SMA. Pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan cara melakukan pendidikan kesehatan (PENKES) dengan cara mendemonstrasikan proses pembuatan MPASI berbahan dasar ubi dan wortel serta melakukan edukasi terhadap kandungan masakan yang dimasak. Kegiatan STURBI ini ditujukan untuk ibu yang memiliki anak usia 6-24 bulan dan kader, dengan harapan mereka dapat menerapkan resep yang telah didemonstrasikan serta menyebarkan edukasi kepada masyarakat, khususnya ibu yang memiliki anak usia 6-24 bulan yang sedang dalam tahap pemberian MPASI. Kelompok menghadirkan inovasi dengan mendemonstrasikan cara mengolah MPASI berbahan dasar ubi, yang merupakan pangan lokal di Desa Nagawangi. Pada kegiatan demonstrasi, tekstur MPASI disesuaikan untuk anak usia 6-8 bulan. Hasil olahan yang telah dimasak dalam kegiatan ini nantinya akan diberikan kepada balita yang turut hadir dalam acara tersebut. Kegiatan Pendidikan Kesehatan ini dilaksanakan melalui tiga tahap yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Tahap persiapan dimulai dengan melakukan koordinasi dengan pihak mitra, yaitu Desa Nagawangi serta seluruh kader Desa Nagawangi untuk menyampaikan tujuan, manfaat, serta strategi pelaksanaan kegiatan. Selain itu, dilakukan kesepakatan dalam penentuan peserta, lokasi, dan jadwal pelaksanaan kegiatan. Pada tahap persiapan ini, tim pendidik kesehatan juga mempersiapkan berbagai media pendukung untuk pendidikan kesehatan. Media yang digunakan mencakup *power point*, poster, *barcode* berisi resep MPASI, video tahapan tekstur MPASI sesuai usia anak dengan durasi 4 menit 23 detik serta *leaflet* berisi informasi tentang pengertian stunting, penyebab stunting, dampak stunting, *barcode* buku resep MPASI, manfaat daun kelor, labu siam dan ubi untuk pencegahan stunting dan cegah stunting dengan SEHAT. Desain *leaflet* yang digunakan dalam kegiatan ini telah disusun dengan memperhatikan aspek informatif dan menarik. Desain *leaflet* yang digunakan dalam kegiatan pendidikan kesehatan ini disajikan sebagai berikut.



Gambar 2. Tampilan *leaflet* yang digunakan dalam penyuluhan (a) Tampilan depan berisi informasi singkat mengenai stunting (b) Tampilan belakang berisi *barcode* resep MPASI digital dan cara pencegahan stunting

Selain itu, kelompok juga melakukan uji coba pembuatan MPASI sebelum dilakukannya demonstrasi untuk menghasilkan tekstur yang sesuai dengan usia 6-8 bulan. Pembagian tugas dilakukan guna memastikan kelancaran pelaksanaan kegiatan. Penyusunan susunan acara turut dilakukan, serta persiapan kebutuhan logistik seperti laptop, proyektor, alat demonstrasi pembuatan MPASI, dan perlengkapan lain yang diperlukan selama kegiatan pendidikan kesehatan berlangsung.

Pada tahap pelaksanaan sebelum kegiatan berlangsung, diharapkan peserta mengisi formulir daftar hadir untuk menunjukkan bahwa mereka telah mengikuti kegiatan ini. Selanjutnya, peserta diarahkan untuk mengisi *Pretest* untuk mengukur pengetahuan awal peserta tentang topik yang akan dibahas. Setelah pengisian tes selesai, tim pendidik mempresentasikan materi mengenai pengertian, penyebab, dampak, serta cara pencegahan stunting dengan memaparkan kandungan serta manfaat ubi sebagai bahan olahan untuk pembuatan MPASI.



