



## Program Edukasi "Gerakan Masakan Sehat Bergizi untuk Balita" untuk Mengatasi *Underweight* pada Balita

Muhamad Adli Fadza<sup>1</sup>, Annisa Aulia Rakhman<sup>1</sup>, Afaren Tabina Jaziilah Romeil<sup>1</sup>,  
Feni Sopia Sihombing<sup>1</sup>, Jenitra Diary Hukma Shabiyya<sup>1</sup>,  
Ananda Luthfiah Putri<sup>1</sup>, Rosyda Dianah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Department of Management Industry of Food Service and Nutrition, IPB University, Indonesia

Correspondence author: Muhamad Adli Fadza

Email: [adli.fadza@gmail.com](mailto:adli.fadza@gmail.com)

Address: Jl. Manunggal 2 No 24C, Rambutan, Ciracas, East Jakarta, DKI Jakarta 13830  
Indonesia, Telp. 082124754800

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i1.780>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

### Abstract

**Introduction:** Underweight one of the growing health issues commonly found in developing countries, including Indonesia. The prevalence of underweight among toddlers nationally is still quite high. The results of the SSGI 2024 recorded a figure of 17.1%. Therefore, GEMASITA was present in the form of educational outreach to mothers of toddlers in Cipelang Village.

**Objective:** The purpose of this service was to increase the knowledge of mothers of toddlers in preparing nutritious meals to prevent underweight status in toddlers through education using print media and audiovisual media.

**Method:** This public service was conducted by lecturers and students from IPB University on October 18, 2025, at the Cipelang Village Office Hall in Bogor. The event was attended by 31 participants, 19 of them are mothers of toddlers. The implementation included a pre-survey and media preparation, a pre-test, education through lectures, discussions, and question-and-answer sessions, a live cooking session followed by a post-test to assess the increase in knowledge

**Result:** The pre-post-test results showed an insignificant increase in the knowledge (5.83%) and attitudes (6.12%) of mothers of toddlers. The pre-test standard deviation (SD) was 2.03 and 2.29, while the post-test SD was 2.77 and 2.48.

**Conclusion:** The GEMASITA program resulted in an insignificant increase in the knowledge and attitudes of mothers of toddlers (average 5%), with the distribution of results varying (some mothers increased, some remained the same, and others decreased).

**Keywords:** education, knowledge, nutrition, toddler, underweight

## Latar Belakang

Masa balita merupakan tahap pertumbuhan yang paling krusial dalam kehidupan manusia karena pada periode ini anak sangat peka terhadap kondisi lingkungan dan pola pengasuhan di sekitarnya. Balita yang berada pada rentang usia 1–5 tahun merupakan periode pembentukan dan perkembangan penting, namun juga sangat rentan terhadap gangguan pertumbuhan dan berbagai risiko kesehatan. Sebagai calon generasi penerus bangsa, masa emas balita ditandai dengan perkembangan otak dan fisik yang sangat pesat, sehingga status gizi pada periode ini akan sangat memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan (Zalfani et al., 2022). Perhatian keluarga dalam pemenuhan kebutuhan gizi berperan penting terhadap keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak. Kecukupan asupan gizi yang seimbang membantu balita mencapai tahapan tumbuh kembang optimal, baik secara fisik maupun kognitif. Kekurangan gizi pada masa ini dapat menimbulkan gangguan pertumbuhan yang berdampak jangka panjang terhadap kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas di masa dewasa. Pemenuhan gizi yang baik menjadi pondasi penting bagi kualitas kesehatan anak sejak dini hingga dewasa (Zurhayati & Hidayah, 2022).

