

**Edukasi Pengolahan Menu dan Porsi Makan Balita sebagai  
Upaya Pencegahan Stunting di Kabupaten Bogor**  
*Education on Complementary Food Processing and Meal Portions for the  
Under-Five Children as An Effort to Prevent Stunting in Bogor District*  
**Nunung Cipta Dainy<sup>1\*</sup>, Rosyanne Kushargina<sup>2</sup>, Khoirul Anwar<sup>3</sup>, Dadang Herdiansyah<sup>4</sup>**

<sup>1,2</sup> Program Studi Sarjana Gizi, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Sarjana Gizi, Universitas Sahid, Jakarta, Indonesia

<sup>4</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, Indonesia

*Abstract*

*Stunting occurs because children do not get adequate nutritional intake for growth and development. Various factors can affect children's nutritional intake, including mothers' lack of knowledge about how many food portions should be given to children to meet their energy, macronutrient, and micronutrient needs. This community service activity aims to increase mothers' knowledge about meal portions. Educational activities are conducted using the demonstration method of food processing for toddlers and counseling on balanced nutrition portions for toddler food. The participants of this activity were 22 mothers who have children under five years old in RW.3 Padasuka Village, Ciomas District, Bogor Regency. Maternal knowledge about the portion of food for toddlers was measured by a questionnaire before and after the activity. The results of filling out the questionnaire showed an increase in maternal knowledge by 21 points. The average value of maternal knowledge before the activity was 59, while the average value after the activity was 80. In conclusion, educational activities increased maternal knowledge about the number of food portions for toddlers. It is expected that mothers of toddlers can apply their expertise in feeding practices for children.*

**Keywords:** digital business ecosystem, village empowerment, one village one product

**Article history:**

Submitted 11 Desember 2023

Accepted 11 Juni 2024

Published 14 Juni 2024

**PUBLISHED BY:**

Sarana Ilmu Indonesia (salnesia)

**Address:**

Jl. Dr. Ratulangi No. 75A, Baju Bodoa, Maros Baru,  
Kab. Maros, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia

**Email:**

[info@salnesia.id](mailto:info@salnesia.id), [jagri@salnesia.id](mailto:jagri@salnesia.id)

**Phone:**

+62 85255155883



### Abstrak

Stunting terjadi karena anak tidak mendapatkan asupan gizi yang mencukupi untuk tumbuh kembangnya. Ada berbagai faktor yang dapat memengaruhi kurangnya asupan gizi pada anak, salah satunya kurangnya pengetahuan ibu tentang berapa banyak porsi makanan yang harus diberikan kepada anak untuk memenuhi kebutuhan energi, zat gizi makro dan zat gizi mikro. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang porsi makan. Kegiatan edukasi dilakukan dengan metode demonstrasi pengolahan makanan untuk balita serta penyuluhan tentang porsi gizi seimbang untuk makanan balita. Peserta kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak usia balita di RW.03 Kelurahan Padasuka Kecamatan Ciomas Kabupaten Bogor sebanyak 22 orang. Pengetahuan ibu tentang porsi makan balita diukur dengan kuesioner pada saat sebelum kegiatan dan setelah pelaksanaan kegiatan. Hasil pengisian kuesioner terdapat peningkatan pengetahuan ibu sebesar 21 poin. Rata-rata nilai pengetahuan ibu sebelum kegiatan adalah 59, sedangkan rata-rata nilai pengetahuan ibu setelah kegiatan adalah 80. Kesimpulannya kegiatan edukasi berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang jumlah porsi makanan balita. Ibu balita diharapkan dapat menerapkan pengetahuannya dalam praktik pemberian makan bagi anak.

