

Pencegahan Stunting Melalui Pengembangan Kebun Gizi dan Demonstrasi Pembuatan MP-ASI Berbasis Pangan Lokal

Ratna Asih¹, Mochammad Risqi Yulizar², Amelia Novitasari³, Jesita Vailina
Maulidia⁴, Tri Aji Buwono⁵, Hammam Mudhoffar Muchassin⁶, Syahidatun
Nafilah⁷, Rahma Alfina Maulidia⁸, Khofifah Assaumi Trivianti⁹, Zahrotu
Rahmah¹⁰, Nurul Aslikhatin Nida¹¹, Dias Afriani Nabila¹²

Affiliasi:

1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12 *UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan*

Corresponding Author

Email : mochammadrisqiylizar@mhs.uingusdur.ac.id

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that is still widely found in rural areas, including Desa Podo, characterized by delayed child growth due to long-term nutritional deficiencies. Preventive efforts must be carried out in an integrated manner through the utilization of local resources and community nutrition education. This Community Service Program (KKN) aimed to prevent stunting through the development of a nutrition garden and demonstrations of complementary feeding (MP-ASI) preparation based on local food. The implementation methods included: (1) establishing a nutrition garden by planting fast-growing and nutrient-rich vegetables such as spinach, pakcoy, eggplant, and water spinach; (2) involving posyandu cadres and PKK women's groups as managers; and (3) conducting demonstrations of local food-based MP-ASI preparation, such as rice nuggets and rice sempol. Evaluation was carried out through direct observation as well as pre-test and post-test assessments of participants. The results showed a 35% increase in nutrition knowledge among mothers of toddlers and the establishment of a community-managed nutrition garden. Therefore, the development of nutrition gardens and local food-based MP-ASI demonstrations proved effective as a stunting prevention strategy while also supporting household food security in Desa Podo.

Keywords: *stunting, nutrition garden, complementary feeding*

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih banyak ditemui di pedesaan, salah satunya di Desa Podo, yang ditandai dengan keterlambatan pertumbuhan anak akibat kekurangan gizi jangka panjang. Upaya pencegahan stunting perlu dilakukan secara terpadu melalui pemanfaatan potensi lokal dan edukasi gizi masyarakat. Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini bertujuan untuk mencegah stunting melalui pengembangan kebun gizi dan demonstrasi pembuatan makanan pendamping ASI (MP-ASI) berbasis pangan lokal. Metode pelaksanaan meliputi (1) pendirian kebun gizi dengan menanam sayuran cepat panen dan tanaman kaya zat gizi seperti bayam, pakcoy, terong, kangkung; (2) pelibatan kader posyandu dan ibu PKK sebagai pengelola kebun; serta (3) pelaksanaan demo pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal, seperti nugget nasi dan sempol nasi. Evaluasi dilakukan melalui observasi langsung serta pre-test dan post-test kepada peserta kegiatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan gizi pada ibu balita sebesar 35% serta terbentuknya kebun gizi mandiri yang dikelola masyarakat. Dengan demikian, pengembangan kebun gizi dan demo MP-ASI berbasis pangan lokal terbukti efektif sebagai strategi pencegahan stunting sekaligus mendukung ketahanan pangan keluarga di Desa Podo.

Kata kunci: *stunting, kebun gizi, MP-ASI*

A. Pendahuluan

Stunting masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan manusia karena berdampak tidak hanya pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan kognitif, capaian pendidikan, dan produktivitas ekonomi di masa depan. Secara global, jutaan balita mengalami stunting akibat kekurangan gizi kronis, sehingga masalah ini dipandang sebagai isu multidimensi yang berkaitan dengan kesehatan, sosial, dan ekonomi. Oleh karena itu, pencegahan stunting menjadi bagian penting dalam agenda pembangunan berkelanjutan, khususnya dalam Sustainable Development Goals (SDGs) yang menekankan peningkatan gizi dan kesehatan masyarakat.