Gambar 3. Proses pengisian daftar hadir oleh peserta sebelum memulai sesi pendidikan kesehatan. Daftar hadir digunakan untuk mencatat partisipasi peserta dan sebagai bahan evaluasi keterlibatan dalam kegiatan



Gambar 4. Pendidik kesehatan sedang menyampaikan materi kepada peserta dalam kegiatan pendidikan kesehatan. Sesi ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai stunting serta pentingnya pemberian MPASI yang bergizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting

Untuk menangani stunting, pendekatan multidimensi diperlukan, termasuk pendidikan gizi dan pemahaman tentang makanan bergizi yang dapat diolah dari sumber lokal seperti ubi dan wortel (Kala & Jannah (2023). Prekursor vitamin A, beta-karoten, banyak ditemukan dalam ubi jalar, terutama ubi jalar berwarna oranye. Vitamin A sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak dan membantu mencegah infeksi dan kebutaan (Agbemaflle et al., 2020). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Talsma et al., (2017), ubi jalar oranye dapat membantu anak-anak mengonsumsi lebih banyak vitamin A, sehingga mencegah stunting. Setelah dilakukannya pemaparan materi oleh pendidik kesehatan mengenai stunting, selanjutnya pendidik kesehatan menampilkan video mengenai tahapan tekstur MPASI untuk bayi serta menampilkan dan menjelaskan cara melakukan *scan barcode* buku resep MPASI digital. Dua metode inovatif, pemaparan video dalam pendidikan kesehatan dan buku resep MPASI digital, dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat tentang mengelola kesehatan, terutama kesehatan anak. Penggunaan video sebagai alat pendidikan telah terbukti berhasil dalam berbagai situasi, termasuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan. Penelitian

yang dilakukan oleh Yang et al., (2021) menunjukkan bahwa video pendidikan kesehatan dapat mendorong orang untuk menjaga kesehatan dan mengurangi risiko depresi dan kecemasan. Orang tua dapat lebih memahami pentingnya MPASI (Makanan Pendamping ASI) dan cara penyajiannya yang benar dengan melihat video dalam pendidikan kesehatan anak. Buku resep MPASI dirancang dengan menggunakan *barcode* untuk nantinya digunakan dengan cara *scan*, yang memuat panduan tekstur MPASI sesuai usia bayi serta terdapat 10 resep dari olahan ubi dengan memaparkan bahan-bahan serta cara pembuatan. Buku resep ini dapat meningkatkan pemahaman orang tua tentang nutrisi yang tepat dengan menawarkan demonstrasi visual tentang cara membuat makanan bayi yang sehat (Nur, 2024).



Gambar 5. Barcode yang digunakan untuk mengakses buku resep MPASI. Dengan memindai barcode ini, peserta dapat mengunduh atau membaca kumpulan resep MPASI berbahan dasar ubi dan wortel secara digital



Gambar 6. Buku resep MPASI yang diberikan kepada peserta. Buku ini berisi kumpulan resep berbasis ubi dan wortel yang dirancang untuk membantu orang tua dalam menyusun MPASI yang bergizi dan sesuai dengan tahapan perkembangan bayi

Satu langkah strategis untuk mencegah stunting pada anak adalah demonstrasi memasak Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang terbuat dari ubi dan wortel. Sumber nutrisi yang kaya, ubi dan wortel dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan anak. Ubi jalar, khususnya, mengandung banyak vitamin, karbohidrat kompleks, dan serat. Vitamin A sangat penting untuk kesehatan mata dan sistem imun (Ramadhan, 2023). Selain itu, wortel mengandung banyak beta-karoten, yang tubuh mengubah menjadi vitamin A. Ubi juga mengandung vitamin C dan serat, yang mendukung sistem kekebalan tubuh dan kesehatan pencernaan (Ramadhan, 2023). Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menyiapkan makanan bergizi, penyuluhan dan pelatihan pengolahan MPASI yang melibatkan masyarakat, terutama ibu-ibu, sangat penting untuk dilakukan (Susanti et al., 2022). Pelatihan tentang penggunaan bahan pangan lokal seperti ubi dan wortel juga dapat membantu meningkatkan kesehatan anak serta meningkatkan kesadaran orang tua tentang penggunaan bahan pangan lokal (Susanti et al., 2022). Pada kegiatan

demonstrasi, mempraktekkan pembuatan salah satu menu MPASI yang termuat didalam buku resep MPASI digital yakni bubur ubi wortel, telur dan santan.



Gambar 7. Demonstrasi pembuatan MPASI berbasis ubi dan wortel dalam kegiatan pendidikan kesehatan. Demonstrasi ini bertujuan untuk memberikan wawasan kepada peserta mengenai cara mengolah MPASI yang bergizi, higienis, dan sesuai dengan kebutuhan bayi pada setiap tahap pertumbuhannya.