**Kata Kunci:** edukasi, gizi seimbang, porsi makan balita, stunting

\*Penulis Korespondensi:

Nunung Cipta Dainy, email: [nciptadainy@gmail.com](mailto:nciptadainy@gmail.com)



*This is an open access article under the CC-BY license*

### PENDAHULUAN

Kabupaten Bogor memiliki sebanyak 40 kecamatan, salah satunya adalah Kecamatan Ciomas. Kecamatan Ciomas memiliki letak berbatasan dengan Kota Bogor sehingga karakteristik wilayah ini termasuk kedalam sub-urban. Kelurahan Padasuka adalah salah satu dari 3 wilayah Kecamatan Ciomas yang merupakan lokus stunting berdasarkan SK Bupati Kabupaten Bogor Tahun 2021 (Rohmalia *et al.*, 2022). Kondisi terkini di Kelurahan Padasuka, data kejadian stunting pada tahun 2021 terdapat lebih dari 100 orang balita yang stunting, di tahun 2022 menurun menjadi 50 orang. Beberapa kegiatan di tahun 2022 telah dilakukan sebagai upaya untuk menurunkan angka stunting. Salah satu kegiatan pengabdian masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta di Kelurahan Padasuka telah terlaksana terkait dengan Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT). Kegiatan DASHAT pada saat itu dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan kader posyandu. Manfaat yang diperoleh dari kegiatan pengmas tersebut dirasakan oleh kader dan saat ini masih berjalan program pemberian makanan sehat berbasis pangan lokal yang diprakarsai oleh kader yang telah mendapatkan pelatihan DASHAT.

Walaupun angka stunting telah menurun, namun program pendampingan untuk menurunkan hingga tercapai *zero*-stunting masih tetap perlu dilakukan. Jika para kader posyandu kini telah mendapatkan keterampilan dalam penyusunan menu dan pengelolaan dapur sehat, maka para ibu yang memiliki balita perlu diberikan pengetahuan dan keterampilan serupa. Hal ini untuk menurunkan angka ketergantungan keluarga pada program pemberian makanan sehat yang diselenggarakan oleh pemerintah setempat. Khawatirnya jika suatu saat pelaksanaan program tersebut mengalami kendala, para ibu balita tersebut telah memiliki pengetahuan dan

keterampilan yang baik dalam mengolah dan memberikan makanan sehat bagi anaknya sesuai porsi yang dianjurkan.

Hasil penelitian sebelumnya, didapatkan sebanyak 41 orang anak balita yang mengalami stunting dan berasal dari keluarga dengan karakteristik yang relatif tidak berbeda secara statistik dengan balita normal (Kusumaningati dan Dainy, 2024). Akan tetapi pada dasarnya stunting terjadi karena anak tidak mendapatkan asupan gizi yang mencukupi untuk tumbuh kembangnya. Ada berbagai faktor yang dapat memengaruhi kurangnya asupan gizi pada anak, salah satunya yang menjadi fokus pada kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu dalam memberikan makanan pada anak. Para ibu hanya berusaha memberikan makan anaknya menggunakan perkiraan atau hingga anaknya merasa kenyang. Ibu tidak paham berapa banyak kebutuhan gizi anak sesuai umurnya yang terdiri dari energi, zat gizi makro dan zat gizi mikro. Selain itu, juga faktor kurangnya keterampilan ibu dalam praktik pemorsian jumlah makanan dan pemberian makan pada anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi anak dalam satu hari dengan cara memberikan edukasi tentang porsi makanan balita sesuai pedoman gizi seimbang dan memberikan contoh pengolahan makanan balita dengan porsi yang tepat.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Oktober 2023 bertempat di Majelis Taklim RW.03 Kelurahan Padasuka Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Peserta kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak usia balita sebanyak 22 orang. Metode yang digunakan dalam melakukan edukasi pada masyarakat berupa praktik demo masak menu sehat untuk anak balita dan penyuluhan menggunakan media presentasi serta diskusi dua arah dengan peserta.