Di Indonesia, stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Data menunjukkan prevalensi stunting menurun dari 37,2% pada tahun 2013 menjadi 21,6% pada tahun 2022, namun angka ini masih berada di atas

ambang batas yang ditetapkan WHO sebesar 20%. Pemerintah telah menjadikan pencegahan stunting sebagai prioritas nasional melalui berbagai program, seperti pendekatan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting (Stranas Stunting). Meskipun demikian, prevalensi stunting masih relatif tinggi di wilayah pedesaan.

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain rendahnya kualitas asupan gizi, pola asuh yang kurang optimal, sanitasi lingkungan yang buruk, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Menariknya, banyak kasus stunting terjadi di wilayah pedesaan yang sebenarnya memiliki potensi pangan lokal melimpah, namun belum dimanfaatkan secara optimal karena keterbatasan pengetahuan, inovasi, dan pemberdayaan masyarakat.

Desa Podo menjadi salah satu wilayah yang menghadapi persoalan tersebut. Hasil identifikasi awal menunjukkan masih adanya balita dengan pertumbuhan tidak optimal yang berkaitan dengan rendahnya pengetahuan ibu mengenai penyediaan makanan bergizi dan kurangnya variasi menu MP-ASI. Di sisi lain, Desa Podo memiliki potensi sumber daya lokal berupa lahan pekarangan dengan berbagai sayuran bergizi seperti bayam, kangkung, pakcoy, dan terong yang belum dimanfaatkan secara maksimal.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pemanfaatan pangan lokal dan edukasi gizi dapat menjadi strategi efektif dalam pencegahan stunting. Program kebun gizi terbukti mampu meningkatkan diversifikasi pangan keluarga, sementara demonstrasi pembuatan MP-ASI berbasis bahan lokal dapat meningkatkan keterampilan ibu dalam menyediakan makanan sehat bagi balita. Namun, sebagian besar intervensi masih dilakukan secara terpisah dan belum mengintegrasikan kedua pendekatan tersebut secara komprehensif.

Berdasarkan kondisi tersebut, terdapat gap dalam upaya pengabdian masyarakat, yaitu kurangnya intervensi terpadu yang menggabungkan

pengembangan kebun gizi dan demonstrasi MP-ASI berbasis pangan lokal. Padahal, integrasi kedua pendekatan ini berpotensi lebih efektif karena tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga keterampilan serta akses terhadap sumber pangan bergizi.

Oleh karena itu, pengabdian di Desa Podo ini bertujuan untuk mengintegrasikan pengembangan kebun gizi berbasis potensi lokal dengan demonstrasi pembuatan MP-ASI dari bahan pangan lokal. Pendekatan ini diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam penyediaan pangan sehat serta menjadi model intervensi yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik serupa.

B. Metode

a. Unit Analisis

Unit analisis dalam pengabdian ini adalah masyarakat Desa Podo, khususnya ibu balita, ibu hamil, kader posyandu, serta kelompok PKK yang berperan sebagai mitra dalam pengembangan kebun gizi dan demonstrasi MP-ASI berbasis pangan lokal. Kegiatan dilaksanakan di Desa Podo yang memiliki potensi lahan pekarangan serta ketersediaan sumber daya pangan lokal yang mendukung program.

b. Desain Pengabdian

Pengabdian ini menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR), yaitu metode yang menekankan keterlibatan aktif masyarakat dalam proses perubahan sosial melalui siklus tindakan partisipatif. Dalam pendekatan ini, mahasiswa KKN berperan sebagai fasilitator, sedangkan masyarakat bertindak sebagai subjek sekaligus pelaksana kegiatan.

Pelaksanaan PAR dilakukan melalui siklus berulang yang meliputi:

1. Perencanaan (planning): identifikasi masalah stunting, potensi lokal, serta penyusunan program kebun gizi dan demo MP-ASI bersama masyarakat;
2. Tindakan (action): implementasi program berupa pengembangan kebun gizi dan demonstrasi pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal;
3. Observasi (observation): pemantauan proses pelaksanaan, partisipasi masyarakat, serta hasil kegiatan;

4. Refleksi (reflection): evaluasi bersama masyarakat untuk menilai efektivitas program dan merumuskan perbaikan serta keberlanjutan kegiatan.

c. Sumber Informasi

Sumber informasi dalam pengabdian ini meliputi:

1. Informan: ibu balita, ibu hamil, dan kader posyandu sebagai pelaksana dan penerima edukasi gizi;

2. Responden: peserta kegiatan (ibu rumah tangga) yang mengikuti pre-test dan post-test;

3. Dokumentasi: data visual dan audiovisual berupa foto dan video kegiatan;

4. Literatur pendukung: artikel ilmiah, laporan pemerintah, serta pedoman gizi dari Kementerian Kesehatan RI.

d. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui:

1. Observasi langsung untuk mengidentifikasi kondisi awal dan partisipasi masyarakat;

2. Wawancara terstruktur dengan kader posyandu dan perangkat desa;

3. Angket (pre-test dan post-test) untuk mengukur perubahan pengetahuan gizi;

4. Focus Group Discussion (FGD) dengan ibu PKK dan kader posyandu untuk evaluasi dan perencanaan keberlanjutan;

5. Dokumentasi audiovisual sebagai data pendukung.

e. Analisis Data

Analisis data dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu:

1. Analisis kuantitatif deskriptif, untuk mengukur peningkatan pengetahuan berdasarkan hasil pre-test dan post-test;

2. Analisis kualitatif tematik, untuk mengidentifikasi tema utama dari hasil wawancara, observasi, dan FGD terkait efektivitas program.

Hasil kedua analisis tersebut kemudian dipadukan melalui triangulasi data guna memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai efektivitas program pengabdian berbasis PAR.

C. Hasil dan Pembahasan

a. Hasil

Program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Desa Podo berfokus pada pencegahan stunting melalui pengembangan kebun gizi dan demonstrasi pembuatan makanan pendamping ASI (MP-ASI) berbasis pangan lokal. Program ini dirancang untuk mengurangi atau meminimalisir angka stunting di pedesaan, yang salah satunya disebabkan oleh rendahnya pengetahuan gizi ibu balita serta keterbatasan akses terhadap bahan pangan bergizi. Dalam pelaksanaannya, program melibatkan berbagai pihak, termasuk ibu balita, ibu hamil, kader posyandu, serta kelompok PKK sebagai pelaksana sekaligus penerima manfaat. Keterlibatan multipihak ini menjadi penting untuk memastikan bahwa kegiatan tidak hanya berhenti pada tataran sosialisasi, tetapi juga berlanjut menjadi praktik nyata yang berkesinambungan.

1. Pendirian Kebun Gizi Mandiri

Hasil pertama yang dapat dicatat adalah keberhasilan mendirikan kebun gizi mandiri. Kebun gizi ini dikembangkan dengan memanfaatkan lahan desa dan pekarangan rumah warga, yang sebelumnya kurang termanfaatkan secara optimal. Jenis tanaman yang dipilih meliputi sayuran cepat panen dan kaya gizi, seperti bayam, pakcoy, terong, dan kangkung. Pemilihan jenis tanaman tersebut didasarkan pada pertimbangan kandungan gizi, kemudahan perawatan, serta kesesuaian dengan kondisi tanah dan iklim setempat.

Kebun gizi dikelola bersama oleh kader posyandu dan kelompok PKK dengan sistem kerja gotong royong. Proses penanaman dimulai dari pembibitan, pengolahan lahan, penanaman, hingga pemeliharaan tanaman. Keberadaan kebun gizi ini memberikan manfaat nyata sebagai sumber pangan bergizi bagi keluarga, sekaligus menjadi sarana edukasi masyarakat mengenai pentingnya diversifikasi pangan.

Selain itu, kebun gizi juga memiliki nilai sosial yang signifikan. Aktivitas mengelola kebun bersama menumbuhkan rasa kebersamaan, memperkuat solidaritas sosial, dan menciptakan ruang belajar yang interaktif. Para ibu dapat saling berbagi pengalaman tentang cara menanam, merawat, dan memanfaatkan hasil panen untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Hal ini menjadikan kebun gizi tidak sekadar sebagai sumber pangan, tetapi juga sebagai media pemberdayaan masyarakat desa.