Setelah dilakukannya demonstrasi, MPASI diberikan kepada bayi yang turut hadir dalam kegiatan tersebut. Para orang tua dan kader diberi kesempatan untuk mencicipi dan mengamati tekstur MPASI. Program pemberdayaan masyarakat yang melibatkan kader kesehatan memiliki peran krusial. Mereka dapat berkontribusi dalam menyebarkan informasi tentang pentingnya gizi seimbang serta cara mengolah MPASI yang sehat (Mediani et al., 2020). Dengan pendekatan kolaboratif, diharapkan masyarakat semakin memahami pentingnya asupan gizi yang optimal bagi anak-anak mereka serta mampu mengaplikasikan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Rochmatun Hasanah et al., 2023).



Gambar 8. Pemberian hasil MPASI yang telah dibuat dalam sesi demonstrasi. Kegiatan ini bertujuan untuk melihat penerimaan anak terhadap MPASI berbasis ubi dan wortel serta memastikan bahwa makanan yang diberikan memiliki tekstur dan rasa yang sesuai dengan usia bayi

Setelah demonstrasi pembuatan MPASI, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif, di mana peserta berkesempatan untuk mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman, serta memperoleh jawaban langsung dari tim pendidik kesehatan terkait topik yang telah dibahas.



Gambar 9. Sesi diskusi antara pendidik kesehatan dan peserta setelah penyampaian materi dan demonstrasi pembuatan MPASI. Dalam sesi ini, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya, berbagi pengalaman, serta mendiskusikan tantangan dalam pemberian MPASI kepada bayi

Tahap evaluasi yakni dengan mengisi lembar evaluasi. *Post-test* digunakan untuk menilai sejauh mana kegiatan ini meningkatkan pengetahuan peserta. Terdapat 10 pertanyaan yang harus diisi oleh peserta di awal dan akhir kegiatan.



Gambar 10. Peserta sedang mengisi lembar evaluasi setelah mengikuti sesi pendidikan kesehatan. Evaluasi ini dilakukan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta serta menilai efektivitas penyampaian materi

Sebagai tambahan, dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah untuk mengevaluasi kondisi kesehatan peserta secara umum serta memberikan rekomendasi yang sesuai apabila diperlukan.



Gambar 11. Pemeriksaan tekanan darah dan kadar gula darah yang dilakukan sebagai bagian dari kegiatan pendidikan kesehatan. Pemeriksaan ini bertujuan untuk memantau kondisi kesehatan peserta, mengidentifikasi risiko hipertensi dan diabetes, serta memberikan edukasi terkait pola hidup sehat

Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, dilakukan penanaman labu siam dan daun kelor di setiap posyandu yang ada di Desa Nagrawangi. Labu siam (*Lagenaria siceraria*) merupakan sayuran yang kaya akan serat, vitamin, dan mineral, yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan anak. Sementara itu, daun kelor (*Moringa oleifera*) dikenal sebagai "superfood" berkat kandungan nutrisinya yang sangat melimpah. Daun ini kaya akan protein, vitamin A, vitamin C, kalsium, dan zat besi, yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan anak (Devita, 2024). Program pemberdayaan masyarakat yang mencakup penanaman serta pengolahan kedua tanaman ini dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi serta upaya pencegahan stunting (Budiastuti, 2024).



Gambar 12. Penyerahan tanaman labu siam dan daun kelor kepada kader kesehatan sebagai bagian dari program pemberdayaan masyarakat. Tanaman ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai sumber pangan bergizi dalam upaya pencegahan stunting dan peningkatan kualitas gizi keluarga.

