JUKESHUM
Jurnal Pengabdian Masyarakat
https://ojs.unhaj.ac.id/index.php/jukeshum/index

E-ISSN : 2774-4698
Vol. 6 No. 2: Edisi Juli 2026
Hal. 356-361

MALNUTRITION PREVENTION IN CHILDREN THROUGH HEALTHY COMPLEMENTARY FEEDING TRAINING IN A VILLAGE IN BOGOR REGENCY

PENCEGAHAN MALNUTRISI PADA ANAK MELALUI PELATIHAN PEMBUATAN MPASI SEHAT DI SATU DESA KABUPATEN BOGOR

Fransiska Ompusunggu[1*], Adventina Delima Hutapea[2], Christie Lidya Rumerung[3], Belet Lydia Ingrit[4], Riama Marlyn Sihombing[5]
[1,2,3,5]Universitas Pelita Harapan, Tangerang, Indonesia
[4]Stikes Mitra Keluarga, Bekasi Timur, Indonesia
Email author: fransiska.ompusunggu@uph.edu*, adventina.hutapea@uph.edu, christie.lidya@uph.edu, riama.sihombing@uph.edu, belet.lydia@stikesmitrakeluarga.ac.id
*Corresponding Author

Submitted: 10/4/2026	**Reviewed:** 17/6/2026	**Accepted:** 24/7/2026

ABSTRACT

Nutrition is a determining factor in successful child growth starting from infancy. Chronic malnutrition in children—characterized by low weight and length/height compared to the standard for their age—leads to stunting, which serves as an indicator to assess child malnutrition. One of the priority areas for stunting intervention is Bogor Regency. Survey results indicate that one of the causes of growth and development disorders in infants and children aged 6–24 months is the low quality of complementary feeding (MPASI). Based on these conditions, the Community Service (Pengabdian kepada Masyarakat / PkM) team addressed health education for community health workers (kader) on providing healthy complementary foods for infants. The implementation method was carried out in collaboration with the Family Welfare Empowerment (PKK) team in a village in Bogor Regency through lectures and practical demonstrations on making complementary foods. The activity began with a pre-test, followed by the educational session and a post-test. A total of 87 participants aged 19 to 55 years attended the program. The results showed an increase in knowledge from the education provided, evidenced by an rise in pre- and post-test scores, with the average pre-test score being 8.13 and the post-test score reaching 9.08. Participants were also able to practice making broth and regular family meal options as basic menus for healthy, nutritious, and easy-to-implement MPASI using local food ingredients. Participants were very enthusiastic about the activity. It is hoped that this program will become a regular agenda with the Village PKK.

Keywords: *Children, education, complementary feeding, malnutrition.*

ABSTRAK

Gizi menjadi faktor penentu dalam keberhasilan pertumbuhan anak sejak bayi. Kondisi kekurangan gizi kronis pada anak dengan berat dan panjang/tinggi badan kurang dibandingkan dengan standar usianya akan menyebabkan stunting sebagai indikator untuk menilai kondisi malnutrisi anak. Salah satu wilayah prioritas intervensi stunting adalah Kabupaten Bogor. Hasil survei menunjukkan bahwa salah satu penyebab terjadinya gangguan tumbuh kembang bayi dan anak usia 6-24 bulan adalah rendahnya mutu MPASI. Berdasarkan kondisi tersebut, tim Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) mengangkat topik edukasi kesehatan kepada para kader tentang pemberian makanan pendamping ASI yang sehat pada bayi. Metode pelaksanaan dilakukan bersama dengan PKK salah satu desa di Kabupaten Bogor dalam bentuk ceramah dan demonstrasi pembuatan MPASI. Kegiatan diawali dengan pretest dilanjutkan dengan pemberian edukasi dan postest. PkM dihadiri oleh 87 peserta dengan rentang usia 19 tahun sampai dengan 55 tahun. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan dari edukasi yang diberikan, yaitu kenaikan skor pre dan post-test. Rerata pretest 8.13 dan rerata post test 9.08. Peserta juga mampu mempraktikkan pembuatan kaldu dan menu makanan biasa sebagai salah satu menu dasar MPASI yang sehat, bergizi, dan mudah diterapkan menggunakan bahan pangan lokal. Peserta sangat antusias

DOI: 10.51771/jukeshum.v6i2.2213

dengan adanya kegiatan yang sudah dilakukan. Diharapkan kegiatan ini menjadi kegiatan terprogram bersama PKK Desa.