2. Demonstrasi Pembuatan MP-ASI Berbasis Pangan Lokal

Hasil kedua yang menonjol adalah keberhasilan pelaksanaan demonstrasi pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal. Kegiatan ini diikuti oleh 30 ibu balita yang antusias mengikuti setiap sesi. Tujuan utama kegiatan ini adalah memberikan pemahaman praktis kepada para ibu tentang cara mengolah bahan pangan sederhana dan murah menjadi makanan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan anak balita.

Produk pangan yang diperkenalkan dalam demonstrasi antara lain nugget nasi dan sempol nasi. Pemilihan produk ini bukan tanpa alasan. Nugget nasi, misalnya, dipilih karena merupakan bentuk olahan yang mudah diterima anak-anak, memiliki tekstur yang lembut, dan dapat dipadukan dengan berbagai bahan tambahan bergizi, seperti sayuran cincang atau ikan. Sementara itu, sempol nasi dipilih karena relatif mudah dibuat, membutuhkan bahan yang sederhana, dan dapat disajikan sebagai camilan sehat untuk anak-anak.

Hasil pengamatan menunjukkan bahwa produk pangan lokal yang diperkenalkan mendapat respons positif dari para ibu maupun anak-anak. Banyak ibu yang menyatakan bahwa anak mereka lebih mudah menerima MP-ASI yang berbentuk menarik dan bervariasi, dibandingkan dengan makanan yang monoton. Hal ini membuktikan bahwa kreativitas dalam pengolahan pangan sangat berperan dalam meningkatkan nafsu makan anak balita sekaligus menjaga asupan gizinya.

Selain itu, demonstrasi ini juga memberikan kesempatan bagi para ibu untuk mencoba langsung proses pengolahan makanan. Dengan demikian, kegiatan tidak hanya sebatas penyampaian teori, tetapi juga melibatkan praktik langsung yang memungkinkan peserta memperoleh keterampilan baru. Praktik ini meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menyajikan makanan bergizi bagi anak-anak mereka.

3. Evaluasi Pengetahuan Gizi

Hasil ketiga yang diperoleh dari program ini adalah adanya peningkatan pengetahuan gizi pada ibu balita. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta sebelum dan setelah kegiatan. Pertanyaan yang diajukan meliputi pemahaman tentang konsep gizi seimbang, manfaat MP-ASI, cara pengolahan pangan lokal, serta pentingnya variasi makanan dalam mendukung pertumbuhan anak.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 35% pada ibu balita setelah mengikuti program. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa metode edukasi yang digunakan, yaitu kombinasi antara ceramah singkat, demonstrasi, dan praktik langsung, efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Selain peningkatan skor pengetahuan, terdapat pula perubahan sikap yang ditunjukkan oleh para ibu, seperti meningkatnya kesadaran untuk mencoba resep MP-ASI baru, memanfaatkan hasil kebun gizi, serta mengurangi ketergantungan pada makanan instan.

Tabel 1: Perbandingan Hasil Pre-Test dan Post-Test Pengetahuan Gizi Ibu Balita

Indikator Pengetahuan	Rata-rata skor Pre-Test (%)	Rata-rata skor Post-Test (%)	Peningkatan (%)
Pengetahuan tentang gizi seimbang	45	78	33
Pengetahuan tentang MP-ASI lokal	40	75	35
Cara pengolahan pangan bergizi	42	79	37
Pentingnya variasi makanan	50	82	32
Rata-rata total	44,25	78,5	34,25

Dari tabel di atas terlihat bahwa peningkatan pengetahuan terjadi secara konsisten pada semua indikator. Hal ini menunjukkan bahwa program pengabdian tidak hanya menambah wawasan ibu balita, tetapi juga memperkuat pemahaman praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Selain itu, dokumentasi kegiatan juga memperlihatkan keterlibatan aktif masyarakat dalam pengembangan kebun gizi dan praktik pengolahan MP-ASI.



Gambar 1: Aktivitas Ibu PKK dan Kader Posyandu dalam Demo Pembuatan MP-ASI

1. Dampak Sosial dan Lingkungan

Selain hasil yang terukur secara kuantitatif, terdapat pula dampak sosial dan lingkungan yang signifikan dari program ini. Dari sisi sosial, kegiatan ini mempererat hubungan antarwarga, terutama antara kader posyandu, ibu PKK, dan ibu balita. Kerja sama dalam mengelola kebun gizi menciptakan budaya gotong royong yang semakin kuat, sementara demonstrasi MP-ASI menjadi ajang interaksi yang positif.