Masalah gizi masih menjadi perhatian serius di Indonesia. Saat ini kita masih menghadapi kondisi triple burden of malnutrition, yaitu adanya tiga beban masalah gizi sekaligus yakni gizi kurang, gizi lebih, dan defisiensi zat gizi mikro (Novianty et al., 2021). Salah satu bentuk gizi kurang yang hingga kini masih menjadi persoalan adalah underweight, yaitu kondisi ketika berat badan anak berada di bawah standar usianya. Status ini diukur dengan indeks berat badan menurut umur (BB/U), dan dikategorikan underweight bila nilai Z-score < -2 standar deviasi (Permenkes, 2020). Masalah underweight bukan hanya soal angka di timbangan, tetapi berdampak pada pertumbuhan fisik, meningkatkan kerentanan terhadap infeksi, serta berisiko menimbulkan keterlambatan perkembangan kognitif. Kondisi kurang gizi ini dapat menyebabkan berbagai gangguan serius termasuk gangguan pada otak, penurunan kecerdasan, hambatan pertumbuhan fisik, serta gangguan metabolisme tubuh (Ariani et al., 2025). Dampak ini dapat terbawa hingga usia dewasa berupa penurunan kapasitas belajar, produktivitas kerja yang lebih rendah, bahkan melemahkan daya saing bangsa.

Prevalensi underweight pada balita secara nasional masih cukup tinggi. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 mencatat angka 17,1%, jauh di atas target <10% sesuai RPJMN 2020–2024 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Di tingkat provinsi, Jawa Barat menunjukkan prevalensi underweight sebesar 15,7%, sedikit lebih rendah dari angka nasional namun tetap menandakan beban gizi kurang yang signifikan. Tingkat kabupaten menunjukkan prevalensi underweight balita di Kabupaten Bogor sebesar 16,4% berdasarkan hasil SSGI 2024, lebih tinggi dibanding rata-rata provinsi maupun target nasional. Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa permasalahan underweight merupakan hal yang perlu pencegahan yang komprehensif dan berkelanjutan.

Balita menjadi kelompok usia yang rawan mengalami underweight, terutama usia 24-59 bulan yang masih berada dalam masa pertumbuhan pesat. Anak pada kelompok usia ini rentan mengalami kekurangan gizi karena kebutuhan zat gizinya tinggi, sementara asupan makanan sering kali belum mencukupi baik dari segi jumlah maupun kualitas. Underweight juga ditemukan pada anak usia 6-23 bulan karena pada usia ini adalah masa peralihan dari ASI ke makanan pendamping. Hal ini sering kali diperparah dengan pemberian makanan pendamping yang tidak diimbangi dengan pola pemberian makan yang tepat. Penelitian menunjukkan bahwa faktor pola

asuh, infeksi, dan kondisi sosial ekonomi keluarga turut memperburuk risiko underweight pada kedua kelompok tersebut (Werdani & Syah, 2023).

Penyebab underweight sangat kompleks. Penelitian (Selvianita & Sudiarti, 2021) menemukan bahwa kekurangan asupan energi menjadi faktor dominan di Kabupaten Bogor, terutama pada anak usia 12–23 bulan. Faktor lain seperti berat badan lahir rendah, infeksi berulang, pendidikan ibu yang rendah, hingga kondisi sanitasi juga berperan memperburuk situasi (Siregar et al., 2024). Kondisi pendidikan yang rendah di wilayah Kabupaten Bogor menjadi salah satu akar permasalahan gizi kurang. Tingkat pendidikan rendah dapat mengakibatkan meningkatnya berbagai permasalahan kesehatan reproduksi yang pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan risiko malnutrisi pada generasi berikutnya (Immawanti et al., 2025). Ibu muda dengan pendidikan rendah cenderung memiliki pengetahuan gizi yang terbatas dan kurang siap dalam memberikan asupan gizi yang optimal, sehingga meningkatkan risiko terjadinya underweight pada balita mereka.