### 3.2. Luaran Kegiatan Pendidikan Kesehatan

Secara keseluruhan, pelaksanaan pendidikan kesehatan dapat berlangsung dengan baik meskipun terdapat beberapa kendala yang mempengaruhi berlangsungnya kegiatan. Seluruh rangkaian acara, mulai dari pembukaan, pemaparan materi, demonstrasi pembuatan MPASI, hingga penutupan, dapat berjalan sesuai jadwal tanpa ada yang terlewat. Mayoritas partisipan yang hadir yakni ibu yang memiliki anak usia 0-24 bulan, sehingga banyaknya anak kecil yang rewel dan menangis membuat suasana yang kurang efektif sehingga efektivitas penyampaian materi serta pengisian lembar evaluasi *pretest* dan *post-test* sedikit terganggu. Keterbatasan akses teknologi di kalangan peserta menjadi tantangan, di mana masih terdapat beberapa peserta yang kesulitan dalam mengoperasikan gawai sebagai media untuk melakukan *scan barcode* menu MPASI melalui perangkat digital. Walaupun terdapat beberapa kendala, peserta tetap menunjukkan antusiasme yang tinggi dilihat dari partisipasi aktif dalam sesi diskusi dan dapat mengikuti rangkaian kegiatan dengan baik dari awal hingga akhir kegiatan. Saat mengerjakan *pretest* dan *post-test*, peserta yang mengalami kesulitan dengan sigap segera diberikan pendampingan oleh anggota kelompok. Hal ini membuktikan meskipun terdapat tantangan, namun kegiatan dapat memberikan manfaat yang optimal dilihat dari peningkatan pengetahuan partisipan.

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan di Desa Nagarawangi Tahun 2025

Interval	Kategori	Frekuensi	%
90 -100	Sangat Baik	0	0
80 - 89	Baik	3	12.5
70 - 79	Cukup	11	45.8
60 - 69	Kurang	5	20.8
< 60	Sangat Kurang	5	20.8

Berdasarkan data yang ditampilkan pada tabel dan grafik, terdapat 24 peserta yang mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan, dan seluruhnya telah mengisi *pretest*. Rata-rata pengetahuan peserta sebelum penyuluhan berada pada nilai 62.5, dengan rentang nilai yang diperoleh berkisar antara <60-80. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada dalam kategori pengetahuan cukup, dengan persentase sebesar 45.8%. Selanjutnya, 20.8% peserta termasuk dalam kategori kurang dan sangat kurang, serta hanya 12.8% yang mencapai kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta memiliki tingkat pengetahuan yang masih rendah sebelum pelaksanaan penyuluhan kesehatan.

Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu yang kurang mengenai stunting dan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Sebagai contoh, studi yang dilakukan di Desa Cijeruk, Kecamatan Pamulihan, Kabupaten Sumedang, menemukan bahwa mayoritas ibu memiliki pengetahuan yang cukup tentang pemberian ASI (75%) dan MP-ASI (60,71%) pada balita stunting, sementara sebagian lainnya memiliki pengetahuan baik dan kurang. Pengetahuan yang tidak optimal ini berpotensi mempengaruhi praktik pemberian nutrisi yang tepat bagi anak, yang pada gilirannya dapat berkontribusi pada terjadinya stunting (Fitri et al., 2021).

Selain itu, penelitian terbaru mendukung temuan bahwa pengetahuan ibu mengenai Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) berperan penting dalam pencegahan stunting pada balita. Studi oleh Mulyanti et al., (2024) di wilayah kerja Puskesmas Leuwisari, Kabupaten Tasikmalaya, menemukan hubungan signifikan antara pengetahuan ibu tentang MP-ASI dengan kejadian stunting. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan yang baik cenderung memiliki anak yang tidak mengalami stunting.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan di Desa Nagarawangi Tahun 2025

Interval	Kategori	Frekuensi	%
90 -100	Sangat Baik	16	66.6
80 - 89	Baik	5	20.8
70 - 79	Cukup	3	12.5
60 - 69	Kurang	0	0
< 60	Sangat Kurang	0	0

Tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan meningkat karena didapatkan bahwa sebanyak 16 orang (66.6%) dalam kategori pengetahuan sangat baik karena nilai yang didapat dalam rentang 90-100. Berdasarkan data hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi terkait pemberian Makanan Pendamping Asi secara signifikan meningkatkan pengetahuan Ibu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Indriani & Nazmi (2023) yang menyatakan bahwa pengetahuan ibu tentang pemberian MPASI meningkat dari 66,7% menjadi 100% Penelitian Shita et al., (2023) menyatakan bahwa pengetahuan seputar MPASI pada pengukuran awal berada di angka 40% meningkat menjadi 80% setelah dilakukan demonstrasi MPASI, penyuluhan, serta sesi tanya jawab.

