GEMAKES: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Volume 6, Nomor 1 Tahun 2026, pp.189-195
eISSN : 2798-4826, DOI: 10.36082/gemakes.v6i1.2918
Open Access: https://ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id/index.php/gemakes

PENGUATAN KOMPETENSI PEMBUATAN MP-ASI BERBASIS PANGAN LOKAL UNTUK PENCEGAHAN STUNTING

Noor Rochmah Ida Ayu Trisno Putri[1]✉, Etika Dewi Cahyaningrum[2]

Corresponding author: idaayutrisno@gmail.com

[1,2] Jurusan Keperawatan, Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

Genesis Naskah: *29-12-2025, Revised: 16-02-2026, Accepted: 17-02-2026, Available Online: 18-02-2026*

Abstrak
Stunting menjadi permasalahan kesehatan yang berdampak panjang terhadap kualitas sumber daya manusia terutama di wilayah dengan kerentanan sosial dan ekonomi. Salah satu faktor utama yang berkontribusi terhadap stunting adalah pemberian Makanan Pendamping ASI yang tidak tepat, baik dari segi waktu, tekstur, porsi maupun kandungan gizi. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memperkuat kompetensi ibu dan pengasuh dalam pembuatan Makanan Pendamping ASI dari bahan pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting. Metode pelaksanaan dilakukan melalui pendekatan edukasi komunitas disertai dengan demostrasi dan praktik langsung pengolahan pangan lokal, melibatkan 135 ibu atau pengasuh bayi usia 6 hingga 24 bulan serta kader posyandu. Pengetahuan diukur menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intevensi. Hasil kegiatan memperlihatkan adanya peningkatan rerata skor pengetahuan setelah intervensi, yang menandakan penigkatan pemahaman terkait prinsip pemberian Makanan Pendamping ASI sesuai usia dan kebutuhan gizi anak. Penguatan kompetensi ibu melalui program edukasi komunitas dan pemanfaatan pangan lokal berpotensi mendukung perbaikan praktik pemberian Makanan Pendamping ASI serta berkontribusi dalam pencegahan stunting di tingkat komunitas.

Kata Kunci: Edukasi, Kompetensi, Pencegahan, Stunting

STRENGTHENING COMPETENCE IN MAKING LOCAL FOOD-BASED COMPLEMENTARY FEEDING FOR STUNTING PREVENTION

Abstract
Stunting is a public health problem with long-term consequences for the quality of human resources, particularly in areas with social and economic vulnerability. One of the main contributing factors to stunting is inappropriate complementary feeding practices, including aspects of timing, texture, portion size, and nutritional adequacy. This community service activity aimed to strengthen the competence of mothers and caregivers in preparing complementary foods based on local food resources as an effort to prevent stunting. The aim of this community service activity is to strengthen the competence of mothers and caregivers in making complementary foods for breast milk from local food ingredients as an effort to prevent stunting. The implementation method was carried out through a community education approach accompanied by demonstrations and direct practice of local food processing, involving 135 mothers or caregivers of babies aged 6 to 24 months and community health volunteers. Knowledge was assessed using questionnaires administered before and after the intervention. The results showed an increase in the mean knowledge score following the intervention, indicating improved understanding of appropriate complementary feeding principles according to the child's age and nutritional needs. Strengthening maternal competence through community education programs and the utilization of local food resources has the potential to improve complementary feeding practices and contribute to stunting prevention at the community level.

Keywords: Education, Competence, Prevention, Stunting

Pendahuluan

Permasalahan stunting menjadi prioritas beberapa negara termasuk Indonesia karena berdampak panjang terhadap kualitas sumber daya manusia (Salsabilla & Putri., 2024). Stunting mencerminkan kegagalan pemenuhan kebutuhan nutrisi anak dalam 1000 hari pertama kehidupan dan memberikan dampak panjang terhadap gangguan kognitif, penurunan produktivitas dan peningkatan risiko penyakit kronis pada tahap kehidupan selanjutnya (Dessie et al., 2025). Kejadian stunting anak usia dibawah 5 tahun dilaporkan oleh *World Health Organization* (WHO) mencapai 23,2% pada tahun 2024 dengan konsentrasi kasus tertinggi berada di wilayah Asia Selatan dan Asia Tenggara (WHO, 2025).

