



---

**Peningkatan Literasi Tumbuh Kembang dan Pengolahan Pangan Lokal untuk Mendukung Gizi Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tambakan**

Imas Damayanti<sup>1</sup>, Isti Kumalasari<sup>2</sup>, Ai Mahmudatussa'adah<sup>3</sup>, Kurnia Ekawijayanti<sup>1</sup>, Fulki Muhammad Farel<sup>1</sup>, Nathan Akhtar Akbar<sup>1</sup>, Cheyris Tsabita<sup>1</sup>, Widia Puteri Nauli<sup>1</sup>, Safira Tri Damayanti<sup>2</sup>, Chrisdian Rosmawati Sianipar<sup>2</sup>, Dwi Khalisa Putri<sup>2</sup>, Tyaswahyu Neema Rasheeha<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>2</sup>Prodi Gizi, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>3</sup>Prodi Teknik Kimia, Fakultas Pendidikan Teknologi dan Industri, Universitas Pendidikan Indonesia

Jl. Dr. Setiabudhi No. 229, Bandung 40154, Jawa Barat, Indonesia

Email: [imas\\_d@upi.edu](mailto:imas_d@upi.edu)

**Abstrak**

*Stunting* masih menjadi permasalahan kesehatan yang memengaruhi kualitas tumbuh kembang anak, termasuk di Desa Tambakan Kabupaten Subang, di mana rendahnya pemahaman ibu mengenai *milestone* perkembangan, teknik stimulasi, serta kebutuhan gizi balita menjadi faktor risiko utama. Selain itu, pemanfaatan pangan lokal bergizi seperti ubi jalar dan ikan belum optimal, baik sebagai sumber nutrisi untuk mencegah *stunting* maupun sebagai potensi ekonomi keluarga. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan literasi ibu-ibu PKK mengenai tumbuh kembang dan gizi balita serta membekali mereka dengan keterampilan mengolah pangan lokal bernilai gizi tinggi. Metode kegiatan meliputi penyuluhan tentang tumbuh kembang anak, edukasi gizi balita, dan pelatihan praktis pembuatan tepung ubi jalar dengan inovasi perendaman roseola, pembuatan minuman sehat dari limbah rendaman, serta abon ikan. Evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan peserta, dari rata-rata skor 15,2 menjadi 17,1 ( $t = 4,55$ ;  $p < 0,001$ ). Kegiatan ini menyimpulkan bahwa peningkatan literasi dan penguatan keterampilan pengolahan pangan lokal efektif mendukung pencegahan *stunting* serta membuka peluang ekonomi bagi masyarakat Desa Tambakan.

**Kata Kunci:** *Stunting*, tumbuh kembang, pengetahuan ibu, pengolahan pangan lokal, gizi balita

---

**PENDAHULUAN**

Kabupaten Subang, khususnya Desa Tambakan, Kecamatan Jalancagak, masih menghadapi permasalahan *stunting* serta rendahnya kesejahteraan masyarakat. *Stunting* didefinisikan sebagai kondisi anak dengan tinggi badan lebih rendah dari -2 standar deviasi pada grafik pertumbuhan WHO (Laksono et al., 2022). Mitra utama dalam program ini adalah Kelompok Tim Penggerak PKK (TP PKK) dan Posyandu Desa Tambakan, yang selama ini berperan dalam pelayanan kesehatan dasar. Namun, peran tersebut belum terintegrasi secara optimal dengan edukasi gizi berbasis pemanfaatan

*Peningkatan Literasi Tumbuh Kembang dan Pengolahan Pangan Lokal untuk Mendukung Gizi Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tambakan*

*Imas Damayanti<sup>1</sup>, Isti Kumalasari<sup>2</sup>, Ai Mahmudatussa'adah<sup>3</sup>, Kurnia Ekawijayanti<sup>1</sup>, Fulki Muhammad Farell, Nathan Akhtar Akbar<sup>1</sup>, Cheyris Tsabita<sup>1</sup>, Widia Puteri Nauli<sup>1</sup>, Safira Tri Damayanti<sup>2</sup>, Chrisdian Rosmawati Sianipar<sup>2</sup>, Dwi Khalisa Putri<sup>2</sup>, Tyaswahyu Neema Rasheeha<sup>2</sup>*

pangan lokal. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Subang, terdapat 1.323 kasus *stunting* pada penimbangan balita di bulan Februari 2025, dengan Kecamatan Jalancagak menempati peringkat ketiga terbanyak—lokasi sasaran program ini.