Tabel 3. Rata-rata Skor Hasil *Pretest* dan *Post-test* berdasarkan tingkat pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan di Desa Nagarawangi Tahun 2025

No.	<i>Pretest</i>	<i>Post-test</i>	Selisih	Skor Ideal	N-Gain	%
1	50	80	30	50	0.6	60
2	60	100	40	40	1	100
3	60	80	20	40	0.5	50
4	80	90	10	20	0.5	50
5	70	100	30	30	1	100
6	70	70	0	30	0	0
7	60	80	20	40	0.5	50
8	70	100	30	30	1	100
9	70	100	30	30	1	100
10	70	100	30	30	1	100
11	60	90	30	40	0.75	75
12	30	70	40	70	0.57143	57.1429
13	70	100	30	30	1	100
14	40	80	40	60	0.66667	66.6667
15	70	100	30	30	1	100
16	70	70	0	30	0	0
17	50	90	40	50	0.8	80
18	80	100	20	20	1	100
19	80	100	20	20	1	100
20	60	90	30	40	0.75	75
21	70	100	30	30	1	100
22	40	80	40	60	0.66667	66.6667
23	70	100	30	30	1	100
24	50	90	40	50	0.8	80
<b>Rata-rata</b>	<b>62.5</b>	<b>90</b>	<b>27.5</b>	<b>37.5</b>	<b>0.75437</b>	<b>75.4365</b>

Berdasarkan hasil *pretest* dan *post-test* penyuluhan kesehatan mengenai pembuatan MPASI sehat berbasis ubi dan wortel di Desa Nagarawangi, terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan peserta. Sebelum penyuluhan, mayoritas peserta berada pada kategori cukup (45,6%) dengan rata-rata skor 62,5. Setelah penyuluhan, mayoritas peserta (66,6%) mencapai kategori sangat baik (skor 90-100) dengan rata-rata skor *post-test* sebesar 90. Indeks N-gain sebesar 75,43% menunjukkan efektivitas tinggi dari penyuluhan ini dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Peningkatan ini didukung oleh metode penyampaian materi yang interaktif, mencakup pengertian, penyebab, dampak, pencegahan, dan demonstrasi mengenai menu MPASI

dari ubi dan wortel.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriyaningsih et al., (2023), yang menunjukkan bahwa edukasi gizi dan pelatihan pembuatan MPASI dengan bahan pangan lokal dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam mengolah MPASI yang sehat dan bergizi. Selain itu, penelitian oleh Nazhifah et al., (2023) menemukan bahwa pendampingan kader dan ibu balita dalam sosialisasi MPASI prebiotik kue bangkit ubi jalar ungu berhasil meningkatkan pengetahuan ibu kader dan balita tentang MPASI, dengan peningkatan rata-rata nilai pengetahuan dari 5,3 menjadi 7,6 setelah penyuluhan.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berdampak pada perubahan perilaku. Terdapat peningkatan keterlibatan kader desa dalam edukasi masyarakat terkait gizi anak, serta penerapan resep MPASI sehat berbasis ubi dan wortel dalam pola konsumsi keluarga. Melalui pelatihan dan pendampingan yang diberikan, kader desa tidak hanya memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya MPASI sehat, tetapi juga mampu menyebarkan informasi tersebut secara efektif kepada ibu-ibu di lingkungan mereka. Penerapan resep MPASI berbahan dasar ubi dan wortel dalam pola konsumsi keluarga menjadi langkah nyata dalam meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya makanan bergizi. Hal ini diharapkan dapat membantu mengurangi angka stunting dengan memastikan bayi dan balita mendapatkan asupan nutrisi yang cukup sejak dini. Dengan adanya keterlibatan aktif dari kader desa, edukasi gizi ini dapat terus berlanjut dan memberikan dampak jangka panjang bagi kesehatan anak-anak di komunitas tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan tidak hanya berkontribusi pada aspek kognitif, tetapi juga mendorong praktik kesehatan yang lebih baik di tingkat komunitas.