Prevalensi stunting di Indonesia mencapai 19.8%, dengan jumlah kasus tertinggi berada di wilayah Jawa Barat dengan 638.000 balita, Jawa Tengah 485.893 balita, dan Jawa Timur 430.780 balita. Kabupaten Banyumas menjadi salah satu wilayah di Jawa Tengah yang memiliki prevalensi stunting relatif tinggi di Jawa Tengah yaitu 19.6% melampaui rata-rata provinsi (Kementerian Kesehatan RI, 2025). Kondisi ini memperlihatkan bahwa penurunan stunting masih menjadi permasalahan serius yang perlu ditangani, terutama pada daerah yang memiliki kerentanan sosial dan ekonomi tinggi.

Salah satu determinan utama stunting adalah ketidaktepatan pemberian Makanan Pedamping ASI (MP-ASI) baik dari segi waktu pemberian, tekstur, jumlah, kandungan gizi makanan serta ukuran porsi yang diberikan (Ongprasert et al., 2025). Permasalahan ini semakin meningkat karena disertai adanya faktor penghambat seperti keterbatasan akses informasi kesehatan gizi, hingga rendahnya literasi pada ibu atau pengasuh (Maharani, 2024). Faktor demografi seperti usia ibu atau pengasuh yang relatif muda, status pekerjaan, peran pengambilan keputusan dalam rumah tangga, keterlibatan suami hingga usia bayi juga dinilai mempengaruhi ketidaktepatan pemberian MP-ASI dan stunting (Ayu, et al, 2024).

Tingginya kasus stunting juga berhubungan erat dengan kondisi kemiskinan extream yang menggambarkan adanya permasalahan struktural seperti rendahnya daya beli rumah tangga, terbatasnya akses pangan bergizi, sanitasi dan air bersih yang kurang memadai, serta terbatasnya pelayanan kesehatan dasar yang esensial bagi tumbuh kembang anak (Hasmyati et al., 2025). Hasil pemetaan wilayah tahun 2025 memperlihatkan beberapa wilayah di Kabupaten Banyumas yang memiliki prevalensi stunting tinggi juga memiliki tingkat pendidikan orang tua rendah, kondisi ekonomi rentan, serta akses informasi gizi terbatas.

Berbagai penelitian terkait tingginya stunting di beberapa wilayah memperlihatkan masih ditemukannya praktik pemberian makanan yag tidak sesuai dengan rekomedasi seperti pemberian madu atau air gula atau air mineral pada bayi dibawah 6 bulan (Maulani et al, 2025). Penelitian lain juga memperlihatkan banyak ibu atau pengasuh memberikan MP-ASI dini berupa air tajin, bubur pisang atau makanan lumat (Siagian et al., 2025). Praktik ini diperberat oleh minimnya edukasi dari tenaga kesehatan dan

kuatnya tradisi dalam pola pemberian MP-ASI (Apriani et al, 2022).

Upaya penurunan stunting berdasarkan kondisi tersebut memperlihatkan perlunya penguatan kapasitas keluarga melalui edukasi yang aplikatif dan berbasis komunitas. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menjadi penting dilakukan untuk memperkuat kompetensi orang tua atau pengasuh untuk pencegahan stunting lebih dini.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan pendekatan edukasi komunitas yang disertai dengan pemberian dukungan gizi berbasis pangan lokal. Kegiatan dipusatkan di wilayah desa Pageraji, Kecamatan Cilongok, yang menjadi salah satu wilayah prioritas percepatan penurunan stunting di Kabupaten Banyumas. Sasaran kegiatan ini adalah ibu, pengasuh bayi usia 6 hingga 24 bulan serta melibatkan kader posyandu.



Gambar 1. Pengisian Kuesioner

Tahap pertama kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan melakukan pengurusan perijinan kepada aparat Desa, Puskemas Cilongok I dan juga berkoordinasi dengan kader posyandu terkait waktu dan lokasi pelaksanaan. Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan memberikan kuesioner *pre-test* untuk mengukur pengetahuan awal peserta terkait praktik pemberian MP-ASI yang dipengaruhi oleh kebiasaan dan tradisi. Tahap selanjutnya pemaparan materi edukasi gizi balita mencakup prinsip MP-ASI sesuai usia anak, pengaturan tekstur, porsi, dan frekuensi, serta keamanan penyimpanan MP-ASI pada suhu ruang.