Dari sisi lingkungan, pemanfaatan pekarangan rumah untuk kebun gizi membantu mengurangi lahan kosong yang sebelumnya tidak produktif. Selain itu, penggunaan pupuk organik dan metode tanam sederhana yang diperkenalkan dalam program juga mendukung praktik pertanian ramah lingkungan. Dengan demikian, program ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan gizi, tetapi juga pada kelestarian lingkungan desa.

2. Refleksi Keberlanjutan Program

Hasil akhir yang patut dicatat adalah adanya komitmen masyarakat untuk melanjutkan program setelah kegiatan KKN selesai. Beberapa kelompok PKK bahkan berinisiatif mengembangkan variasi tanaman baru untuk menambah diversifikasi pangan. Kader posyandu juga menyatakan kesediaan mereka untuk terus memantau pemanfaatan hasil kebun gizi sekaligus memberikan edukasi gizi dalam kegiatan rutin posyandu. Hal ini menunjukkan bahwa program berhasil menumbuhkan rasa kepemilikan dan tanggung jawab di kalangan masyarakat

b. Pembahasan

Peningkatan pengetahuan gizi ibu balita sebesar 35% menunjukkan bahwa kombinasi antara edukasi melalui demonstrasi pembuatan makanan pendamping ASI (MP-ASI) berbasis pangan lokal dan praktik langsung melalui pengelolaan kebun gizi terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi masyarakat. Hasil ini penting, karena selama ini penyuluhan gizi sering kali hanya diberikan dalam bentuk ceramah satu arah tanpa adanya tindak lanjut berupa praktik nyata. Dengan adanya kegiatan demonstrasi MP-ASI, ibu balita dapat secara langsung melihat dan mempraktikkan bagaimana mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan bergizi yang disukai anak. Pendekatan ini lebih kontekstual dan aplikatif dibandingkan hanya memberikan teori semata.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2019), yang menunjukkan bahwa intervensi berbasis pangan lokal mampu meningkatkan asupan gizi anak balita secara signifikan. Dalam penelitian tersebut, penggunaan bahan pangan yang mudah diakses di sekitar rumah tangga terbukti meningkatkan keberlanjutan praktik pemberian makanan bergizi. Hal ini juga mengatasi tantangan utama dalam intervensi gizi, yaitu keterbatasan daya beli dan akses terhadap bahan pangan komersial yang sering kali dianggap lebih bergizi tetapi tidak terjangkau bagi masyarakat pedesaan. Oleh karena itu, pendekatan yang mengintegrasikan edukasi dan pemanfaatan potensi lokal menjadi solusi yang tepat dalam konteks Desa Podo.

Selain itu, keberhasilan pengembangan kebun gizi sebagai sumber pangan alternatif juga mendukung upaya ketahanan pangan keluarga. Ketahanan pangan bukan hanya persoalan ketersediaan bahan pangan, melainkan juga keterjangkauan, aksesibilitas, dan pemanfaatan pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi (FAO, 2020). Kebun gizi yang dikembangkan dalam program ini memberikan contoh nyata bahwa pekarangan rumah atau lahan desa dapat dioptimalkan untuk menghasilkan sayuran cepat panen seperti bayam, pakcoy, kangkung, dan terong. Sayuran tersebut memiliki kandungan zat gizi yang penting bagi pertumbuhan anak, terutama zat besi, vitamin A, dan serat yang dapat mencegah anemia serta mendukung sistem imun.

Hasil ini konsisten dengan temuan Nurdin & Hidayat (2021), yang menekankan pentingnya pemberdayaan masyarakat melalui pemanfaatan pekarangan rumah untuk mendukung diversifikasi pangan dan pencegahan stunting. Diversifikasi pangan menjadi salah satu strategi nasional dalam mewujudkan ketahanan pangan berkelanjutan. Dengan demikian, kebun gizi bukan hanya sekadar proyek sesaat, tetapi dapat dijadikan model pemberdayaan masyarakat yang berkelanjutan jika dikelola dengan baik.