#### 4. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting dengan pembuatan MPASI berbasis ubi dan wortel di Desa Nagrawangi menunjukkan bahwa program ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting. Hasil *pretest* dan *post-test* menunjukkan peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan peserta, dengan rata-rata skor meningkat dari 62,5 menjadi 90. Keunggulan program ini terletak pada pendekatan interaktif melalui demonstrasi langsung, penggunaan media edukasi seperti video dan *barcode* buku resep digital, serta keterlibatan kader kesehatan yang memperkuat diseminasi informasi di masyarakat. Sebagai tindak lanjut, dilakukan penanaman labu siam dan daun kelor di posyandu guna menyediakan sumber pangan bergizi yang berkelanjutan bagi masyarakat setempat. Program ini terbukti dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stunting. Selain peningkatan skor pengetahuan, keterlibatan kader dalam edukasi masyarakat juga meningkat. Sebagai langkah lanjutan perlu dilakukan pendampingan bagi ibu-ibu dalam menerapkan MPASI sehat serta pengembangan program serupa dengan cakupan peserta yang lebih luas guna menciptakan perubahan yang lebih berkelanjutan dalam upaya pencegahan stunting.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pemerintah Desa Nagrawangi, para kader kesehatan, serta peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, dan kepada pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan program pendidikan kesehatan ini, serta tak lupa kami ucapkan terima kasih kepada bapak Heri Ridwan, S.Kep., Ners., MAN selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) yang senantiasa memberikan bantuannya dalam membimbing selama kegiatan berlangsung. Penulis juga menghargai kontribusi tim peneliti yang turut serta dan membantu dalam pelaksanaan dan penyempurnaan penelitian ini. Semoga hasil dari kegiatan ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat dalam upaya pencegahan stunting dan peningkatan gizi pada anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agbemafle, I., Hadzi, D., Amagloh, F. K., Zotor, F. B., & Reddy, M. B. (2020). Nutritional, microbial, and sensory evaluation of complementary foods made from blends of orange-fleshed sweet potato and edible insects. *Foods*, 9(9), 1–14. <https://doi.org/10.3390/foods9091225>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Angka stunting tahun 2022 turun menjadi 21,6 persen*. <http://www.badankebijakan.kemkes.go.id/angka-stunting-tahun-2022-turun-menjadi-216-persen/>
- Budiastuti. (2024). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Balita untuk Pencegahan Stunting dengan Memanfaatkan Nutrasetikal Daun Kelor (*Moringa oleifera*). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(1), 706–721.
- Devita. (2024). Pemanfaatan Tanaman Lokal *Moringa Oleifera* Dalam Bentuk Bolu Kukus Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(1), 1212–1220.
- Ekawati, G., & Rokhaidah. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Desa Malinau Hilir Kabupaten Malinau Kalimantan Tahun 2021. *Media Informasi*, 18(2), 52–59. <https://doi.org/10.37160/bmi.v18i2.17>
- Fitri, N., Sari, P., Astuti, S., & Aryuti Nirmala, S. (2021). GAMBARAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PEMBERIAN ASI DAN MP-ASI PADA BALITA STUNTING USIA 24-59 BULAN. 7(1), 37–45.
- Fitriyaningsih, E., Mulyani, N. S., & Ahmad, A. (2023). Edukasi gizi tentang pembuatan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) dengan pemanfaatan pangan lokal di Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 5(1), 28. <https://doi.org/10.30867/pade.v5i1.1097>
- Indriani, N., & Nazmi, A. N. (2023). STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS *Stunting is a form of growth failure due to the accumulation of inadequate nutrition that lasts prevent stunting in the working area of Singotruman Public Health Center , Banyuwangi , in*. 9(2), 117–129.
- Kala, P. R., & Jannah, R. (2023). Analysis of the Effectiveness of the Family Hope Program on Stunting in Children Aged 24-36 Months in Kuta Baro Sub-District, Aceh Besar District. *Pharmacology Medical Reports Orthopedic and Illness Details (Comorbid)*, 2(3), 141–152. <https://doi.org/10.55047/comorbid.v2i3.1103>
- Lestari, S., Anwar, C., & Husna, A. (2022). Peningkatan Umkm Pangan Lokal Ubi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Saree Aceh. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Pendidikan)*, 4(2), 80.
- Lulianthy, E., Febrianti, E., Asnawati, A., Nurdianti, N., & Aulia, N. V. (2024). Edukasi Inovasi Lempok Ubi Jalar Sebagai Camilan Sehat Cegah Stunting. *Jurnal Inovasi & Terapan Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 42–49. <https://doi.org/10.35721/jitpemas.v4i1.152>
- Mediani, H. S., Nurhidayah, I., & Lukman, M. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada Balita. *Media Karya Kesehatan*, 3(1), 82–90. <https://doi.org/10.24198/mkk.v3i1.26415>
- Momongan, N. R., Imbar, H. S., Sineke, J., Junus, R., & Otoluwa, F. M. (2024). *Pelatihan Makanan Pendamping Air Susu Ibu ( Mp-Asi ) Berbasis Pangan Lokal Pada Keluarga Balita Rawan Stunting Di Wilayah Silian I*. 1(1).
- Mulyanti, S., Brahmantia, B., Sholihat, N., & Paradis, V. D. A. (2024). Hubungan pengetahuan ibu tentang makanan pendamping asi (mp-asi) dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja puskesmas leuwisari kabupaten tasikmalaya. *Indonesian Health Literacy Journal*, 1(2), 54–64.
- Nazhifah, Rahmadani, P., & Febrianti, P. R. (2023). PENYULUHAN STUNTING DAN PEMBUATAN MPASI GUNA MEMINIMALISIR TINGGINYA ANGKA STUNTING. *Community Development Journal*, 4(3), 6781–6785.
- Nur, Z. A. (2024). The Influence of Health Education Using Animattion Video Media on the Level of Knowledge of Mothers About the Management of February Seizures in Toddlers. *Health*