Gambar 2. Demonstrasi dan Praktik MP-ASI

Setelah diberikan edukasi, dilakukan tahapan inti kegiatan yaitu demonstrasi dan praktik langsung pengolahan bahan pangan lokal unggulan desa yaitu telur puyuh, singkong, dan gula kelapa menjadi menu MP-ASI menu MP-ASI opor telur puyuh dan singkong klemed. Selama kegiatan, peserta didorong untuk terlibat aktif dalam praktik pengolahan, pencicipan hasil olahan hingga diskusi terkait dengan MP-ASI. Tahap selanjutnya, peserta diberikan kuesioner post-test untuk melihat peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang MP-ASI. Tahap akhir dilakukan pembagian bantuan MP-ASI berupa bahan pangan dan suplemen gizi yang bertujuan memperkuat implementasi edukasi serta mengurangi hambatan ekonomi dalam penerapan praktik MP-ASI yang tepat.



Gambar 3. Diskusi Bersama Peserta



Gambar 4. Pembagian Bantuan MP-ASI

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan melibatkan 135 ibu dan atau pengasuh bayi usia 6 hingga 24 bulan serta melibatkan 6 kader posyandu yang berada di wilayah Desa Pageraji, Kecamatan Cilongok, Kabupaten Banyumas. Hasil pengabdian memperlihatkan bahwa karakteristik peserta didominasi oleh ibu usia produktif (25 hingga 29 tahun) dengan tingkat pendidikan sebagian besar pada jenjang SLTP, memiliki bayi mayoritas berusia 12 hingga 24 bulan, berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 1 Karakteristik Peserta

Variabel	Kategori	n	%
Usia Ibu	< 25 - 29 tahun	55	40.7
	30 – 34 tahun	37	27.4
	≥ 35 tahun	43	31.9
Pendidikan Ibu	SD	40	29.6
	SLTP	53	39.3
	SLTA	35	25.9
	Diploma	2	1.5
	S1	5	3.7
Usia Anak	6 – 8 bulan	18	13.3
	9 – 11 bulan	22	16.3
	12 – 24 bulan	95	70.4
Jenis Kelamin Anak	Laki-laki	74	54.8
	Perempuan	61	45.2

Tabel 2 Skor Pengetahuan MP-ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi

Pengukuran	Rerata (%)	SD	Min (%)	Max (%)
Pre-test	70	17.1	30	100
Post-test	81.4	13.5	41.7	100

Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan edukasi komunitas mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara konsisten yang diperlihatkan oleh kenaikan rerata skor pengetahuan dari 70% menjadi 81.4%. Selain terdapat peningkatan rerata, sebaran skor *post-test* lebih terfokus pada nilai yang lebih tinggi. Hal ini menandakan bahwa pendekatan edukasi bersifat aplikatif dan praktik, dapat secara efektif meningkatkan pemahaman ibu dengan latarbelakang sosiodemografi yang berbeda (Aryanti et al, 2024). Sejalan dengan penelitian lain yang memperlihatkan bahwa kegiatan pemberian edukasi interaktif yang disertai dengan demonstrasi secara langsung terbukti efektif

dalam meningkatkan partisipasi aktif dan pemahaman ibu dalam pola praktik pemberian MP-ASI (Yusuf, et al, 2025).