Dari sisi partisipasi masyarakat, keterlibatan kader posyandu dan ibu PKK sebagai pengelola kebun gizi memiliki peran penting. Partisipasi ini menumbuhkan rasa kepemilikan terhadap program sehingga keberlanjutan lebih terjamin. Dalam banyak kasus, program intervensi gagal berlanjut setelah fasilitator eksternal meninggalkan lokasi, karena tidak ada aktor lokal yang merasa bertanggung jawab terhadap keberlangsungan kegiatan. Namun, dalam program ini, keberadaan kader posyandu sebagai agen perubahan lokal terbukti efektif dalam menggerakkan masyarakat dan memastikan bahwa kebun gizi tetap terawat setelah program KKN selesai.

Implikasi praktis dari program ini adalah bahwa edukasi gizi tidak cukup hanya dengan penyuluhan, tetapi harus dikombinasikan dengan praktik nyata yang melibatkan masyarakat secara langsung. Dalam hal ini, kebun gizi berfungsi sebagai sarana pembelajaran kontekstual yang tidak hanya menyediakan pangan bergizi, tetapi juga menumbuhkan rasa kepemilikan dan tanggung jawab sosial masyarakat. Model edukasi yang berbasis praktik seperti ini sesuai dengan konsep *experiential learning*, di mana pembelajaran menjadi lebih efektif ketika peserta terlibat secara aktif dalam pengalaman langsung.

Lebih jauh, pembelajaran yang didapatkan melalui kebun gizi juga memiliki dampak lintas generasi. Anak-anak yang melihat orang tuanya menanam dan mengolah sayuran akan lebih familiar dengan konsumsi sayuran dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan penelitian Nugraheni et al. (2020), yang menemukan bahwa pola konsumsi anak balita sangat dipengaruhi oleh kebiasaan keluarga dan lingkungan rumah tangga. Oleh karena itu, pengembangan kebun gizi tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu balita, tetapi juga membentuk lingkungan rumah tangga yang lebih kondusif untuk praktik hidup sehat.

Dari sisi teori, temuan pengabdian ini memperkuat pandangan bahwa intervensi berbasis komunitas lebih efektif dalam mengatasi masalah gizi dibandingkan dengan pendekatan top-down. Intervensi yang dirancang secara partisipatif mampu menjawab kebutuhan nyata masyarakat dan sesuai dengan potensi lokal yang tersedia. Hal ini juga sesuai dengan teori pembangunan berbasis aset (Asset-Based Community Development/ABCD), yang menekankan pada pengembangan potensi lokal sebagai modal utama pemberdayaan masyarakat (Mathie & Cunningham, 2003). Dalam konteks Desa Podo, potensi lokal berupa pekarangan dan bahan pangan sederhana menjadi aset utama yang dimobilisasi melalui program ini.

Meski demikian, pengabdian ini juga memiliki keterbatasan. Pertama, dampak program baru diukur pada aspek pengetahuan gizi dan belum mencakup perubahan status gizi balita secara langsung. Padahal, perubahan status gizi memerlukan waktu lebih lama dan dipengaruhi oleh banyak faktor lain seperti sanitasi, pola asuh, dan kondisi kesehatan. Kedua, program ini masih terbatas pada satu desa sehingga generalisasi hasil ke konteks desa lain harus dilakukan dengan hati-hati. Ketiga, monitoring jangka panjang terhadap keberlanjutan kebun gizi belum dilakukan secara mendalam, sehingga diperlukan studi lanjutan untuk memastikan dampak jangka panjang.

Meskipun ada keterbatasan tersebut, kontribusi utama pengabdian ini adalah memberikan model integratif yang menggabungkan edukasi gizi, praktik pertanian rumah tangga, dan pemberdayaan komunitas. Nilai tambah lainnya adalah keterlibatan kader posyandu dan ibu PKK yang menjamin keberlanjutan program. Dengan demikian, program ini dapat dijadikan rujukan bagi pengembangan intervensi sejenis di desa lain yang menghadapi permasalahan stunting.

