

**PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA MELALUI PEMANFAATAN PANGAN
LOKAL BERNUTRISI TINGGI DI POSYANDU MELATI DESA BENTENG
KABUPATEN BOGOR**

***IMPROVING THE NUTRITIONAL STATUS OF TODDLERS THROUGH THE USE OF
HIGHLY NUTRITIOUS LOCAL FOODS AT THE MELATI POSYANDU IN BENTENG
VILLAGE, BOGOR REGENCY***

Siti Fatimah^{1*}, Wita Yuni S², Adinda Mutiara Balqis¹, Siti Nurhayati¹

¹Akbid Bakti Indonesia Bogor

²Poltekes Yapkesbi Sukabumi

*Email korespondensi: sitifatimah.180919@gmail.com

ABSTRAK

Masalah gizi pada balita masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat baik secara global maupun nasional. Pemanfaatan pangan lokal bernutrisi tinggi merupakan salah satu strategi dalam meningkatkan status gizi balita. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita serta memperbaiki status gizi balita melalui edukasi dan praktik pemanfaatan pangan lokal di Posyandu Desa Benteng Kabupaten Bogor Tahun 2026. Metode yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest. Kegiatan meliputi penyuluhan, demonstrasi pembuatan makanan berbasis pangan lokal, serta pemantauan status gizi balita. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu dari nilai rata-rata 60 menjadi 85 serta peningkatan status gizi balita berdasarkan indikator berat badan menurut umur. Kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu serta berkontribusi terhadap perbaikan status gizi balita.

Kata kunci: status gizi, balita, pangan lokal, posyandu, edukasi kesehatan

ABSTRACT

Nutritional problems among children under five remain a global and national public health concern. The utilization of nutrient-rich local food is one of the strategies to improve nutritional status. This community service activity aimed to increase mothers' knowledge and improve the nutritional status of children under five through education and practical training on local food utilization at Posyandu Desa Benteng, Bogor Regency in 2026. The method used was a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. Activities included health education, food processing demonstrations, and monitoring of nutritional status. The results showed an increase in mothers' knowledge scores from 60 to 85 and improvement in children's nutritional status. This activity proved effective in improving knowledge and contributing to better child nutrition..

Keywords: nutritional status, toddlers, local food, health education

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada balita masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan global. Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO) tahun 2024, sekitar 148 juta

balita di dunia mengalami stunting, 45 juta mengalami wasting, dan lebih dari 37 juta mengalami overweight. Kondisi ini menunjukkan bahwa masalah gizi masih menjadi beban ganda yang harus ditangani secara komprehensif (WHO, 2024).

Di Indonesia, berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2024, prevalensi stunting mencapai sekitar 21,5%, sementara gizi kurang dan gizi buruk masih ditemukan di berbagai wilayah. Pada tahun 2025, Kementerian Kesehatan RI melaporkan bahwa perbaikan status gizi balita masih menjadi prioritas nasional dalam upaya percepatan penurunan stunting (Kemenkes RI, 2025). Di tingkat provinsi, Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2024 melaporkan bahwa prevalensi stunting masih berada pada angka sekitar 20%, dengan variasi antar kabupaten/kota. Jawa Barat menjadi salah satu provinsi dengan jumlah balita terbesar sehingga memiliki beban masalah gizi yang cukup tinggi. Sementara itu, berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Bogor tahun 2025, prevalensi balita dengan masalah gizi (stunting dan underweight) masih ditemukan di beberapa wilayah pedesaan, termasuk Desa Benteng. Faktor penyebabnya meliputi kurangnya pengetahuan ibu, pola asuh yang kurang tepat, serta pemanfaatan pangan lokal yang belum optimal.

Pangan lokal seperti daun kelor, ikan air tawar, tempe, dan umbi-umbian memiliki kandungan gizi tinggi yang dapat dimanfaatkan sebagai alternatif makanan bergizi bagi balita. Namun, kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam pengolahan menjadi kendala dalam pemanfaatannya. Posyandu sebagai layanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran strategis dalam meningkatkan status gizi balita melalui edukasi, pemantauan pertumbuhan, dan pemberdayaan masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan ibu dan pemanfaatan pangan lokal dalam upaya perbaikan status gizi balita.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pre-eksperimental dengan desain one group pretest-posttest. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Desa Benteng Kabupaten Bogor pada tahun 2026. Sasaran kegiatan adalah ibu yang memiliki balita sebanyak 30 orang. ahapan kegiatan meliputi: 1) Pretest untuk mengukur pengetahuan awal ibu tentang gizi balita. 2) Penyuluhan kesehatan mengenai gizi seimbang dan pangan local. 3) Demonstrasi pembuatan makanan sehat berbasis pangan lokal 4) Posttest untuk mengukur peningkatan pengetahuan 5) Pemantauan status gizi balita melalui penimbangan berat badan. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata sebelum dan sesudah

intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar ibu belum memahami pentingnya pemanfaatan pangan lokal dalam pemenuhan gizi balita.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengmas

Tabel 1. Rata-rata Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu

No	Variabel	Rata Rata Skor
1	Sebelum penyuluhan	60
2	Sesudah penyuluhan	85

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan terhadap pengetahuan ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang dan pemanfaatan pangan lokal. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu belum memahami kandungan gizi pada bahan pangan lokal seperti daun kelor, tempe, dan ikan yang sebenarnya kaya protein, zat besi, dan vitamin. Setelah diberikan penyuluhan dan demonstrasi, terjadi peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 60 menjadi 85. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Lestari, 2025 yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas mampu meningkatkan pemahaman ibu dalam pemenuhan gizi balita secara signifikan. (Lestari, 2025)

Peningkatan pengetahuan ini menjadi faktor awal yang penting dalam perubahan perilaku pemberian makan pada anak. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan demonstrasi pembuatan makanan berbasis pangan lokal memberikan dampak nyata terhadap keterampilan ibu dalam mengolah makanan bergizi. Metode pembelajaran yang bersifat praktik langsung terbukti lebih efektif dibandingkan metode ceramah saja, karena ibu dapat melihat dan mempraktikkan secara langsung proses pengolahan makanan. Hasil ini didukung oleh penelitian Syabila, 2025 yang menyebutkan bahwa intervensi berbasis praktik mampu meningkatkan keterampilan ibu dalam menyiapkan makanan sehat untuk balita serta meningkatkan kualitas asupan nutrisi anak. Dengan demikian, pendekatan edukatif yang dikombinasikan dengan praktik menjadi strategi yang tepat dalam program perbaikan gizi. Dari

segi status gizi balita, hasil monitoring menunjukkan adanya peningkatan berat badan pada sebagian balita setelah intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku ibu dalam pemberian makanan berdampak langsung terhadap kondisi gizi anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian Arini & Lestari (2023) yang menyatakan bahwa pemanfaatan pangan lokal secara optimal dapat meningkatkan status gizi balita, terutama di wilayah pedesaan dengan akses pangan terbatas. Pangan lokal memiliki keunggulan dari segi ketersediaan, harga yang terjangkau, serta kandungan gizi yang cukup tinggi sehingga sangat potensial digunakan dalam intervensi gizi masyarakat.

Lebih lanjut, peran posyandu sebagai pusat layanan kesehatan berbasis masyarakat juga terbukti sangat penting dalam mendukung keberhasilan program ini. Keterlibatan kader posyandu dalam kegiatan edukasi dan pemantauan pertumbuhan balita memberikan kontribusi besar terhadap keberlanjutan program. Hal ini didukung oleh penelitian Kusuma & Dewi (2022) yang menyatakan bahwa pemberdayaan kader kesehatan masyarakat mampu meningkatkan efektivitas program perbaikan gizi balita melalui pendekatan promotif dan preventif. Oleh karena itu, sinergi antara tenaga kesehatan, kader, dan masyarakat menjadi kunci utama dalam meningkatkan status gizi balita secara berkelanjutan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita serta memberikan dampak positif terhadap status gizi balita melalui pemanfaatan pangan lokal. Saran Perlu dilakukan kegiatan berkelanjutan dan dukungan lintas sektor untuk meningkatkan status gizi balita secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Arini, D., & Lestari, P. (2023). Local food utilization to improve child nutrition. *Journal of Nutrition Science*, 12(2), 100–110.
- Hadju, V. A., Kadir, S., & Aulia, U. (2026). Edukasi MP-ASI Pangan Lokal untuk Pencegahan Gizi Kurang di Desa Binalahe Kecamatan Kabila Bone. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 5(1), 114-122.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Profil Kesehatan Indonesia 2024*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Strategi Percepatan Penurunan Stunting*.
- Lamalani, K., Kadir, S., & Abudi, R. (2025). Gambaran Program Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Pangan Lokal Dalam Mengatasi Masalah Gizi Kurang Pada Balita Di Desa Tuloa. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(6), 3440-3457.

- Lestari, D., & Syamsussabri, M. (2025). Edukasi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dan Gizi Seimbang Bersumber Bahan Pangan Lokal untuk Mencegah Stunting Dalam Mencapai Generasi Emas. *Jurnal Pengabdian Inovatif Masyarakat*, 2(1), 19-23.
- Mardiyani, S. A., Khoiriyah, N., Muslikah, S., & Qur'ania, A. (2024). Pencegahan Stunting Pada Keluarga Balita Di Posyandu RW 01 Kelurahan Tlogomas Melalui Edukasi Olahan Pangan Lokal Berprotein Tinggi. *Indonesian Journal of Community Services*, 6(2), 166.
- Muliani, U. (2022). Edukasi Stunting Dan Pembuatan MP-Asi Dengan Pemanfaatan Pangan Lokal Di Desa Mekar Asri Kecamatan Baradatu Kabupaten Way Kanan. *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 134-138.
- Syabila, R., Laila, F., Aini, N., & Marniati, M. (2025). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita melalui Edukasi Gizi Berbasis Pangan Lokal dalam Pencegahan Wasting di Desa Lapang, Aceh Barat. *ABDI UNISAP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 434-441.
- Wardhina, F., Rahmadiliyani, N., & Suryani, N. (2026). Edukasi MP-ASI Berbahan Pangan Lokal untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Balita di Posyandu. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 4(1), 25-30.
- UNICEF. (2023). *Child nutrition report*.
- WHO. (2024). *Global nutrition report*. Geneva: WHO.
- WHO. (2023). *Infant and young child feeding*.