**Tabel 1. Susunan acara kegiatan**

Waktu	Kegiatan	Keterangan
08.00-08.30	Registrasi peserta	Kader dan Mahasiswa
08.30-08.45	Pembukaan acara	Tim Dosen
08.45-09.00	<i>Pre-test</i>	Mahasiswa
09.00-10.00	Praktik pengolahan menu makanan sehat untuk anak balita	Tim Dosen
10.00-11.00	Edukasi gizi seimbang dan porsi makan anak balita	Tim Dosen
11.00-11.15	<i>Post-test</i> dan pembagian makanan hasil praktik	Mahasiswa
11.15-11.30	Penutupan kegiatan	Tim Dosen

Kegiatan dilaksanakan dengan empat tahapan, yaitu: 1) Tahap persiapan lapang. Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat berkoordinasi dengan kader posyandu RW.03 Kelurahan Padasuka dan pengurusan perijinan pelaksanaan kegiatan kepada pihak Kelurahan dan Ketua RW setempat. Para kader membantu menyampaikan undangan kepada ibu yang memiliki balita di wilayah RW.03. 2) Tahap pembuatan media edukasi. Pada tahap ini tim pengabdian masyarakat menyusun media untuk memudahkan peserta memahami materi edukasi yang diberikan. Media disusun dalam

bentuk kalender tahun 2024 yang ditambahkan resep menu untuk balita (gadon ayam tahu) serta kandungan gizi per porsinya. 3) Tahap pelaksanaan edukasi. Edukasi dilaksanakan dengan susunan kegiatan pada Tabel 1. 4) Tahap evaluasi. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan membandingkan hasil pengisian *pre-test* dan *post-test* oleh peserta kegiatan. Formulir *pre-test* berisikan 10 buah pertanyaan yang sama dengan formulir *post-test*. Jenis pertanyaan berupa soal dengan tiga pilihan jawaban, peserta diminta untuk memilih satu jawaban yang dianggap benar. Pertanyaan yang diajukan terkait dengan materi edukasi yakni tentang gizi seimbang dan porsi makanan balita. Kegiatan ini dianggap berhasil jika hasil *post-test* lebih tinggi dibandingkan dengan *pre-test*.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta yang hadir pada kegiatan ini berjumlah 22 orang ibu balita yang berasal dari RW.03 Kelurahan Padasuka. Setiap peserta yang hadir membawa serta anak balitanya, namun kegiatan tetap berlangsung lancar karena didukung oleh fasilitas ruangan yang cukup luas dan nyaman sehingga anak-anak dapat bermain disaat para ibu harus menyimak materi yang disampaikan oleh tim pengabdian masyarakat.

#### Praktik pengolahan menu sehat untuk anak balita

Kegiatan praktik pengolahan menu sehat untuk anak balita ini berlangsung lancar. Praktik pengolahan menu dilakukan dengan memasak langsung dihadapan peserta. Setiap peserta mendapatkan media edukasi berupa kalender resep menu gadon ayam tahu serta kandungan gizi untuk satu porsinya (Gambar 1).

**Resep MP-ASI (Usia 9 bulan)**  
**GADON AYAM TAHU**  
3 Porsi

**Bahan**

- Kentang, potong dadu kecil 600 gr
- Buncis, iris tipis 50 gr
- Wortel, potong dadu kecil 50 gr
- Telur ayam 30 gr
- Daging ayam giling 100 gr
- Santan kentang 15 gr
- Tahu putih 100 gr
- Minyak goreng untuk menumis 1 sdt
- Bawang merah, haluskan 8 siung
- Bawang putih, haluskan 5 siung
- Sereh, memarkan 1/2 batang
- Daun salam 1 lembar

**Cara Membuat:**

1. Tumis bawang merah, bawang putih hingga harum, masukkan sereh dan salam.
2. Masukkan wortel, buncis, dan kentang, tambahkan air secukupnya.
3. Setelah sayuran sedikit empuk tambahkan santan, masak hingga matang sisihkan.
4. Campurkan ayam dan tahu yang telah dihaluskan, lalu campurkan dengan tumisan sayuran.
5. Tambahkan telur yang telah dikocok, aduk rata.
6. Cetak menggunakan cetakan atau daun pisang, kukus hingga matang
7. Gadon siap disajikan