Kata Kunci: Anak, edukasi, MPASI, malnutrisi.

PENDAHULUAN

Gizi menjadi faktor penentu dalam keberhasilan pertumbuhan anak sejak bayi. Kondisi kekurangan gizi kronis pada anak dengan berat dan panjang/tinggi badan kurang dibandingkan dengan standar usianya akan menyebabkan stunting sebagai indikator untuk menilai kondisi malnutrisi anak (Amran et al., 2025). Ada beberapa faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya malnutrisi pada anak diantaranya adalah praktik pengasuhan yang kurang baik, termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan serta setelah ibu melahirkan dan masih kurangnya akses rumah tangga/keluarga terhadap makanan bergizi (Fariqy & Graharti, 2024). Selain itu, tingkat pendidikan ibu juga dapat memengaruhi kejadian stunting pada bayi dan balita (Rahayu et al., 2018).

Kabupaten Bogor merupakan salah satu daerah yang menjadi prioritas dalam percepatan penurunan stunting di Indonesia karena masih menghadapi berbagai permasalahan gizi pada balita. Berdasarkan Profil Kesehatan Kabupaten Bogor tahun 2022, masih ditemukan balita dengan status gizi kurang maupun gizi buruk yang memerlukan penanganan berkelanjutan (Widayati et al., 2025). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 juga menunjukkan sebesar 27,6 persen terjadi prevalensi stunting di Kabupaten Bogor dan hal ini belum dapat memenuhi target prevalensi stunting RPJMN 2020-2024 sebesar 14% (BKPK Kemenkes RI, 2023). Selain itu, data pemantauan gizi menunjukkan bahwa praktik pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) yang belum sesuai dengan rekomendasi, baik dari aspek waktu pemberian, frekuensi, tekstur, maupun kecukupan zat gizi, masih menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya masalah gizi pada anak usia 6–24 bulan.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu mengenai penyusunan dan pembuatan MPASI sehat sangat diperlukan. Kader Posyandu memiliki peran strategis sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan masyarakat karena berinteraksi langsung dengan ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga balita, sehingga diharapkan mampu memberikan edukasi yang benar mengenai praktik pemberian MPASI sebagai salah satu upaya pencegahan malnutrisi pada anak (Husain & Umar, 2025). Kader memiliki peran strategis dalam memberikan edukasi kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga balita mengenai praktik pemberian MPASI yang tepat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Namun, masih terbatasnya pengetahuan dan keterampilan kader dalam menyusun serta mendemonstrasikan pembuatan MPASI yang sehat dan bergizi menjadi salah satu kendala dalam penyampaian edukasi kepada masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pelatihan pembuatan MPASI yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan kader, tetapi juga memperkuat keterampilan praktis mereka sehingga mampu menjadi agen perubahan dalam upaya pencegahan malnutrisi pada anak.

Berdasarkan masalah tersebut, tim pengabdian masyarakat mengangkat topik yang perlu disampaikan kepada orang tua yang memiki bayi dibawah dua tahun melalui promosi kesehatan (edukasi) tentang pemberian makanan pada bayi (makanan pendamping air susu ibu/ MPASI) yang sehat dan berkualitas serta pelatihan dalam pembuatan MPASI. Hal ini juga mengacu pada isi dari Asta Cita dalam memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM) dalam bidang kesehatan untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal pada anak sebagai upaya untuk mengurangi angka kejadian malnutrisi. MPASI juga harus diberikan disaat yang tepat karena apabila terlambat maka akan menimbulkan masalah gizi bagi bayi untuk jangka panjang.

Pemberian MPASI yang tepat diharapkan dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal ini sesuai dengan rekomendasi organisasi kesehatan dunia (WHO) pada pemberian MPASI yang diberikan tepat saat bayi berusia enam bulan sambil meneruskan pemberian ASI hingga usia bayi tersebut mencapai dua tahun. Tujuan dari kegiatan PkM secara umum adalah melatih kader posyandu dalam pembuatan MPASI. Adapun tujuan khususnya adalah meningkatkan pengetahuan terkait gizi bayi dan pembuatan MPASI bagi para kader Posyandu sehingga kader posyandu diharapkan dapat menjadi agen perubahan *(change agent)* di masyarakat.