Usia ibu merupakan faktor penting dalam praktik pemberian MP-ASI. Hal ini berkaitan dengan kematangan secara kognitif, kesiapan psikososial serta pengalamanan pengambilan keputusan pola pengasuhan anak (Akinrinmade, 2024). Ibu yang berada pada rentang usia produktif (25 hingga 34 tahun) umumnya memiliki kapasitas lebih baik dalam hal memahami dan menerapkan rekomendasi perilaku kesehatan termasuk dalam prinsip pemberian MP-ASI yang tepat waktu, texture dan keragaman dari MP-ASI (Dessie, et al, 2025). Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang memperlihatkan bahwa ibu usia produktif cenderung memiliki praktik pemberian MP-ASI yang lebih baik dibandingkan ibu yang berusia sangat muda (Kubeka dan Modjadji, 2023). Praktik pemberian MP-ASI tidak hanya dipengaruhi oleh usia ibu namun juga dipengaruhi dari faktor pengetahuan, tingkat pendidikan dan juga pengalaman pengasuhan (Tariqujjaman et al, 2022). Kualitas praktik pemberian MP-ASI juga dipengaruhi tingkat pengetahuan dan pendidikan ibu. Penelitian sebelumnya menegaskan bahwa pengetahuan dan pendidikan ibu memiliki pengaruh yang signifikan dalam pola pemberian MP-ASI dan juga status gizi anak (Sudaryati et al, 2025).

Pemberian MP-ASI perlu menyesuaikan tahapan usia karena setiap fase memiliki kebutuhan dan risiko berbeda. Bayi berusia 6 – 8 bulan diberikan MP-ASI sebagai tahap pengenalan makanan dengan teksture lumat kental dan peningkatan frekuensi sceraa bertahap. Kesalahan teksture dan porsi dapat menghampat asupan endergi dan zat gizi anak (WHO, 2023). Usia 9 hingga 11 bulan merupakan fase transisi dengan peningkatan kebutuhan energi dan protein seiring perkembangan kemampuan oral-motorik, sehingga kurangnya penyesuaian tekstur dan variasi menu beresiko menyebab defisit asupan (Kubeka dan Modjadji, 2023). Sementara pada usia 12 – 24 bulan, perkembangan sensori oral dan munculnya selektivitas makan sering mendorong orang tua memilih makanan instan atau ultra-proses yang rendah kepadatan gizi, berpotensi menurunkan kualitas diet dan menghambat pertumbuhan optimal (Samantha & Shetty , 2025). Sehingga peningkatan edukasi orang tua terkait denga variasi menu, frekuensi MP-ASI, pemberian makanan responsif dan modifikasi makanan keluarga sesuai usia menjadi kunci pencegahan defisit gizi pada periode kritis ini.

Intervensi gizi menggunakan pendekatan komunitas seperti memberikan pendidikan gizi keluarga, pemantauan pertumbuhan, pemberian makanan tambahan, suplementasi nutrisi hingga program inovatif berbasis sumber pangan lokal terbukti efektif menurunkan status gizi anak dan meningkatkan status gizi (Mardani, et al, 2024).

Kondisi yang sama menjelaskan bahwa intervensi khususnya melalui pemberian edukasi secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu untuk mengatasi suatu permasalahan dan akan memiliki dampak besar jika dikombinasikan dengan adanya komunikasi perubahan perilaku, pemberian

suplementasi dan program terintegrasi antar sektor (Mardani, et al, 2024).

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan pendekatan edukasi komunitas disertai dengan pemberian dukungan gizi berbasis pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan atau pengasuh. Pendekatan edukasi yang aplikatif disertai dengan demonstrasi praktik langsung mampu menjangkau semua latar belakang pendidikan sehingga peningkatan pengetahuan lebih merata. Kebutuhan edukasi MP-ASI tidak hanya terbatas pada fase pengenalan makana pendamping tetapi juga pada penguatan praktik makanan keluarga yang tetap memperhatikan kebutuhan gizi, tekstur, dan keamanan pangan. Oleh karena itu, edukasi komunitas berbasis praktik dan pemanfaatan pangan lokal daerah menjadi startegi yang relevan dalam mendukung perbaikian praktik pemberian MP-ASI dan berkontribusi terhadap upaya pencegahan dan penurunan angka stunting di tingkat komunitas.

Pengembangam kegiatan selanjutnya, disarankan intervensi tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan namun juga diperlukan adanya pemantauan perubahan dalam praktik pemberian MP-ASI dan status gizi anak secara longitudinal.