**KANDUNGAN GIZI**  
Kandungan Gizi (per porsi):  
• Energi: 244 Kal  
• Protein: 12,53 gr  
• Lemak: 3,23 g  
• Karbohidrat : 28,26 gr

**CALENDER 2024**

**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA**  
Edukasi dan Konseling Gizi Balita  
Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan & Keterampilan Ibu dalam Penanganan Stunting Di Kabupaten Bogor

Gambar 1. Media edukasi kegiatan

Tim pengabdian masyarakat sesekali memberikan pertanyaan kepada peserta tentang manfaat dan kandungan gizi dari bahan pangan yang digunakan untuk

menambah pengetahuan peserta. Menu gadon ayam tahu merupakan menu yang dapat dikonsumsi sebagai makanan utama maupun selingan pendamping ASI pada baduta. Kandungan yang terdapat di dalam menu tersebut berupa karbohidrat, protein, lemak, serat, serta vitamin dan mineral. Makanan pendamping ASI (MPASI) adalah langkah penting dalam memperkenalkan anak pada berbagai jenis makanan selain ASI atau susu formula. Memastikan MPASI mencakup semua zat gizi yang dibutuhkan, seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air, adalah kunci untuk pertumbuhan dan perkembangan yang sehat bagi anak. Selain itu, kebersihan dan keamanan makanan sangat penting untuk mencegah infeksi dan penyakit yang mungkin timbul dari konsumsi makanan yang tidak bersih atau tidak aman (Septikasari, 2018).

Masyarakat Indonesia terbiasa dengan mengolah MPASI berbahan dasar beras sebagai pangan pokok. Akan tetapi, sebenarnya pengolahan MPASI dapat menggunakan bahan pangan pokok lain, misalnya kentang yang harganya relatif lebih murah serta mudah diperoleh. Kentang merupakan salah satu umbi yang dapat menjadi pilihan makanan pokok untuk MPASI (Linnaja dan Fuadi, 2022) sekaligus menambah keberagaman pangan serta asupan gizi anak. Kentang dapat diolah menjadi berbagai olahan makanan baik menu tradisional hingga menu modern yang menarik untuk anak-anak (Sholichah *et al.*, 2023). Kentang juga dapat ditepungkan dan menjadi salah satu bahan baku untuk membuat biskuit bayi yang bebas dari gluten (Febrianti, 2020). Tidak adanya kandungan gluten pada kentang menjadi potensi tepung kentang dijadikan bahan baku berbagai makanan untuk anak berkebutuhan khusus (Probosari *et al.*, 2015). Setiap porsi menu gadon ayam tahu terdapat 200 g kentang, oleh karena itu bila akan dikonsumsi sebagai makanan utama tidak perlu lagi dikonsumsi dengan nasi. Hasil Tinjauan Strategis Ketahanan Pangan dan Gizi di Indonesia menunjukkan, hingga saat ini pola konsumsi masyarakat Indonesia belum seimbang yang mana masih didominasi oleh asupan karbohidrat (Arif *et al.*, 2020).



**Gambar 2. Dokumentasi praktik pengolahan menu sehat gadon ayam tahu**

Ayam dan telur pada menu gadon ayam tahu menjadi sumber protein hewani. Protein dibutuhkan oleh baduta untuk pertumbuhan linier dan perkembangan (Pijaryani, 2018). Asupan protein hewani dapat mencegah stunting pada baduta (Rahmawati, 2023). Hasil penelitian sebelumnya juga telah membuktikan hubungan antara keragaman asupan protein hewani dengan kejadian stunting (Sari *et al.*, 2022). Menu ini dapat digunakan sebagai menu untuk mencegah stunting karena mengandung dua jenis protein hewani di mana salah satunya adalah telur. Konsumsi satu telur/hari digalakkan untuk pencegahan stunting saat ini di Indonesia (Leke *et al.*, 2023). Tidak hanya protein hewani, menu ini juga memiliki kandungan protein hewani yang berasal dari tahu putih.