METODE

Bentuk kegiatan yang dilakukan adalah penyuluhan Kesehatan (edukasi Kesehatan). Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan oleh Tim bersama dengan PKK salah satu desa di Jawa barat dalam bentuk edukasi dan demonstrasi pelatihan pembuatan MPASI. Metode yang digunakan adalah penyuluhan kesehatan dengan disertai pretest dan postest. Materi yang akan disampaikan meliputi definisi dan bahaya malnutrisi, pencegahan malnutrisi, definisi MPASI, peran dan manfaat MPASI dalam pencegahan malnutrisi, pentingnya pemberian MPASI, konsep dan prinsip dasar pemberian MPASI, frekuensi pemberian MPASI yang tepat, tahapan pemberian komposisi dan tekstur MPASI yang tepat, bahan untuk pembuatan MPASI murah dan bergizi serta tips memasak MPASI mudah, cepat dan bergizi dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan MPASI. Pelatihan pembuatan MPASI ini dilakukan kepada Kader yang berada di lingkungan wilayah PKK.

Peran dan partisipasi kader dalam pelatihan pembuatan MPASI ini sangat membantu, karena Kader dapat mensosialisasikan hal yang diperlukan kepada ibu maupun calon ibu yang ada di wilayah binaannya tentang MPASI sehat dan bergizi pada anak. Target sasaran kegiatan ini adalah para kader. Target tidak langsung adalah ibu dengan bayi usia di bawah dua tahun di wilayah kerja salah satu desa di Kabupaten Jawa Barat dan pasangan yang ingin menikah ataupun berencana akan memiliki anak dan anggota keluarga yang mendampingi dalam kegiatan PkM. Total peserta kegiatan ini adalah 87 kader. Pelaksanaan kegiatan diselenggarakan di Kantor PKK salah satu desa di Kabupaten Bogort pada tanggal 10 Oktober 2025. Media leaflet digunakan sebagai alat mendukung proses pendidikan kesehatan atau penyuluhan kepada ibu yang hadir lalu lembar evaluasi pre-posttest sebagai media untuk mengukur tingkat pengetahuan yang dicapai oleh para peserta. Mekanisme kegiatan PkM dilakukan melalui edukasi dan pelatihan pembuatan MPASI. Indikator keberhasilan yang diharapkan dari pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan kader dan peserta yang ikut dalam kegiatan edukasi pembuatan MPASI sebagai pencegahan malnutrisi pada anak di wilayah desa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan kader posyandu dalam deteksi dini stunting melalui pengabdian masyarakat ini menunjukkan hasil yang signifikan dalam peningkatan kompetensi kader, baik dari pengetahuan maupun keterampilan teknis. Hal ini dapat dilihat berdasarkan tabel

Tabel 1. Hasil Kegiatan Peserta

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Usia		
19-40 tahun	53	60.91
41-50 tahun	25	28.73
>51 tahun	9	10.34

Berdasarkan data peserta yang ikut dalam kegiatan ini mayoritas pada usia 19-40 tahun (60,91 %) yang termasuk dalam kategori dewasa muda hingga dewasa awal, yaitu kelompok usia produktif yang umumnya memiliki peran aktif dalam pengasuhan dan pengambilan keputusan terkait pemberian makanan anak. Dominasi peserta pada kelompok usia dewasa ini menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan edukasi, karena pada rentang usia tersebut individu cenderung memiliki kemampuan kognitif yang baik dalam memahami dan mengaplikasikan informasi kesehatan yang diberikan. Selain itu, pada usia ini juga terdapat motivasi yang tinggi untuk meningkatkan kualitas kesehatan anak, sehingga lebih terbuka terhadap perubahan perilaku, khususnya dalam praktik pemberian MP-ASI.

Hal ini juga sejalan dengan teori perkembangan yang menyatakan bahwa individu pada usia dewasa memiliki tingkat kematangan berpikir yang lebih baik, sehingga lebih mudah dalam mengadopsi perilaku baru yang bersifat positif. Dengan demikian, karakteristik usia peserta dalam kegiatan ini turut

berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader dalam pembuatan serta pemberian MP-ASI yang tepat.

