



Upaya Penurunan Angka Stunting dengan Peningkatan Pengetahuan Pangan Lokal dalam Pemberian MPASI

Riska Arsita Harnawati^{1*}, Nora Rahmanindar², Istiqomah Dwi Andari³, Dheffi Nanta Zhyakiyah⁴ dan Cyrilla Azzahra Athir Fauzi⁵

¹⁻⁵Universitas Harkat Negeri

*Email koresponden: riskaarsita23@gmail.com

ARTIKEL INFO

Article history

Received: 17 Jul 2025

Accepted: 6 Okt 2025

Published: 30 Nov 2025

Kata kunci:

MPASI¹,
Nutrisi²,
Pangan lokal³,
Tumbuh kembang
anak⁴,
Stunting⁵

Keywords:

Complementary
Feeding¹,
Nutrition²,
Local Food³,
Child Development⁴,
Stunting⁵

ABSTRAK

Background: Stunting menjadi salah satu permasalahan utama dalam pembangunan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini tidak hanya menunjukkan adanya kekurangan gizi yang berlangsung lama, tetapi juga berhubungan dengan keterlambatan perkembangan kognitif, penurunan fungsi kekebalan tubuh, serta meningkatnya risiko munculnya penyakit tidak menular di kemudian hari. Angka prevalensi stunting Kabupaten Tegal tahun 2019 untuk anak usia <5 tahun yaitu 5.9% atau mencapai 5.896 orang. Pada tahun 2020 mencapai 12.05% atau 9.336 orang dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 12.33% atau 10.843. Tujuan PKM ini adalah untuk memberikan informasi pada kader dan ibu balita mengenai pemanfaatan pangan lokal dalam pemberian MPASI sehingga masyarakat dapat memaksimalkan penggunaan pangan lokal. Kegiatan PKM dilaksanakan di Kelompok Kader Posyandu Widodo Desa Gumayun Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal dengan peserta kader dan wanita yang memiliki anak balita. **Metode:** yang digunakan dalam kegiatan yaitu penyuluhan. **Hasil:** dari kegiatan ini yaitu peningkatan pengetahuan yang dilihat dari hasil posttest yaitu 100% untuk MPASI, 90% untuk nutrisi dan 100% untuk pangan lokal. Salah satu strategi untuk mempercepat penurunan angka stunting adalah melalui pemberian makanan tambahan (PMT) yang berbasis pangan lokal di posyandu serta penggunaan bahan pangan lokal yang bervariasi dalam menu keluarga terutama dalam pemberian MPASI.

ABSTRACT

Background: Stunting is one of the major challenges of public health development in Indonesia. Not only does it reflect chronic malnutrition but stunting is also correlated with low cognitive development, impaired immunity, and the risk of future non-communicable diseases. Tegal Regency stunting prevalence rate in 2019 for children <5 years old was 5.9% or reached 5,896 people. In 2020 it reached 12.05% or 9,336 people and in 2021 it increased to 12.33% or 10,843. The purpose of this PKM is to provide information to cadres and mothers of toddlers about the use of local food in complementary feeding so that the community can maximize the use of local food. PKM activities were carried out at the Widodo Posyandu Cadre Group, Gumayun Village, Dukuhwaru District, Tegal Regency with cadre participants and women who have children under five. The method: used in the activity is counseling. The results: of this activity are an increase in knowledge as seen from the posttest results which are 100% for complementary food, 90% for nutrition and 100% for local food. One of the strategies to accelerate the reduction of stunting rates is through the provision of supplementary food (PMT) based on local food at posyandu and the use of varied local food ingredients in the family menu, especially in the provision of complementary food.





PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu tantangan besar pembangunan kesehatan masyarakat di Indonesia. Tidak hanya mencerminkan kekurangan gizi kronis tetapi stunting juga berkorelasi dengan rendahnya perkembangan kognitif, gangguan imunitas, dan risiko penyakit tidak menular dimasa depan (Weti et al. 2024). Prevalensi stunting pada anak <5 tahun di Indonesia mencapai 20,7%. Rata-rata prevalensi stunting balita di Indonesia yaitu 30,8%. Hasil Survei Status Gizi Indonesia dimana prevalensi stunting di Indonesia dari 24,4% pada tahun 2021 turun menjadi 21,6% pada tahun 2022. Namun angka ini masih jauh dari target pemerintah pada tahun 2014 yakni dapat turun sampai 14%. Masalah ini tidak hanya disebabkan oleh kekurangan asupan gizi, tetapi juga oleh pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya pengetahuan tentang gizi baik kalangan orang tua (Atikah Rahayu 2018).