Tahu dan tempe merupakan olahan kedelai yang merupakan pangan lokal dan biasa dikonsumsi masyarakat Indonesia. Tahu telah banyak digunakan sebagai MPASI baik untuk makanan utama maupun selingan (Sofiyatin, 2022). Asupan protein penting untuk dipenuhi karena saat ini asupan protein masyarakat Indonesia belum mencukupi (Arif *et al.*, 2020).

Tinjauan Strategis Ketahanan Pangan dan Gizi di Indonesia juga menunjukkan Indonesia mengalami defisiensi serat dan zat gizi mikro (Arif *et al.*, 2020). Hal ini menyebabkan terjadinya *triple burden malnutrition* di mana terjadi masalah gizi kurang, gizi lebih, dan kekurangan zat gizi mikro (Rah *et al.*, 2021). Menu gadon ayam tahu memiliki kandungan serat dari wortel dan buncis yang digunakan sebagai campuran bahan. Kurangnya asupan sayur pada anak menjadi faktor risiko terjadinya obesitas (Dewi, 2015). Baduta dianjurkan mengonsumsi 11 g serat/hari (Permen, 2019). Olahan menu gadon ayam tahu ini dapat membantu meningkatkan asupan sayuran pada baduta, dimana sayuran dicampur di bagian dalam menjadi satu dengan kentang, ayam, dan tahu. Dukungan orang tua penting untuk meningkatkan konsumsi sayur pada anak (Lubis dan Sekarasih, 2018). Edukasi manfaat sayur pada anak dan lingkungan terdekatnya harus terus dilakukan. Selain edukasi kegiatan pelatihan penanaman sayuran hidroponik di halaman rumah juga dapat dilakukan untuk meningkatkan konsumsi sayur (Rohmalia dan Kushargina, 2021). Dokumentasi kegiatan praktik pengolahan menu sehat dapat dilihat pada Gambar 2.

### Penyuluhan gizi seimbang dan porsi makan anak balita

Materi penyuluhan disampaikan dengan teknik ceramah menggunakan alat bantu slide presentasi serta *food model* sebagai contoh visualisasi besar porsi makan untuk anak balita. Pada setiap sub materi peserta diberikan waktu untuk bertanya dan berdiskusi. Peserta sangat antusias dengan materi yang disampaikan dan banyak pertanyaan yang diajukan terkait dengan jumlah porsi makan balita. Penjelasan besar porsi dengan menggunakan *food model* sangat membantu peserta dalam memperkirakan porsi makanan yang diberikan kepada anak. Peserta menjadi tahu apakah makanan yang diberikan kepada anaknya sudah memenuhi anjuran porsi gizi seimbang atau belum. Dokumentasi kegiatan penyuluhan dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Dokumentasi penyuluhan gizi seimbang untuk anak balita

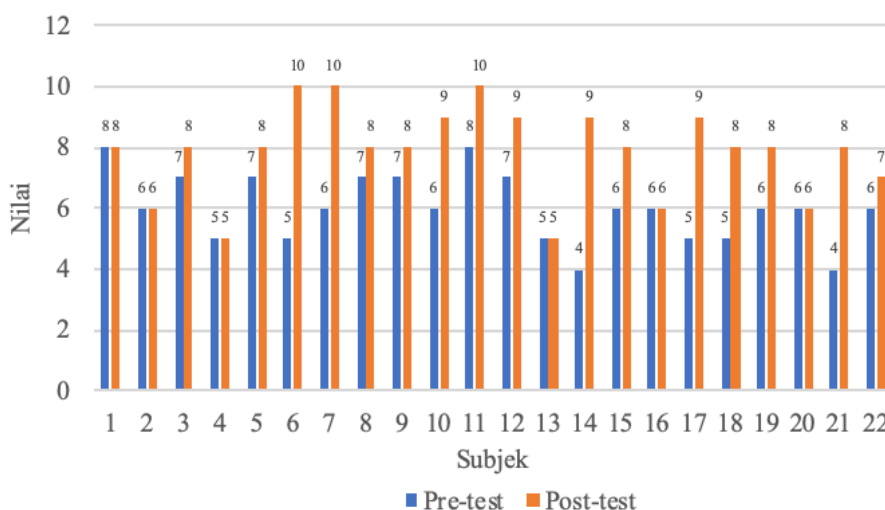
Penyuluhan dilakukan pada orang tua baduta. Pengetahuan gizi dan pangan ibu dalam praktik pemberian makan bagi anak merupakan faktor penting yang akan memengaruhi status gizi anak (Masitah, 2022). Edukasi mengenai Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) efektif meningkatkan pengetahuan gizi ibu untuk pencegahan stunting (Putri *et al.*, 2022). Edukasi yang diberikan dapat mengacu pada berbagai

