

**PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA MELALUI PEMANFAATAN PANGAN
LOKAL BERNUTRISI TINGGI PADA IBU BALITA*****IMPROVING THE NUTRITIONAL STATUS OF TODDLERS THROUGH THE USE OF
HIGHLY NUTRITIONAL LOCAL FOODS IN MOTHERS OF TODDLERS*****An'nisaa heriyanti^{1*}**¹Akademi Kebidanan Bakti Indonesia Bogor*Email korespondensi: aanisaanisa03@gmail.com**ABSTRAK**

Gizi balita merupakan isu kesehatan masyarakat yang krusial di Indonesia, di mana anak usia 1-5 tahun rentan mengalami masalah seperti stunting, wasting akibat pola makan yang tidak seimbang. Tujuan untuk meningkatkan status gizi balita melalui pemanfaatan pangan lokal bernutrisi tinggi, dengan fokus pada pemberdayaan ibu balita sebagai agen utama dalam pengelolaan nutrisi keluarga, sehingga mengurangi prevalensi stunting, wasting, dan defisiensi mikronutrien secara berkelanjutan. Metode memberikan penyuluhan tentang peningkatan status gizi balita melalui pemanfaatan pangan lokal bernutrisi tinggi dalam bentuk cerama, diskusi dan Tanya jawab. Penyuluhan ini juga membahas pentingnya pemanfaatan pangan yang ada di lingkungan sekitar ibu untuk meningkatkan status gizi balita. Hasil Ibu merasa mendapatkan informasi baru dan menambah pengetahuan dalam mengelola dan memilih makanan untuk meningkatkan gizi balita mereka.

Kata Kunci : gizi, balita, stunting, wasting**ABSTRACT**

Toddler nutrition is a crucial public health issue in Indonesia, where children aged 1-5 years are vulnerable to problems such as stunting, wasting due to unbalanced diets. The goal is to improve the nutritional status of toddlers through the use of highly nutritious local foods, with a focus on empowering mothers of toddlers as the main agents in family nutrition management, thereby reducing the prevalence of stunting, wasting, and micronutrient deficiencies in a sustainable manner. The method provides counseling on improving the nutritional status of toddlers through the use of highly nutritious local foods in the form of lectures, discussions and Q&A. This counseling also discusses the importance of utilizing food available in the mother's environment to improve the nutritional status of toddlers. Results: Mothers feel they have gained new information and increased knowledge in managing and selecting food to improve the nutrition of their toddlers.

Keywords: nutrition, Toddler, stunting, wasting**PENDAHULUAN**

Gizi balita merupakan isu kesehatan masyarakat yang krusial di Indonesia, di mana anak usia 1-5 tahun rentan mengalami masalah seperti stunting, wasting akibat pola makan yang tidak seimbang (W.H 2019 & Mutuga at.el 2020). Berdasarkan data terbaru, prevalensi stunting di Indonesia mencapai sekitar 21,6% pada tahun 2022, dengan angka tertinggi di daerah pedesaan dan kelompok ekonomi rendah (Kemenkes RI 2022). Masalah ini tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak tetapi juga perkembangan kognitif, imunitas, dan produktivitas di masa depan, yang pada akhirnya berdampak pada pembangunan sumber daya manusia nasional (WHO, 2020). Faktor penyebab utama meliputi akses terbatas terhadap

pangan bergizi, pengetahuan gizi yang kurang pada ibu, serta keterbatasan ekonomi yang membuat keluarga bergantung pada pangan murah namun rendah nutrisi (Sari, 2021).

Berdasarkan indeks berat badan menurut umur (BBU/U) di Jawa Barat pada tahun 2021 adalah sekitar 24,5%, masuk dalam kategori masalah gizi akut yang patut diperhatikan (Syntax Literate, 2021). Tahun 2022 jumlah balita dengan gizi kurang di Jawa Barat mencapai 99.070 jiwa. Ditahun yang sama kasus stunting menjadi gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis, berada di angka 20,2% (Kemenkes, RI, 2022).