Angka prevalensi stunting Kabupaten Tegal tahun 2019 untuk anak usia <5 tahun yaitu 5.9% atau mencapai 5.896 orang. Pada tahun 2020 mencapai 12.05% atau 9.336 orang dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 12.33% atau 10.843 (Fatimah, Siwiendrayanti, and Info 2023). Desa Gumayun merupakan salah satu Desa di Kabupaten Tegal dengan budaya pemberian MPASI dini yang tergolong tinggi. Penelitian Harnawati (2023), menunjukkan ibu yang memberikan MPASI dini di Desa Gumayun sebanyak 13 orang atau 68,4% dan mayoritas ibu yaitu sebanyak 12 orang atau 100% yang memiliki budaya buruk akan memberikan MPASI dini pada bayinya (Harnawati 2023).

Berdasarkan hal tersebut diperlukan sebuah gerakan kemasyarakatan yang efektif untuk memberikan pemahaman tentang MPASI dini dan penurunan angka stunting yang efektif. Salah satunya dapat diberdayakan melalui pemberdayaan masyarakat. Salah satu kelompok yang fokus pada isu tersebut yaitu kelompok kader posyandu. Kader merupakan kelompok masyarakat yang berperan aktif membantu dalam bidang kesehatan (Dewi Sri Sumardilah, Antum Rahmadi 2018). Kelompok Kader Desa Gumayun memiliki 35 kader aktif dengan latar belakang sosial ekonomi dan pendidikan dengan mayoritas berusia antara 30 tahun hingga 55 tahun, berasal dari berbagai tingkat pendidikan dan sebagian telah mendapatkan pelatihan di bidang kesehatan.

Hasil wawancara kader Desa Gumayun yang menunjukkan jumlah balita dengan stunting sebanyak 18 orang, dan hasil wawancara dengan beberapa ibu yang memiliki balita, masih banyak ibu yang memberikan MPASI dini maupun pengelolaan MPASI yang tidak sesuai dengan umurnya, dikarenakan beberapa sebab antara lain yaitu pengaruh dari nenek atau orang tua yang turut serta dalam proses pengasuhan anak. Nenek menjadi pengasuh utama karena banyak ibu yang pergi bekerja dan menitipkan anak mereka pada nenek untuk dirawat (Harnawati, Hidayah, and Zukrufiana 2024).

Berdasarkan hal tersebut diperlukan adanya metode pemahaman untuk mempengaruhi budaya masyarakat terkait dengan pemberian MPASI, dan juga aksesibilitas praktik kepada masyarakat agar dapat menerapkan MPASI dengan benar oleh dalam penerapan langsung dimasyarakat dan kader dalam penerapan PMT (Andayani, Sri Astutik. Lestari 2024). Oleh karena itu perlu adanya informasi penerapan pangan lokal yang potensial, relatif terjangkau dan bernutrisi untuk pembuatan MPASI.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa MPASI yang terbuat dari bahan pangan lokal tidak hanya lebih terjangkau, tetapi juga lebih sesuai dengan selera dan kebiasaan makan masyarakat setempat serta memiliki peran penting dalam penurunan angka stunting. Penelitian



Prabawani (2021) menunjukkan penggunaan bahan pangan local seperti ikan, ayam, telur, umbi-umbian, kacang-kacangan, sayuran dan buah dapat melengkapi komposisi MPASI agar bayi memperoleh asupan gizi yang optimal (Prabawani 2021). Pembuatan MPASI menggunakan bahan pangan lokal menjadi penting untuk meningkatkan kualitas gizi anak, terutama di daerah yang memiliki keterbatasan akses terhadap bahan pangan impor. Dengan demikian, pengembangan MPASI berbahan pangan lokal dapat menjadi alternatif solusi dalam penanggulangan stunting.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Desa Gumayun Kecamatan Dukuhwaru Kabupaten Tegal. Sasaran pelaksanaan PKM yaitu kader dan ibu yang memiliki balita. Dengan jumlah sasaran yang hadir yaitu 30 orang. Pelaksanaan dilakukan selama bulan Juni dan Juli tahun 2025. Tahapan kegiatan terdiri dari tahap perencanaan, tahap pelaksanaan dan tahap pelaporan.

1. Tahap perencanaan

Dilakukan survei dan pengambilan data serta mengkonfirmasi data yang ada dengan kondisi lapangan. Dilanjutkan dengan pembuatan proposal serta penentuan jadwal pelaksanaan kegiatan.