pedoman yang telah dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan seperti Pedoman Gizi Seimbang (Permen, 2014) dan pedoman pemberian makan untuk anak usia 6-23 bulan yang ditetapkan oleh WHO (World Health Organization, 2023). Metode yang digunakan dalam penyampaian materi penyuluhan adalah metode ceramah interaktif. Metode ini dapat meningkatkan keaktifan peserta dan mendukung pencapaian materi (Hidayati, 2022). Peserta dapat bertanya langsung saat sesi pemaparan oleh narasumber tanpa menunggu sesi paparan berakhir.

### Evaluasi Kegiatan

Pada formulir *pre-test* dan *post-test* terdapat 10 pertanyaan, jika peserta menjawab benar pada seluruh pertanyaan maka nilai yang diperoleh adalah 10. Hasil pengisian formulir *pre-test* dan *post-test* peserta dapat dilihat pada Gambar 4. Pada hasil *pre-test* nilai tertinggi yang diperoleh peserta adalah delapan (8), nilai terendah adalah empat (4) dan rata-rata nilai mencapai 5,9. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan peserta tentang gizi seimbang dan porsi makan anak balita masih kurang. Pertanyaan yang paling sulit dijawab terkait dengan apakah konsep gizi seimbang sama dengan 4 sehat 5 sempurna. Saat *pre-test*, 100% subjek menjawab salah, namun saat *post-test* terdapat sebanyak 25% subjek menjawab benar.

Hasil *post-test* terlihat bahwa sebagian besar peserta mengalami peningkatan nilai. Nilai tertinggi mencapai 10, sedangkan nilai terendah adalah lima (5) dengan rata-rata nilai meningkat menjadi 8,0. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berhasil memberikan tambahan pengetahuan pada peserta. Peserta yang menghasilkan nilai maksimal (nilai 10) pada *post-test* terdapat sebanyak tiga orang, namun masih ada dua orang peserta yang belum mengalami peningkatan nilai. Hal tersebut dimungkinkan karena peserta tersebut kurang fokus karena kondisi balitanya yang meminta perhatian lebih.



**Gambar 4.** Nilai *pre-test* dan *post-test* peserta kegiatan

Suasana yang tidak kondusif dapat memengaruhi fokus ibu dan penerimaan ibu terhadap materi penyuluhan yang diberikan. Terjadi sedikit peningkatan pengetahuan ibu, ditandai dengan penurunan persentase pengetahuan ibu pada kategori rendah dari 60% menjadi 45%, yang diduga disebabkan suasana penyuluhan yang sulit membuat ibu fokus menerima materi yang diberikan (Nurpratama *et al.*, 2023). Pada kegiatan

pengabdian kepada masyarakat ini, ibu memang diminta membawa baduta karena kegiatan bersamaan dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan/panjang badan anak oleh kader posyandu. Ini dapat meningkatkan keaktifan ibu dan baduta pada kegiatan posyandu (Sintiawati *et al.*, 2021). Peningkatan pengetahuan adalah tahap awal terjadinya perubahan perilaku terkait gizi dan kesehatan (Ade, 2020). Perlu dilakukan penyuluhan gizi berulang secara berkala untuk meningkatkan kesadaran gizi ibu dan mendukung perubahan perilaku gizi dan kesehatan dalam rangka mewujudkan status gizi baik pada baduta dan mendukung tumbuh kembang yang optimal.