Tabel 2. Hasil Kegiatan Peserta

Kategori	Rerata
Pre-test	8.13
Post-test	9.08

Rerata nilai pre-test yang relatif tinggi (8.13) menunjukkan bahwa peserta telah memiliki dasar pengetahuan yang cukup baik. Meskipun demikian, intervensi edukasi yang diberikan tetap mampu meningkatkan nilai rerata menjadi (9.08), yang menunjukkan bahwa edukasi tidak hanya menambah pengetahuan baru, tetapi juga memperkuat pemahaman yang telah dimiliki sebelumnya. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan dalam program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta terkait pemberian makanan pendamping ASI (MPASI). Peningkatan nilai rerata tersebut mengindikasikan adanya perubahan pemahaman peserta setelah mendapatkan materi edukasi dan praktik langsung. Edukasi kesehatan yang diberikan secara terstruktur, disertai dengan metode demonstrasi dan redemonstrasi, memungkinkan peserta untuk lebih mudah memahami materi yang disampaikan serta mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan pengetahuan merupakan salah satu indikator keberhasilan intervensi pendidikan kesehatan, yang selanjutnya dapat memengaruhi perubahan sikap dan perilaku individu (Nizar et al., 2024) . Dalam konteks ini, peningkatan pengetahuan kader diharapkan dapat berkontribusi pada praktik pemberian MP-ASI yang lebih tepat, sehingga mendukung upaya pencegahan masalah gizi seperti stunting. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi mengenai MPASI dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta secara signifikan (Paundrianagari et al., 2025) . Edukasi yang dikombinasikan dengan praktik langsung terbukti lebih efektif dibandingkan hanya penyampaian materi secara teoritis, karena peserta terlibat aktif dalam proses pembelajaran.

Secara keseluruhan kegiatan PkM telah berjalan dengan baik dan lancar karena tidak ada kendala berarti dalam pelaksanaannya, dan para kader dapat membuat menu MP-ASI secara mandiri. Kegiatan edukasi yang dilakukan memberikan perubahan perilaku dalam Pemberian MPASI. Hal ini sejalan dengan kegiatan yang dilakukan di desa Kolbano, di satu daerah di Nusa Tenggara Timur yang mengatakan program edukasi MP-ASI terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku pemberian makanan pada anak, membantu mencegah stunting dengan dukungan dan pemantauan yang berkelanjutan sehingga program tersebut memiliki potensi untuk meningkatkan status gizi anak-anak di desa Kolbano secara signifikan (Parera et al., 2024).

Selain pemberian edukasi, pada kegiatan PkM ini diberikan juga cara pembuatan MPASI. Metode demonstrasi dan redemonstrasi dapat memberikan suatu pembelajaran untuk para kader untuk dapat melihat kemampuan peserta dalam membuat MPASI yang sehat, praktis, sehat dan bergizi. Hasil kegiatan kepada masyarakat di Kelurahan Pontianak juga menyebutkan bahwa ada peningkatan kemampuan peserta dalam memasak bubur MPASI serta peningkatan pemahaman terkait stunting meliputi faktor-faktor penyebab dan upaya-upaya pencegahannya (Linda & Warsidah, 2023).

Berdasarkan hasil evaluasi yang diberikan oleh peserta dari evaluasi kegiatan secara umum dapat dikatakan baik (kualitas, informasi, pemahaman dan optimis) dengan rerata skor 3 (setuju) dari 4 (sangat setuju) . Berdasarkan evaluasi dari sisi penyampaian materi dapat dikatakan baik (pembicara dan alokasi waktu). Begitu juga evaluasi dari sisi diskusi/tanya jawab dan kegiatan penyuluhan dapat dikatakan baik. Diharapkan kegiatan selanjutnya dapat terus dilakukan secara berkesinambungan dengan topik yang berbeda. Hasil kegiatan dapat dideskripsikan berdasarkan gambar 1dan 2 berikut.