2. Tahap pelaksanaan

Diawali dengan survey untuk menggali permasalahan MPASI yang ada di Desa Gumayun. Kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan kegiatan PKM dengan metode penyuluhan. Penyuluhan yang diberikan terkait dengan Budaya MPASI, nutrisi, pangan lokal dan tumbuh kembang anak.

3. Tahap pelaporan

Membuat laporan dari semua kegiatan yang sudah dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemahaman pemberian MPASI dan pangan lokal ini bertujuan untuk menurunkan angka stunting sebagai prioritas nasional, termasuk penguatan pada level komunitas masyarakat yaitu kader posyandu dan diikuti oleh ibu yang memiliki balita. Hasil wawancara yang dilakukan sebelum pelaksanaan penyuluhan dengan beberapa ibu yang memiliki balita menunjukkan perilaku pemberian MPASI yang belum tepat dan menjadi kebiasaan, seperti usia awal makan bayi bukan ditentukan oleh usia akan tetapi ditentukan oleh ketertarikan terhadap makanan jadi MPASI, tekstur MPASI yang tidak sesuai dengan umur, pemberian makanan olahan seperti ikan asin atau telur asin, serta MPASI yang diberikan mayoritas adalah sayuran karena mahalnnya harga daging atau ikan.

Hasil penelitian Harnawati (2024), data yang diperoleh menunjukkan 100% ibu memulai MPASI langsung dengan pemberian garam dan 33,33% ibu memulai MPASI dengan pemberian gula. Makanan pelengkap yang diolah sendiri dengan cermat tanpa menggunakan gula dapat menjadi strategi dalam mengurangi asupan gula pada bayi sehingga dapat mengurangi kasus stunting dan obesitas pada bayi (Foterek et al. 2016). Stunting disebabkan bukan hanya dari adanya kekurangan nutrisi yang berkepanjangan akan tetapi juga dari faktor penyakit. Perlunya memperhatikan dalam pemberian MPASI untuk meningkatkan kualitas makanan dengan

mengikuti standar yang telah ditetapkan sehingga pemberian MPASI dapat dilakukan secara optimal (Lusiana and Apriani 2025).

Salah satu strategi untuk mempercepat penurunan angka stunting adalah melalui pemberian makanan tambahan (PMT) yang berbasis pangan lokal di posyandu. PMT ini diberikan sebagai pelengkap, bukan pengganti makanan utama. Pangan lokal juga dapat diberikan rutin dengan menu yang bervariasi di rumah keluarga dalam pemberian MPASI. Pangan lokal yang tersedia di sekitar masyarakat mengandung unsur karbohidrat, protein hewani dan nabati, serta vitamin dan mineral, sehingga dapat digunakan oleh ibu yang memiliki bayi dan balita yang berperan dalam meningkatkan berat badan. Penggunaan pangan lokal memiliki keunggulan karena harganya terjangkau dan mudah diperoleh (Nurmala Meilasari 2024).

Penyuluhan dipilih sebagai metode yang digunakan karena cara paling mudah untuk memberikan Pendidikan kesehatan. Rangsangan pada manusia ditangkap oleh panca indera, dengan kemampuan tiap indera yang berbeda. Menurut penelitian Khotimah, indera penglihatan adalah indera yang memiliki kemampuan terbesar untuk menerima rangsangan yaitu sebesar 82% (Ramadhanti, Adespin, and Julianti 2019).



Gambar 1. Pemberian Materi

Kegiatan penyuluhan seperti gambar 1 yang dilakukan berhasil menciptakan ketertarikan dan antusiasme dari peserta. Ketertarikan muncul karena materi yang disampaikan relevan dengan gaya hidup sehari-hari. Hasil tanya jawab menunjukkan bahwa sebagian besar ibu mengakui belum tau tentang kaitan antara pemberian MPASI yang tepat dengan tumbuh kembang anaknya serta pangan lokal yang boleh diberikan pada anak.



Gambar 2. Antusiasme Peserta

Pada [Gambar 2](#) untuk mengetahui pemahaman peserta mengenai materi yang telah disampaikan maka dilakukan pemberian kuisioner. Kuisioner ini bertujuan untuk mengetahui keberhasilan penyuluhan yang dilakukan.