Secara bersamaan, wilayah ini memiliki potensi pangan lokal yang melimpah. Laporan Dinas Pertanian Kabupaten Subang tahun 2025 menunjukkan bahwa pada periode Januari–Juni 2025, Kabupaten Subang memproduksi 79,2 ton ubi jalar dan 1,3 ton ikan mas. Dengan demikian, lokasi dan mitra sasaran merupakan titik di mana masalah dan potensi solusinya berada pada satu tempat, namun masih memerlukan inovasi untuk menghubungkan rantai solusi secara efektif.

Permasalahan yang dihadapi mitra terkait *stunting* meliputi kurangnya pengetahuan mengenai gizi, keterbatasan kemampuan dalam mengolah pangan lokal, serta rendahnya daya saing ekonomi keluarga (Rusliani et al., 2022; Nurhayati et al., 2023; Atamou et al., 2023; Noorhasanah & Tauhidah, 2021; Aurima et al., 2021; Novitasari et al., 2023). *Stunting* merupakan salah satu akar masalah pengembangan sumber daya manusia Indonesia di masa depan, dengan urgensi yang sangat tinggi (Mustakim et al., 2022; Soliman et al., 2021; Syihab et al., 2021). Padahal, potensi pangan lokal di Kabupaten Subang dapat menjadi salah satu unsur utama dalam upaya pencegahan *stunting* (Fristiwi et al., 2023; Febriyanti et al., 2023). Oleh karena itu, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dirancang untuk memberikan edukasi gizi, pelatihan inovasi pengolahan pangan lokal, serta penguatan kewirausahaan, sehingga dapat mendorong kemandirian masyarakat sekaligus menurunkan angka *stunting* (Rohmah et al., 2023; Supriastuti et al., 2024).

Tujuan jangka pendek kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan ibu-ibu PKK mengenai tumbuh kembang anak, *milestone* perkembangan, teknik stimulasi, serta kebutuhan gizi optimal untuk mencegah *stunting* sejak dini. Kegiatan ini juga bertujuan memberikan keterampilan mengolah pangan lokal menjadi produk bernilai gizi tinggi, seperti tepung ubi jalar, minuman sehat dari limbah perendaman ubi, dan abon ikan.

Secara jangka panjang, kegiatan ini diharapkan dapat membentuk perilaku sadar gizi keluarga, meningkatkan praktik stimulasi perkembangan anak di rumah, serta menyediakan produk pangan lokal bergizi yang dapat membantu menurunkan risiko *stunting*. Bagi masyarakat, kegiatan ini membuka peluang usaha sekaligus meningkatkan

ketahanan pangan desa. Bagi institusi, kegiatan ini memperkuat kontribusi perguruan tinggi dalam pencegahan *stunting* berbasis pemberdayaan masyarakat.

## **METODE PENELITIAN**

Metode pelaksanaan kegiatan meliputi edukasi, diskusi interaktif, dan praktik langsung, yang secara keseluruhan diarahkan untuk mendukung pencegahan *stunting* melalui peningkatan pengetahuan ibu dan penyediaan pangan bergizi. Tahapan kegiatan adalah sebagai berikut:

- **Penyuluhan Tumbuh Kembang Anak**  
Materi meliputi definisi tumbuh dan kembang, ciri pertumbuhan dan perkembangan normal, *milestone* penting dari lahir hingga balita, serta teknik stimulasi sederhana yang sangat penting untuk mendorong perkembangan optimal dan mencegah faktor risiko *stunting*.
- **Penyuluhan Gizi Balita**  
Edukasi mengenai kebutuhan nutrisi yang mendukung pertumbuhan linear dan perkembangan otak, termasuk peran protein, zat besi, vitamin, dan mineral dalam mencegah *stunting*.
- **Pelatihan Pengolahan Pangan Lokal untuk Pencegahan *Stunting***
  - **Pembuatan Tepung Ubi Jalar dengan Inovasi Perendaman *Roseola***  
Proses ini menghasilkan tepung kaya nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan MP-ASI bergizi.
  - **Pembuatan Minuman Sehat dari Limbah Rendaman Ubi**  
Minuman ini menawarkan alternatif sumber energi dan nutrisi tambahan.
  - **Pembuatan Abon Ikan**  
Abon ikan menjadi sumber protein hewani berkualitas tinggi yang sangat penting dalam pencegahan *stunting*.
- **Evaluasi Pengetahuan melalui Pre-Test dan Post-Test**  
Dilakukan untuk mengukur efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang tumbuh kembang dan gizi balita.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Kegiatan pengabdian memberikan dampak nyata terhadap peningkatan literasi tumbuh kembang dan gizi balita. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam

*Peningkatan Literasi Tumbuh Kembang dan Pengolahan Pangan Lokal untuk Mendukung Gizi Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tambakan*

*Imas Damayanti<sup>1</sup>, Isti Kumalasari<sup>2</sup>, Ai Mahmudatussa'adah<sup>3</sup>, Kurnia Ekawijayanti<sup>1</sup>, Fulki Muhammad Farell<sup>1</sup>, Nathan Akhtar Akbar<sup>1</sup>, Cheyris Tsabita<sup>1</sup>, Widia Puteri Nauli<sup>1</sup>, Safira Tri Damayanti<sup>2</sup>, Chrisdian Rosmawati Sianipar<sup>2</sup>, Dwi Khalisa Putri<sup>2</sup>, Tyaswahyu Neema Rasheeha<sup>2</sup>*

mengikuti penyuluhan serta praktik pengolahan pangan. Pengetahuan ibu-ibu PKK mengenai *milestone* perkembangan, teknik stimulasi, dan kebutuhan gizi balita meningkat secara signifikan, yang menjadi komponen utama pencegahan *stunting*.

Dalam pelatihan, peserta mampu menghasilkan tepung ubi jalar menggunakan inovasi *roseola*, minuman dari limbah rendaman ubi, serta abon ikan yang kaya protein. Produk-produk ini dinilai mudah diproduksi, bernutrisi tinggi, dan dapat digunakan sebagai pangan bergizi bagi balita atau dikembangkan sebagai usaha ekonomi keluarga. Hal ini menunjukkan peluang integrasi antara edukasi kesehatan dan pemberdayaan ekonomi sebagai pendekatan keberlanjutan pencegahan *stunting*.

Tabel 1. Hasil Tes Pengetahuan tentang Tumbuh Kembang dan Gizi Balita

Statistik	Pre-Test	Post-Test	Paired t-test
N	34	34	t=4.55
Mean	15.2	17.1	p<0.001
Median	16	17	
Min	7	6	
Max	20	20	
Std.Dev	3.3	3.5	

Peningkatan skor rata-rata dari 15.2 menjadi 17.1 menunjukkan bahwa peserta memperoleh pemahaman lebih baik mengenai faktor-faktor kunci pencegahan *stunting* seperti stimulasi perkembangan dan pemenuhan gizi.

Nilai *p*, 0.001 menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pelatihan. Hal ini membuktikan bahwa kegiatan ini efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu-ibu PKK mengenai tumbuh kembang dan gizi balita sebagai langkah awal pencegahan *stunting*.



Gambar 1. Pelatihan Pengolahan Tepung dan Abon Ikan

*Peningkatan Literasi Tumbuh Kembang dan Pengolahan Pangan Lokal untuk Mendukung Gizi Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tambakan*

*Imas Damayanti<sup>1</sup>, Isti Kumalasari<sup>2</sup>, Ai Mahmudatussa'adah<sup>3</sup>, Kurnia Ekawijayanti<sup>1</sup>, Fulki Muhammad Farell<sup>1</sup>, Nathan Akhtar Akbar<sup>1</sup>, Cheyris Tsabita<sup>1</sup>, Widia Puteri Nauli<sup>1</sup>, Safira Tri Damayanti<sup>2</sup>, Chrisdian Rosmawati Sianipar<sup>2</sup>, Dwi Khalisa Putri<sup>2</sup>, Tyaswahyu Neema Rasheeha<sup>2</sup>*