- Gate*, 2(1), 174–180. <https://doi.org/10.70111/hg2105>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Juni*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). UPAYA PENANGANAN STUNTING DI INDONESIA Analisis Bibliometrik dan Analisis Konten. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa (JIPSK)*, VIII(01), 44–59. <https://doi.org/10.33701/jipsk.v8i1.3184>
- Ramadhan. (2023). *Perempuan Berdaya Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Mekar Sari Kecamatan Tatah Makmur Kabupaten Banjar*. 6, 5669–5680.
- Rochmatun Hasanah, Fahimah Aryani, & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>
- Rulviana, V., Putri, A., Angga, R., Amanda, A. S., Alma, F., Firdaus, F., Krisdewanti, Qamara, N., & Fajar, Y. (2023). PENYULUHAN PEMBUATAN DAN PEMBERIAN MP-ASI BOLU KUKUS UBI JALAR PADA BALITA UNTUK GIZI SEIMBANG DAN PERTUMBUHAN OPTIMAL DALAM RANGKA CEGAH STUNTING. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6), 5562–5571.
- Shita, A., Bening, M., Zarli, H. H., & Putri, S. F. (2023). Pencegahan Stunting Melalui Program Demonstrasi Makanan Pendamping Asi (MPASI) Di Desa Kalirejo, Kecamatan Dringu, Kabupaten Probolinggo. *MARTABE : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6, 2484–2491.
- Susanti, R., Kadarisman, Y., & Ramadhani, Y. (2022). Peningkatan Kapasitas Ibu Rumah Tangga dalam Pencegahan Stunting Berbasis Pemanfaatan Potensi Lokal. *Amalee: Indonesian Journal of Community Research and Engagement*, 3(1), 113–122. <https://doi.org/10.37680/amalee.v3i1.1350>
- Talsma, E. F., Melse-Boonstra, A., & Brouwer, I. D. (2017). Acceptance and adoption of biofortified crops in low- and middle-income countries: A systematic review. *Nutrition Reviews*, 75(10), 798–829. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nux037>
- Valeriani, D., Wibawa, D., Wulandari, A., & Layal, K. (2023). PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA STUNTING MELALUI PRAKTEK PEMBUATAN MPASI DENGAN MEMANFAATKAN POTENSI PANGAN LOKAL. *Jurnal Abdi Insani*, 10(3), 1668–1677. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v10i3.1090>
- World Health Organization. (2021). *The UNICEF/WHO/WB Joint Child Malnutrition Estimates (JME) group released new data for 2021*. <https://www.who.int/news/item/06-05-2021-the-unicef-who-wb-joint-child-malnutrition-estimates-group-released-new-data-for-2021>
- Yang, Q., Wu, Z., Xie, Y., Xiao, X., Wu, J., Sang, T., Zhang, K., Song, H., Wu, X., & Xu, X. (2021). The impact of health education videos on general public's mental health and behavior during COVID-19. *Global Health Research and Policy*, 6(1). <https://doi.org/10.1186/s41256-021-00211-5>

## Halaman Ini Dikосongkan