Pemanfaatan pangan lokal bernutrisi tinggi menawarkan solusi berkelanjutan. Indonesia kaya akan sumber daya pangan lokal seperti sayuran hijau (bayam, kangkung, daun katuk), kacang-kacangan (kedelai, kacang hijau), buah-buahan tropis (pisang, papaya, mangga), dan bahan tradisional lainnya yang kaya vitamin, mineral, protein, dan serat (Damayanti & Elista 2025). Pangan ini sering kali tersedia di lingkungan sekitar namun belum dioptimalkan, sehingga potensinya untuk meningkatkan status gizi balita belum sepenuhnya dimanfaatkan (Lancet T, 2022 & Indah Permatasari 2023). Fokus pada ibu balita penting karena mereka berperan sebagai pengelola nutrisi utama di tingkat keluarga, di mana pendidikan dan praktik sehari-hari ibu dapat langsung memengaruhi pola makan anak, (Nofi Ilmayanti, et.al 2022 & Vidyarini, 2024). Melalui pendekatan ini, kita dapat mendorong diversifikasi pangan, mengurangi ketergantungan pada pangan impor, dan mendukung ketahanan pangan lokal.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan atau strategi yang digunakan dalam peningkatan status gizi balita melalui pemanfaatan pangan lokal bernutrisi tinggi pada ibu balita. Kegiatan yang dilaksanakan yaitu memberikan penyuluhan tentang peningkatan status gizi balita melalui pemanfaatan pangan lokal bernutrisi tinggi. Penyuluhan ini juga membahas pentingnya pemanfaatan pangan yang ada di lingkungan sekitar ibu untuk meningkatkan status gizi balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dalam rangka sosialisasi untuk meningkatkan derajat kesehatan dan kesejahteraan ibu dan balita. Kegiatan dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan peningkatan status gizi balita melalui pemanfaatan pangan lokal bernutrisi tinggi pada ibu balita yang diselenggarakan pukul 09.00 WIB yang bertempat diposyandu Cempaka Kec. Ciampea, Kab Bogor Barat, Jawa Barat. Peserta penyuluhan adalah kelompok ibu yang memiliki balita dengan jumlah ibu yang hadir sebanyak 16 orang. Kegiatan ini dilakukan oleh tim pelaksana pengabdian yang terdiri dari dosen Akademi Kebidanan Bakti

Indonesia Bogor dan beberapa mahasiswa kebidanan serta bantu tim dari puskesmas maupun kader posyandu Ciampea. Peserta mengikuti kegiatan penyuluhan dengan penuh antusias. Ibu merasa mendapatkan informasi baru dan menambah pengetahuan dalam mengelola dan memilih makanan untuk meningkatkan gizi balita mereka.



Gambar 1. Foto Bersama dengan mahasiswa AKBID dan kader



Gambar 2. Kegiatan penimbangan berat badan untuk mengetahui status gizi balita

SIMPULAN DAN SARAN

Program ini efektif dalam meningkatkan status gizi balita melalui pendekatan lokal dan partisipatif, yang tidak hanya memperbaiki kesehatan fisik anak tetapi juga memberdayakan ibu. Dengan dukungan yang tepat, inisiatif semacam ini dapat berkontribusi pada pencapaian target kesehatan global, seperti Sustainable Development Goals (SDGs) terkait nutrisi dan kesehatan anak. Kesuksesannya tergantung pada komitmen jangka panjang dari semua pihak terkait. Beberapa masalah dalam pelaksanaan program penyuluhan, maka penulis menyarankan: Melakukan penyuluhan berulang dengan tema yang sama agar pengetahuan ibu bisa lebih baik. Melakukan kerja sama antara perangkat desa dan masyarakat desa sesuai dengan tanggung jawabnya masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

- Abigayl, I. (2025). Buku. Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Bergizi. Edisi 1. Jakarta
- Andra Vidyarini et.al (2024). Pemanfaatan Pangan Lokal Guna Meningkatkan Diversifikasi Pangan Keluarga.
- Damayanti. (2025). Buku. Pengembangan Pangan Lokal. Editor. Reski Amelia. BRIN

- Eliska. (2025). Buku. Pengembangan produk pangan berbasis pangan local. Merdeka kresi, Jakarta.
- Lancet, T. (2022). Solusi Peningkatan Status Gizi Balita.
- Mutunga, M., et al. 2020. *The Forgotten Agenda of Wasting in Southeast Asia: Burden, Determinants and Overlap with Stunting: A Review of Nationally Representative Cross-Sectional Demographic and Health Surveys in Six Countries*. *Nutrients*, 12(2), pp. 559.
- Manalor, L. (2022). Promosi Gizi bayi balita bagi orang tua anak penderita stunting di Puskesmas Alak Kota Kupang Tahun 2022.
- Nofi Ilmayanti, et.al (2022). Faktor –Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Balita. *Jurnal Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang*.
- Indah permatasari . (2023). Hubungan pola makan anak dan status gizi anak usia sekolah.
- Pertanian, K. (2020). Peram UMKM Dalam Pengembangan Pangan Lokal.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Gizi Balita di Indonesia. Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2022.
- Syntax literate, J. (2021). Analisis Data Gizi Balita Di Jawa Barat.
- Wijaya I, dkk. 2022. *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Gizi Buruk pada Balita*. *Jurnal Preventif Promotif, Universitas Pancasakti Makasar*.
- WHO. (2020). Dampak Gizi Buruk Pada Balita, Ibu Balita dan Lingkungan.
- W. H. (2019). Buku Teori Kebutuhan Nutrisi. Jakarta.