Tabel 1. Gambaran Pengetahuan Ibu

No	Kriteria		Tingkat Pengetahuan		
			Baik	Cukup	Kurang
1	MPASI	Pretest	60%	40%	0%
		Posttest	100%	0%	0%
2	Nutrisi	Pretest	35%	25%	40%
		Posttest	90%	0%	10%
3	Pangan Lokal	Pretest	50%	0%	50%
		Posttest	100%	0%	0%

Hasil yang diperoleh [tabel 1](#) pada saat pretest untuk pengetahuan tentang MPASI sebesar 60% baik, 40% cukup, dan 0% kurang dengan hasil posttest yaitu 100% baik, 0% cukup dan 0% kurang. Hasil yang diperoleh pretest untuk nutrisi sebesar 35% baik, 25% cukup, dan 40% atau kurang dengan hasil posttest yaitu 90% baik, 0% cukup dan 10% kurang. Hasil yang diperoleh pretest untuk pangan lokal sebesar 50% baik, 0% cukup dan 50% atau kurang dengan hasil posttest yaitu 100% baik, 0% cukup dan 0% kurang. Gambaran hasil posttest yang lebih tinggi dari pretest diharapkan dapat menjadi tolak ukur bahwa ibu sudah mengerti tentang pangan lokal yang dapat dimanfaatkan dalam pemberian MPASI, sehingga dapat mengurangi gangguan tumbuh kembang bahkan kejadian stunting serta meningkatkan kualitas kesehatan anak ([Harnawati, Zulfiana, and Nisa 2021](#)).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Friska, dkk pada tahun 2023 menemukan bahwa adanya peningkatan pengetahuan oleh kader posyandu setelah mengikuti penyuluhan dan pelatihan dalam pengolahan MPASI ([Friska Armynia Subratha et al. 2023](#)). Pengetahuan yang baik dalam memilih jenis makanan, mengolah, memberikan, sampai tahap penyimpanan, memungkinkan orangtua atau pengasuh untuk membuat keputusan yang tepat terkait asupan makanan dan kesehatan anak ([Haqueena and Farhat 2025](#)). Penelitian lainnya oleh Hifni, dkk tahun 2023 menekankan bahwa pentingnya memahami dan memanfaatkan sumber daya lokal dalam pengolahan makanan anak balita sehingga masyarakat dapat ikut serta dan berperan aktif



dalam upaya pencegahan stunting yaitu dengan memanfaatkan potensi sumber daya lokal yang dimiliki di daerah masing-masing daerah yang artinya masyarakat dapat secara mandiri mengolah pangan lokal menjadi makanan bergizi untuk mendukung pertumbuhan anak (Asykari et al. 2023).

KESIMPULAN

Penyuluhan merupakan salah satu solusi alternative untuk mendapatkan informasi kesehatan bagi masalah yang ada di masyarakat. Pemberian informasi kesehatan perlu dilakukan untuk meningkatkan taraf kesehatan masyarakat. Salah satunya pemberian materi tentang MPASI, nutrisi, pangan lokal dan tumbuh kembang anak. Setelah adanya kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat terdapat peningkatan pengetahuan peserta yang dapat dilihat dari hasil pretest dan posttest yang diberikan. Peserta yang telah mengikuti kegiatan mengetahui cara pemberian MPASI yang tepat, bahan pangan lokal yang bisa dan baik digunakan pada anak serta mampu mengatur pola pemberian MPASI yang benar. Upaya ini diharapkan dapat menurunkan angka stunting dan mengoptimalkan tumbuh kembang anak serta memberikan motivasi pada ibu yang memiliki balita untuk datang ke posyandu secara rutin untuk memantau tumbuh kembang anaknya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian ini terlaksana dengan pendanaan Skema Hibah Peremberdayaan Berbasis Masyarakat, Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi. Kegiatan ini juga terlaksana dengan dukungan dari Kader Posyandu Desa Gumayun sebagai mitra serta pihak-pihak lain yang terlibat dalam membantu dari proses perijinan, pelaksanaan, sampai dengan proses pelaporan kegiatan pengabdian kepada masyarakat hingga berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Andayani, Sri Astutik, Lestari, Yusri Dwi. 2024. "Model Intervensi Stunting (Misting) Pada Balita Dengan Kejadian Stunting Berbasis Transkultural Nursing." *Jurnal Keperawatan* 16(2): 703–10.
- Asykari, Hifni Ardhan, Siti Nuraini, Aliyah Nurhasanah, Laras Kartika, Ade Amalia, Andita Firly Saputri, Badriyatul Ariya Maldina, et al. 2023. "Pemberdayaan Pangan Lokal Melalui Inovasi Pengolahan MP-ASI Dan Modifikasi PMT Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Rejosari, Kangkung, Kendal." *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia* 3(6): 1677–88. doi:10.54082/jamsi.998.
- Atikah Rahayu, Dkk. 2018. *Study Guide-Stunting Dan Upaya Pencegahannya*. ed. Hadianor. CV. Mine.
- Dewi Sri Sumardilah, Antum Rahmadi, Anggun Rusyantia. 2018. "Pelatihan Pembuatan MP-ASI WHO Berbasis Pangan Lokal Bagi Kader Posyandu Dan Ibu BADUTA Di Desa Sidosari." *Jurnal SAKAI SAMBAYAN* 2(1): 36–40. doi:10.53359/dimas.v1i1.9.
- Fatimah, Siti, Arum Siwiendrayanti, and Article Info. 2023. "Indonesian Journal of Public Health and Nutrition." 3(3): 395–401.
- Foterek, Kristina, Anette E Buyken, Katja Bolzenius, Annett Hilbig, Ute Nöthlings, and Ute Alexy. 2016. "Commercial Complementary Food Consumption Is Prospectively Associated with Added Sugar
- Doi: <https://doi.org/10.22236/solma.v14i3.20122>