### KESIMPULAN

Kegiatan praktik pengolahan menu sehat bagi anak balita dan penyuluhan gizi seimbang dan porsi makan anak balita berhasil meningkatkan pengetahuan ibu dari rata-rata nilai 5,9 menjadi 8,0. Sebanyak 90% peserta yang hadir mengalami peningkatan pengetahuan. Masih adanya 10% peserta yang belum mengalami peningkatan pengetahuan mungkin dikarenakan fokus peserta untuk menyimak penyuluhan terbagi dengan menjaga anaknya yang memerlukan perhatian lebih. Oleh karena itu, saran untuk kedepannya jika menyelenggarakan kegiatan edukasi untuk ibu yang membawa anak balita, tim panitia perlu menyediakan arena bermain anak, agar ibu dapat lebih fokus menyimak materi yang disampaikan.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada LPPM UMJ atas dana Hibah Internal Pengabdian Masyarakat Tahun 2023 yang diberikan. Kami juga mengucapkan terimakasih kepada Bapak Lurah Kelurahan Padasuka Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor, Jawa Barat yang selalu mendukung dan memudahkan proses administrasi sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana. Kami juga mengucapkan terimakasih atas bantuan para Kader Posyandu RW.03 Kelurahan Padasuka, dan Ibu Sri Damayanti sebagai Koordinator Kader Posyandu Kelurahan Padasuka, sehingga rangkaian kegiatan ini berlangsung dengan lancar.

### DAFTAR PUSTAKA

- Ade A. 2020. Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Perubahan Pengetahuan dan Perilaku Ibu dalam Pemberian MP-ASI. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia*: 1(1): 38-46. <https://doi.org/10.57084/jigzi.v1i1.325>.
- Arif S, Isdijoso W, Tamyis AR, Fatah AR. 2020. Strategic Review of Food Security and Nutrition in Indonesia: 2019-2020 Update. In The SMERU Research Institute.
- Dewi MC. 2015. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Obesitas. *Jurnal Majority*, 4(8): 53-56.
- Febrianti A. 2020. Pengaruh Suhu Pemanggangan dan Penambahan Tepung Komposit Berbasis Labu Kuning (*Cucurbita Moschata*) terhadap Kualitas Fisikokimia dan Organoleptik Biskuit Bayi. [Laporan Akhir]. Palembang: Politeknik Negeri Sriwijaya.
- Hidayati H. 2022. Belajar Pembelajaran Dalam Metode Ceramah. Thesis Commons. <https://doi.org/10.31237/osf.io/hnfy5>.
- Leke JR, Kiroh H, Siahaan R. 2023. Kandungan Protein Telur Terhadap Penurunan Stunting: Prosiding Seminar Nasional Teknologi dan Agribisnis Peternakan X.