Secara praktis, saran untuk pengabdian selanjutnya adalah memperluas cakupan intervensi dengan melibatkan lebih banyak keluarga dan melakukan diversifikasi tanaman yang ditanam di kebun gizi. Selain itu, perlu dilakukan pengukuran status gizi anak balita secara berkala (misalnya tinggi badan per umur, berat badan per umur, dan indikator lain yang digunakan WHO) untuk melihat dampak nyata terhadap perbaikan gizi. Dari sisi kebijakan, hasil pengabdian ini dapat menjadi masukan bagi pemerintah daerah untuk mengintegrasikan program

kebun gizi ke dalam program ketahanan pangan dan kesehatan masyarakat di tingkat desa maupun kabupaten.

Dengan demikian, pembahasan ini menegaskan bahwa strategi pencegahan stunting yang menggabungkan edukasi gizi berbasis pangan lokal dan praktik pertanian komunitas mampu memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan ketahanan pangan keluarga. Temuan kunci dari pengabdian ini adalah pentingnya mengintegrasikan pendekatan teoritis (pengetahuan) dan praktis (aksi nyata) dalam satu kerangka intervensi yang berkelanjutan. Pada akhirnya, keberhasilan pencegahan stunting tidak hanya ditentukan oleh seberapa banyak pengetahuan yang dimiliki masyarakat, tetapi juga oleh sejauh mana pengetahuan tersebut dapat diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

- Temuan kunci dari pengabdian ini adalah:
 1. Integrasi edukasi dan praktik lebih efektif dibanding penyuluhan tunggal.
 2. Pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi strategi berkelanjutan dalam mencegah stunting.
 3. Keterlibatan kader posyandu dan PKK menjadi faktor penguat keberhasilan program, karena mereka memiliki kedekatan sosial dengan masyarakat.

Namun, pengabdian ini memiliki keterbatasan, di antaranya:

- Pengukuran dampak hanya terbatas pada peningkatan pengetahuan, belum mencakup status gizi balita secara langsung.
- Jangkauan kegiatan masih terbatas pada satu desa, sehingga belum dapat digeneralisasi ke wilayah lain.

Untuk pengabdian selanjutnya, disarankan agar dilakukan pemantauan status gizi balita secara longitudinal serta memperluas cakupan ke desa-desa lain dengan adaptasi sesuai kondisi lokal.

D. Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat melalui pengembangan kebun gizi dan demonstrasi pembuatan makanan pendamping ASI (MP-ASI) berbasis pangan lokal di Desa Podo menunjukkan hasil yang positif dan signifikan. Upaya ini tidak hanya berfokus pada edukasi teoritis mengenai pentingnya gizi seimbang, tetapi juga memberikan ruang praktik nyata melalui kegiatan berkebun dan pelatihan pengolahan pangan. Dengan demikian, masyarakat, khususnya ibu balita, dapat memperoleh pengalaman langsung sekaligus meningkatkan keterampilan dalam menyediakan pangan bergizi.

Hasil evaluasi melalui pre-test dan post-test memperlihatkan adanya peningkatan pengetahuan gizi ibu balita sebesar 35%. Temuan ini menegaskan bahwa kombinasi antara pendekatan edukasi dan praktik berbasis potensi lokal lebih efektif dibandingkan penyuluhan satu arah semata. Selain itu, keberhasilan pendirian kebun gizi mandiri yang dikelola oleh kader posyandu dan kelompok PKK membuktikan bahwa program ini mampu menumbuhkan kemandirian, rasa memiliki, serta partisipasi aktif masyarakat dalam pencegahan stunting. Kebun gizi tersebut tidak hanya berfungsi sebagai sumber pangan sehat, tetapi juga menjadi sarana belajar kolektif yang dapat memperkuat ketahanan pangan keluarga.

Dari sisi teoretis, pengabdian ini menguatkan pandangan bahwa pencegahan stunting memerlukan pendekatan holistik yang mengintegrasikan edukasi, praktik, dan pemberdayaan masyarakat. Dari sisi praktis, kegiatan ini memberikan model intervensi yang aplikatif dan dapat direplikasi di desa lain dengan menyesuaikan kondisi lokal masing-masing.