Intake in Childhood." : 2067–74. doi:10.1017/S0007114516001367.

- Friska Armynia Subratha, Hesteria, Ketut Espana Giri, Atul Khoiroh, Nabila Amelia Hanisyah Putri, Made Bayu Oka Widiarta, and Prodi Keperawatan. 2023. "Optimization of Posyandu Cadres' Skills in Processing Anti-Stunting MP-ASI Made from Local Food Raw in Panji Tourism Village." *JAI: Jurnal Abdimas ITEKES Bali* 3(1): 70–78. <https://ejournal.itekes-bali.ac.id/jai>.
- Haqueena, Amalia, and Yasir Farhat. 2025. "Hubungan Pemberian Asi Eksklusif , Pengetahuan Gizi , Pendapatan Keluarga , Pola Makan , Dan Penyakit Infeksi Dengan Kejadian Weight Faltering (Studi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sei Mesa Banjarmasin)." 1(10): 1881–1903.
- Harnawati, Riska Arsita. 2023. "Hubungan Budaya Dengan Mpasi Dini Pada Bayi 0-24 Bulan." *Journal of Technology and Food Processing (JTfP)* 3(02): 38–41. doi:10.46772/jtftp.v3i02.1279.
- Harnawati, Riska Arsita, Seventina Nurul Hidayah, and Ilma Ratih Zukrufiana. 2024. "Cegah Masalah Kesehatan Anak Dengan Restrukturisasi Budaya Mpasi Pada Ibu." *Jurnal SOLMA* 13(3): 1613–19.
- Harnawati, Riska Arsita, Evi Zulfiana, and Juhrotun Nisa. 2021. "Effect of Active Play Method on Pre-School Children Social and Fine Motor Development." *Siklus: Journal Research Midwifery Politeknik Tegal* 10(01): 32–36. <https://doi:10.30591/siklus.v10i1.2286.g1338>.
- Lusiana, Ika, and Lia Arian Apriani. 2025. "Penguatan Pengetahuan Nutrisi Lokal Untuk Pemberian MPASI Dalam Pencegahan Faltering Growth Pada Balita." 3: 39–45. <https://doi:10.58540/sambarapkm.v3i1.671>.
- Nurmala Meilasari, Wiku Adisasmito. 2024. "Upaya Percepatan Penurunan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan(PMT) Pangan Lokal: Systematic Review." *MPPKI: Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia* 7(3): 630–36.
- Prabawani, Yuni. 2021. "Uji Daya Terima Dan Nilai Gizi Makanan Pendamping ASI (MPASI) Berbahan Pangan Lokal Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Sidoserma Kota Surabaya." *Cakrawala* 15(2): 153–62. <https://doi:10.32781/cakrawala.v15i2.358> .
- Ramadhanti, Cynthia Ayu, Dea Amarilisa Adespin, and Hari Peni Julianti. 2019. "Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan Dan Tanpa Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita." 8(1): 99–120.
- Weti, Fatsiwi Nunik Andari, Emi Kosvianti, and Henni Febriawati. 2024. "Analisis Faktor Kejadian Stunting Pada Balita : Berbasis Transcultural Nursing." *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute* 8(1): 32–38. <https://doi:10.33862/citradelima.v8i1.398> .