Gambar 2. Peningkatan Literasi Kesehatan dan Gizi Balita



Gambar 3. Peningkatan Literasi Kesehatan dan Gizi Balita

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil meningkatkan literasi ibu-ibu PKK Desa Tambakan mengenai tumbuh kembang, stimulasi perkembangan, dan gizi balita, yang merupakan aspek penting dalam pencegahan *stunting*. Pelatihan pengolahan pangan lokal juga memberikan keterampilan tambahan dalam menghasilkan pangan bergizi tinggi yang dapat dimanfaatkan untuk konsumsi balita ataupun dikembangkan sebagai usaha desa. Disarankan agar kegiatan ini dilanjutkan dengan pendampingan produksi, sertifikasi produk pangan lokal, serta edukasi lanjutan bekerja sama dengan posyandu untuk memperkuat upaya pencegahan *stunting* secara berkelanjutan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Atamou, L., Rahmadiyah, D. C., Hassan, H., & Setiawan, A. (2023). Analysis of the determinants of stunting among children aged below five years in stunting locus villages in Indonesia. *InHealthcare*, *11*(6), 810.
- Aurima, J., Susaldi, S., Agustina, N., Masturoh, A., Rahmawati, R., & Madhe, M. T. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di Indonesia. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, *1*(2), 43–48.
- Febriyanti, E., Khairani, L., & Hajar, S. (2023). Identification of Potential Local Food Ingredients as a Food Source for Stunting Prevention in Langkat District. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *6*(4), 4352–4358.
- Fristiwi, P., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2023). The Effectiveness of Stunting Prevention Programs in Indonesia: A Systematic Review. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, *9*(5), 1262–1273.
- Laksono, A. D., Wulandari, R. D., Amaliah, N., & Wisnuwardani, R. W. (2022). Stunting among children under two years in Indonesia: Does maternal education matter? *PLoS One*, *17*(7), e0271509.
- Mustakim, M. R., Irawan, R., Irmawati, M., & Setyoboedi, B. (2022). Impact of stunting on development of children between 1-3 years of age. *Ethiopian Journal of Health Sciences*, *32*(3), 577–584.
- Noorhasanah, E., & Tauhidah, N. I. (2021). Hubungan pola asuh ibu dengan kejadian stunting anak usia 12-59 bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, *4*(2), 37–42.
- Novitasari, P., Kumalasari, I., & Rosdiana, D. S. (2023). Relationships of Demographic, Healthy Living Behaviour, and Maternal Nutrition Knowledge with Stunting among School-Aged Children in Cihampelas District, West Bandung Regency. *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences*, *19*(Suppl 22), 173–182.
- Nurhayati, A. N., Yustiani, A., Patriasih, R., & Mahmudatusaadah, A. (2023). Daily protein intake among stunted toddlers in Cimahi, Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, *18*(Suppl. 1), 41–42.
- Rohmah, F. N., Putriana, D., & Safitri, T. A. (2022). Berdayakan masyarakat cegah stunting dengan mengolah bahan pangan potensi lokal. *Masyarakat Berdaya dan Inovasi*, *3*(3), 114–117.
- Rusliani, N., Hidayani, W. R., & Sulistyoningih, H. (2022). Literature review: Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, *1*(1), 32–40.
- Soliman, A., De Sanctis, V., Alaaraj, N., Ahmed, S., Alyafei, F., Hamed, N., & Soliman, N. (2021). Early and long-term consequences of nutritional stunting: From childhood to adulthood. *Acta Bio Medica: Atenei Parmensis*, *92*(Suppl 1), e2021168.
- Supriastuti, E., Nursan, M., & Rakhman, A. (2024). Upayah Dan Pendampingan Strategi Percepatan Penurunan Angka Stunting Di Kabupaten Sumbawa Barat Melalui Pengolahan Pangan Lokal Sehat. *Jurnal Siar Ilmuwan Tani*, *5*(2), 238–243.
- Syihab, S. F., Stephani, M. R., Kumalasari, I., & Suherman, A. (2021). Socioeconomic status in relation to stunting and motor skill development of toddlers in urban and rural areas. (*Informasi publikasi tidak lengkap, diasumsikan sebagai artikel jurnal/prosiding*).