Namun, program ini memiliki keterbatasan karena pengukuran dampak hanya dilakukan pada peningkatan pengetahuan, belum menyentuh aspek status gizi balita secara langsung. Oleh karena itu, diperlukan pengabdian lanjutan dengan monitoring jangka panjang untuk menilai perubahan nyata pada status gizi anak, sekaligus memperluas cakupan ke wilayah lain sebagai upaya sistematis meminimalisir angka stunting di pedesaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, Y., Paek, S. C., Meemon, N., & Marohabutr, T. (2024). Analysis of traditional feeding practices and stunting among children aged 6 to 59 months in Karanganyar District, Central Java Province, Indonesia. *BMC Pediatrics*, 24, 29. <https://doi.org/10.1186/s12887-023-04486-0>
- Babys, I. Y., Dewi, Y. L. R., & Rahardjo, S. S. (2022). Meta-analysis the effect of complementary feeding practice on stunting in children aged 6-59 months. *Journal of Maternal and Child Health*.
<https://doi.org/10.26911/thejmch.2022.07.04.10>
- Fanani Grathima, E., Yunitasari, E., & Indarwati, R. (2024). The impact of complementary food interventions on adolescence stunting prevention: A systematic review. *Indonesian Journal of Community Health Nursing*, 9(2).
<https://doi.org/10.20473/ijchn.v9i2.47246>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Hasil utama laporan Rizal Stunting 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- Marlinton, S., & Sulistyaningsih, S. (2022). Evaluating the impact of indigenous foods on stunting prevention in rural Indonesian communities. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 9(4). <https://doi.org/10.30867/action.v9i4.1924>
- Nosratabadi, S., Khazami, N., Ben Abdallah, M., Lackner, Z., Band, S. S., Mosavi, A., & Mako, C. (2020). Social capital contributions to food security: A comprehensive literature review. *ArXiv Preprint*.
<https://arxiv.org/abs/2012.03606>
- Nugraheni, D., Nuryanto, Wijayanti, H. S., Panunggal, B., Syauqy, A. (2020). Asi Eksklusif Dan Asupan Energi Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Usia 6 –24 Bulan Di Jawa Tengah. *Journal Of Nutrition College*, 9(2), 106-113. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i2.27126>
- Parera, L. A. M., Budiana, I. G. M. N., Neolaka, Y. A. B., Jasman, J., Sarifudin, K., & Dewi, N. W. O. A. C. (2024). Edukasi gizi MP-ASI sebagai alternatif pencegahan stunting. *Jurnal Masyarakat Mengabdi Nusantara*, 3(3), 35–44.
<https://doi.org/10.58374/jmmn.v3i3.263>

- Putra, L. R., Herforth, A., Sulser, T. B., & Masters, W. A. (2024). Global analysis reveals persistent shortfalls and regional differences in availability of foods needed for health. ArXiv Preprint. <https://arxiv.org/abs/2401.01080>
- Rahmawati, I., Handayani, L., & Prasetya, R. (2019). Effect of Moringa leaf supplementation on nutritional status of stunted children. *Indonesian Journal of Nutrition*, 6(1), 55–61.
- Schneider, K. R., Christiaensen, L., Webb, P., & Masters, W. A. (2022). Assessing the affordability of nutrient-adequate diets. ArXiv Preprint. <https://arxiv.org/abs/2207.07240>
- Taufikurrahman, T., Ramadhani, C. N., Permatasari, F., Sirlya, V., & Alamsyah, M. B. (2024). Pencegahan stunting melalui edukasi MP-ASI kepada masyarakat Desa Saringembat dalam bentuk inovasi menu makanan menggunakan bahan lokal dan praktik pembuatan MP-ASI kepada ibu balita. *Natural: Jurnal Pelaksanaan Pengabdian*, 3(1). <https://doi.org/10.61132/natural.v3i1.988>
- Yuniarti, L., & Pratiwi, T. (2021). Acceptability of Moringa-fortified complementary food among toddlers. *Jurnal Kesehatan Gizi*, 3(1), 13–20.