- Purwokerto: 20-21 Juni. Hal. 223-226.
- [Permen] Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. 2019.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang. 2014.
- Kusumaningati W, Dainy NC. 2024. Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Anak Usia 6-59 bulan: Penelitian Kasus-Kontrol di Wilayah Sub Urban. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 6(1): 147–158. <https://salnesia.id/jika/article/view/752/371>.
- Lubis AC, Sekarasih L. 2018. Dukungan Orang Tua kepada Remaja di Kota Bogor untuk Mengonsumsi Sayur dan Buah. *Media Gizi Indonesia*. 141-150. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i2.141-150>.
- Rahmawati W. 2023. Cegah Stunting dengan Protein Hewani: Tinjauan Naratif. *Jurnal Gizi Mandiri*. 1(1): 16-26. <https://doi.org/10.33761/jgm.v1i1.1006>.
- Masitah R. 2022. Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan Ibu Berkaitan dengan Stunting, ASI Eksklusif dan MPASI. *Journal of Innovation Research and Knowledge*. 2(3): 673-677. <https://doi.org/10.53625/jirk.v2i3.3123>.
- Linnaja N, Fuadi SI. 2022. Peranan Workshop Pengolahan Mie Spaghetti untuk Pemulihan Gizi Balita Stunting di Desa Kaliwiro Kecamatan Kaliwiro Kabupaten Wonosobo. *SAFARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 2(2): 19-31. <https://doi.org/10.56910/safari.v2i2.154>.
- Nurpratama WL, Puspasari K, Ekawati N, Annisa S, Astuti T. 2023. Penyuluhan Pentingnya Penimbangan pada Balita di Posyandu Merpati 3 Desa Karang Asih Kecamatan Cikarang Utara. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. 7(1): 90-93. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.13157>.
- Pijaryani I. 2018. Hubungan Asupan Protein, Omega 3, Omega 6 dan Zink terhadap Tumbuh Kembang Balita. *Jurnal Media Kesehatan*. 8(2): 150-156. <https://doi.org/10.33088/jmk.v7i2.239>.
- Probosari RM, Harlita, Ariani, SRD, Ramli M. 2015. Potensi Aneka Tepung Gluten Free-Casein Free Berbahan Dasar Umbi Sebagai Substitusi Tepung Terigu Bagi Anak Autis: Seminar Nasional Konservasi dan Pemanfaatan Sumber Daya Alam. Januari. Hal. 156-159.
- Putri I, Zuleika T, Murti RAW, Humayrah W. 2022. Edukasi Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Balita di Posyandu Angrek, Bogor Selatan, Jawa Barat. *Darmabakti: Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1): 48-55. <https://doi.org/10.31102/darmabakti.2022.3.1.48-55>.
- Rah JH, Melse-Boonstra A, Agustina R, van Zutphen KG, Kraemer K. 2021. The Triple Burden of Malnutrition Among Adolescents in Indonesia. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(1S): S4–S8. <https://doi.org/10.1177/03795721211007114>.
- Rohmalia D, Kamila F, Rejeki S, Evani A, Hasanah NZ, Nurzahra K, Alifiah N, Ardiani HE, Puspitasari E, Musdalifa I. 2022. Pemanfaatan Pangan Lokal sebagai Makanan Alternatif Pencegahan Anemia Ibu Hamil dalam Rangka Percepatan Pencegahan Stunting di Indonesia. [Laporan Akhir Hibah].
- Rohmalia D, Kushargina R. 2021. Pentingnya Penuhi Asupan Serat dengan Kebun Gizi (Pesan Kenzi). *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)*. 2(2): 69-76. <https://doi.org/10.36590/jagri.v2i2.167>.
- Sari HP, Natalia I, Sulistyoning AR, Farida F. 2022. Hubungan Keragaman Asupan Protein Hewani, Pola Asuh Makan, dan Higiene Sanitasi Rumah dengan Kejadian

- Stunting. *Journal of Nutrition College*. 11(1): 18-25. <https://doi.org/10.14710/jnc.v11i1.31960>.
- Septikasari M. 2018. *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: UNY Press.
- Sholichah RAU, Atiqoh L, Mujtahidah M, Ulayya NS, Dewanti R, Andiarna F. 2023. Pemberdayaan Kader Gerbangmas Melalui Sosialisasi Pembuatan Makanan Tambahan Chutang (Churros Kentang) bagi Baduta di Desa Kaliboto Kidul Kecamatan Jatiroto Kabupaten Lumajang dengan Pendekatan Community-Based Research (CBR). *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*. 4(1): 69-77. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.156>.
- Sintiawati N, Suherman M, Saridah I. 2021. Partisipasi Masyarakat Dalam Mengikuti Kegiatan Posyandu. *Lifelong Education Journal*. 1(1): 91-95. <https://doi.org/10.59935/lej.v1i1.2>.
- Sofiyatin R. 2022. Makanan Selingan Berbasis Pangan Lokal untuk Anak Usia 3-5 Tahun dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*. 3(2): 11-15. <https://doi.org/10.32807/jpms.v3i2.891>.
- World Health Organization. 2023. *WHO Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months of Age*.