Daftar Pustaka

Akinrinmade, R., Ogunba, B. O., Dagunro, O. R., & Amanam, E. M. (2024). Maternal psychosocial care and child feeding practices. *Tanzania Journal of Health Research,* 25(2), 730–740. https://doi.org/10.4314/thrb.v25i2.3

Apriani, N., Amalia, R., & Ismed, S. (2022). Hubungan Pengetahuan, Dukungan Keluarga dan Tradisi Dengan Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, *22*(2), 681. https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i2.1837

Aryanti, N., Sari, D., & Kalsum, U. (2024). Edukasi dan Pelatihan Pemberian Makan Bayi dan Anak dari Bahan Lokal bagi Ibu Balita dan Ibu Hamil. *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI), 5(2), 453–460. https://doi.org/10.36590/jagri.v5i2.1319*

Ayu, E.G., Gemebo, T.D., Nane, D. *et al.* Inappropriate complementary feeding practice and associated factors among children aged 6–23 months in Shashemene, Southern Ethiopia: a community-based cross-sectional study. *BMC Pediatrics **24**, 573 (2024). https://doi.org/10.1186/s12887-024-05040-2*

Hasmyati, Aswar, N. F., Aslam, A. P., Abadi, R. R., & Anwar, N. I. A. (2025). Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Masyarakat Pesisir Sulawesi Selatan. *Journal of Innovation Research and Knowledge, 4(8), 5843–5855*.

Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 Dalam Angka*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI

Kubeka, Z., & Modjadji, P. (2023). Association of stunting with socio-demographic factors and feeding practices among children under two years. *Children*, 10(8), 1280. *https://doi.org/10.3390/children10081280*

Maharani, D. et al. (2024). Literasi kesehatan ibu dan anak kalangan ibu PKK masyarakat Kecamatan Payakumbuh Timur. *Informatio : Journal of Library and Information Science, 4(2),pp. 165–178*

Mardani, R.A.D., Wu, W.R., Hajri, Z., Thoyibah, Z., Yolanda, H. and Huang, H.C., 2024. Effect of a nutritional education program on children's undernutrition in Indonesia: a randomized controlled trial. *Journal of Pediatric Health Care, 38(4), pp.552–563*. https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2024.02.006

Maulani, T.S.A., Nurdin, B.V., Wibisono, D. (2025). Stunting: Budaya Makan Pada Balita di Kampung Nelayan Modern Pulau Pasaran Kecamatan Teluk Betung Timur Kota Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Sosiologi (Sociologie), 4(1), 14-24.*

Ongprasert, K., Chawachat, J., Wungrath, J. *et al.* Prevalence and determinants of inappropriate complementary feeding practices among children aged 6–23 months in Chiang Mai, Northern Thailand: a cross-sectional study. *BMC Public Health **25**, 2043 (2025).* https://doi.org/10.1186/s12889-025-23293-z

Samanta S, Shetty A P (December 03, 2025) Assessing Child Feeding Practices Among Parents of

Hospitalized Children in A Tertiary Care Hospital in Bhubaneswar, India. *Cureus, 17(12), e98420*. https://doi.org/10.36341/jomis.v9i1.5328

Siagian, D. S., Riska, H., Khoirunnisa, F. N., & Devi, N. (2025). Ketepatan pemberian MP-ASI: Pengaruh dukungan keluarga dan konteks budaya. *JOMIS (Journal of Midwifery Science), 9*(1), 41–50. https://doi.org/10.36341/jomis.v9i1.5328

Tariqujjaman, M., Hasan, M. M., Mahfuz, M., Hossain, M., & Ahmed, T. (2022). Association between Mother's Education and Infant and Young Child Feeding Practices in South Asia. *Nutrients*, *14*(7), 1514. https://doi.org/10.3390/nu14071514

Widaryanti, R., Kartasurya, M. I., Rahfiludin, M. Z., & Nugraheni, S. A. (2025). Impact of Community-Based Nutrition Interventions on Children with Undernutrition Aged 6-23 Months: A Systematic Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI), 9(1),* 179-197. https://doi.org/10.56338/mppki.v9i1.8633

World Health Organization. (2023). *Guiding for complementary feeding of infant and young children 6-23 month of age*. Geneva: WHO

World Health Organization. (2025). *World health Statistics 2025: Monitoring Health For The SDGs*. Geneva: World Health Organization

Yusuf, N. N., Supiani, Siswari, B. D., & Yuliani, M. (2025). Penyuluhan dan Demonstrasi Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA). *Bhakti Patrika, 1(2), p.55–60.* https://doi.org/10.64408/bp.2025.1233