Gambar 1. Edukasi MPASI Sehat dan Bergizi



Gambar 2. Demonstrasi Membuat MPASI Sehat

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berdasarkan hasil kegiatan menunjukkan bahwa pelatihan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan keterampilan kader secara signifikan. Data evaluasi memperlihatkan peningkatan rerata nilai pretest sebesar 8,13 menjadi 9,08 pada posttest. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas metode edukasi partisipatif yang digunakan, serta tingginya motivasi kader untuk memahami dan menerapkan pengetahuan yang diperoleh. Selain peningkatan kognitif, kegiatan juga berdampak pada peningkatan keterampilan praktis kader, khususnya dalam memilih bahan makanan lokal, menyusun menu MPASI sesuai usia, serta mempraktikkan teknik pengolahan makanan yang aman dan bergizi. Antusiasme peserta terlihat dari keterlibatan aktif selama sesi edukasi maupun demonstrasi menu MPASI, termasuk pembuatan makanan sehari-hari dan kaldu sebagai contoh menu bergizi dan mudah diterapkan.

Kegiatan ini tidak hanya memberikan peningkatan kapasitas kader, tetapi juga memperkuat peran Posyandu dalam upaya promotif dan preventif terhadap masalah gizi anak di tingkat desa. Secara keseluruhan, PkM ini memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas layanan Posyandu dalam penyuluhan gizi. Dampak positif terhadap peningkatan kompetensi kader diharapkan dapat berlanjut pada peningkatan praktik pemberian MPASI oleh keluarga balita di masyarakat. Program ini memiliki potensi berkelanjutan yang kuat apabila diintegrasikan ke dalam program kerja PKK dan didukung oleh pemerintah desa serta tenaga kesehatan terkait.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada para kader PKK Desa Citaringgul atas kesediaan dan kerjasama dalam menyelenggarakan edukasi dan pemeriksaan kesehatan. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Pelita Harapan (UPH) yang telah memberikan bantuan dana untuk menyelenggarakan kegiatan ini dengan nomor: PkM-042-INT/FKep/VII/2025.

REFERENSI

Amran, R., Nurwiyeni, Pratama, R. R., & Wahyuni, S. (2025). Stunting sebagai Ancaman Kualitas Sumber Daya Manusia: Perspektif Gizi, Lingkungan, dan Sosial. *Scientific Journal*, *4*(4), 233–240. https://doi.org/10.56260/sciena.v4i4.234

BKPK Kemenkes RI. (2023). Factsheets: Stunting di Indonesia dan Determinannya. *Ski*, 1–2. https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5535/1/06 factsheet Gizi SKI_bahasa.pdf?

Fariqy, M. I., & Graharti, R. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Malnutrisi. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, *14*(2), 301–305.

Husain, H., & Umar, S. (2025). *Optimalisasi Peran Kader Posyandu Dalam Meningkatkan Praktik Pemberian ASI Eksklusif Untuk Pencegahan Stunting*. *6*(2), 108–114.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Modul Pelatihan Bagi Pelatih Kader Kesehatan. *MODUL Pelatihan Bagi Pelatih Kader Kesehatan*, 1–497.

Linda, R., & Warsidah, W. (2023). Sosialisasi dan Edukasi Pengolahan Makanan Pendamping ASI (MPASI) untuk Pencegahan Kasus Stunting pada Anak Balita. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, *4*(4), 5070–5073. https://doi.org/10.55338/jpkmn.v4i4.2289

Nizar, M., Anggraeni, T., Sutanta, & Winarsih. (2024). *Tingkat Pengetahuan Warga Desa Metuk Tentang*. *01*(01), 82–91.

Parera, L. A. ., Budiana, I. G. M. ., Neolaka, Y. A. ., Jasman, Sarifudin, K., & Dewi, N. W. O. A. C. (2024). Edukasi Gizi Sebagai Alternatif Pencegahan Stunting. *Jurnal Masyarakat Mengabdi Nusantara*, *3*(3), 1–23.

Paundrianagari, M. D., Amir, C., & Pilliang, M. (2025). Pemberdayaan Kader Posyandu melalui Sistem Informasi Gizi Komplementer untuk Peningkatan Kualitas MP-ASI. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia: Ekalaya*, *4*(3), 481–600. https://doi.org/10.57254/eka.v4i3.148

Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). Studi Guide-Stunting dan Upaya Pencegahannya. In *cv Mine*.

Widayati, I., Novita, A., & Effendi, T. M. (2025). Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Evaluasi dalam Evaluasi Implementasi Kebijakan Aksi Konvergensi Percepatan Penurunan Stunting. *The Public Health Science Journal*, *4*(50), 201–217.