Pemerintah telah berupaya mengatasi masalah ini melalui berbagai program, seperti pemantauan pertumbuhan di Posyandu, Pemberian Makanan Tambahan (PMT), kampanye Isi Piringku, hingga Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas). Capaian pelaksanaan program masih menghadapi kendala. Haryana et al., (2025) menyebutkan bahwa implementasi PMT memang mampu meningkatkan status gizi ibu hamil dan balita, tetapi belum merata di seluruh wilayah dan masih membutuhkan dukungan edukasi yang berkelanjutan. Upaya pencegahan perlu terus dilakukan untuk mengatasi permasalahan gizi kurang pada balita. Pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi penting yang dapat diberikan baik melalui media maupun secara langsung kepada masyarakat (Ariani et al., 2025).

Desa Cipelang, Kecamatan Cijeruk, Kabupaten Bogor, dipilih sebagai lokasi kegiatan karena termasuk wilayah dengan kasus balita gizi kurang yang masih ditemukan. Desa ini memiliki jumlah penduduk sekitar 13.681 jiwa dengan mayoritas bekerja di sektor pertanian, perkebunan, serta usaha kecil (Badan Pusat Statistik Kabupaten Bogor, 2024). Faktor yang berkontribusi terhadap permasalahan gizi kurang antara lain keterbatasan ekonomi, pola konsumsi rumah tangga yang monoton, serta minimnya pengetahuan gizi keluarga. Kondisi ini sejalan dengan karakteristik umum Kabupaten Bogor dimana sebagian besar penduduk usia kerja berpendidikan SMA/SMK ke bawah yang berdampak pada pendapatan rendah serta keterbatasan akses pangan bergizi. Penelitian Lestari et al., (2025) dan Mandiangan et al., (2023) menegaskan bahwa rendahnya pendidikan dan pengetahuan gizi keluarga berhubungan dengan meningkatnya risiko gizi kurang pada balita, sehingga memperkuat urgensi intervensi edukasi gizi di Desa Cipelang.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi yang lebih dekat dengan masyarakat dan sesuai dengan konteks lokal. Keterlibatan aktif masyarakat dan orang tua menjadi kunci penting dalam upaya pencegahan dan pengurangan kejadian gizi kurang pada balita. Melalui pemberian edukasi gizi, orang tua dan masyarakat dapat memperoleh informasi serta pengetahuan yang dapat diaplikasikan dalam praktik pemberian makan sehari-hari. Pendekatan intervensi yang melibatkan kader kesehatan, kepala desa, dan tenaga kesehatan dalam pemantauan berkelanjutan terbukti efektif dalam mendorong perubahan perilaku (Ramdhani et al., 2022). Edukasi gizi praktis yang menekankan peningkatan pengetahuan serta keterampilan ibu balita dalam menyusun menu tinggi energi dan protein berbasis pangan lokal menjadi salah satu pendekatan yang relevan untuk mengatasi underweight. Program GEMASITA (Gerakan Masakan Sehat Bergizi untuk Balita) berfokus pada penyuluhan gizi seimbang melalui media standing banner, buku resep, dan demonstrasi memasak. Tujuannya adalah membekali ibu balita

dengan pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang serta keterampilan mengolah bahan pangan lokal menjadi menu tinggi energi dan protein. Peran ibu dalam GEMASITA menjadi kunci karena kegiatan ini mendorong perubahan praktik pemberian makan di tingkat rumah tangga yang diharapkan berdampak nyata terhadap perbaikan status gizi balita dan mendukung lahirnya generasi yang sehat serta berkualitas.

### **Tujuan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan secara spesifik untuk menciptakan perubahan positif dan meningkatkan pengetahuan Ibu Balita dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi menu makanan bergizi sebagai upaya pencegahan status gizi kurang atau underweight pada balita melalui edukasi menggunakan media cetak dan media visual di Desa Cipelang.

### **Metode**

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Parappe, Kecamatan Campalagian, Kabupaten Polewali Mandar pada bulan Mei 2025. Kegiatan ini diselenggarakan oleh tim dosen dan mahasiswa STIKes Bina Bangsa Majene bekerja sama dengan Puskesmas Campalagian dan kader Posyandu Parappe melalui model kolaborasi kemitraan institusional berbasis komunitas. Pelaksanaan kegiatan didukung oleh Surat Tugas Ketua STIKes Bina Bangsa Majene Nomor: 112/STIKES-BBM/PKM/V/2025 serta Surat Rekomendasi dari Kepala Puskesmas Campalagian Nomor: 440/075/PKM-CPL/V/2025 tentang pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan ibu hamil di wilayah kerja Posyandu Parappe. Kerja sama ini bertujuan untuk memastikan kegiatan berjalan sesuai standar pelayanan kesehatan ibu dan terintegrasi dengan program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) di tingkat layanan primer.

Sasaran kegiatan adalah ibu hamil trimester I hingga trimester III yang berdomisili di wilayah Posyandu Parappe dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga selesai. Jumlah partisipan yang terlibat sebanyak 30 ibu hamil yang hadir secara sukarela berdasarkan undangan kader posyandu dan bidan desa. Kriteria inklusi meliputi ibu hamil yang tercatat sebagai warga setempat, dapat berkomunikasi secara verbal dengan baik, dan tidak mengalami gangguan kehamilan berat yang memerlukan perawatan rumah sakit selama kegiatan berlangsung. Adapun kriteria eksklusi adalah ibu hamil yang dalam kondisi darurat medis atau tidak dapat mengikuti kegiatan secara penuh.

Tahap persiapan diawali dengan koordinasi antara tim pengabdian, pihak puskesmas, dan kader posyandu untuk menentukan waktu pelaksanaan, lokasi kegiatan, serta teknik sosialisasi kepada calon peserta. Tim juga melakukan pemetaan kebutuhan materi edukasi berdasarkan permasalahan kesehatan ibu yang sering muncul di wilayah tersebut. Selanjutnya, dilakukan penyusunan materi penyuluhan mengenai tanda bahaya kehamilan berlandaskan Buku KIA Edisi Revisi 2023 dan Pedoman Pelayanan Antenatal Terpadu Kementerian Kesehatan RI. Media edukasi yang digunakan berupa leaflet, poster, video pendek edukatif, serta alat peraga sederhana. Selain itu, tim menyiapkan instrumen evaluasi berupa lembar pre-test dan post-test, angket kepuasan peserta, serta lembar observasi keaktifan peserta selama kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan interaktif yang dipandu oleh dosen kebidanan dan perawat maternitas serta didampingi oleh bidan puskesmas. Materi disampaikan menggunakan bahasa sederhana dan disesuaikan dengan tingkat pemahaman peserta. Penyampaian materi mencakup definisi tanda bahaya kehamilan, gejala yang harus

diwaspadai sejak trimester awal hingga akhir, serta langkah yang harus dilakukan jika ibu mengalami keluhan tertentu. Proses penyuluhan dilengkapi dengan diskusi terbuka, simulasi sederhana, dan tanya jawab untuk memastikan pemahaman peserta terhadap materi. Pada akhir sesi, peserta diberikan penguatan materi berupa penegasan pentingnya pemeriksaan Antenatal Care (ANC) secara rutin, konsumsi tablet tambah darah, serta kesiapan rencana persalinan.

Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan melalui pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Pengukuran kuantitatif dilakukan dengan menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai tanda bahaya kehamilan. Skor pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan nilai rata-rata sebelum dan sesudah intervensi edukasi. Evaluasi kualitatif dilakukan melalui observasi partisipasi peserta selama kegiatan, serta pengisian angket kepuasan untuk mengukur persepsi peserta terhadap kualitas materi, metode penyampaian, dan manfaat kegiatan. Hasil kegiatan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, persentase peningkatan pengetahuan, serta deskripsi naratif terhadap tanggapan peserta.

Secara keseluruhan, metode ini dirancang agar tidak hanya meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara kognitif, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan kesiapsiagaan dalam mengenali tanda bahaya kehamilan. Kolaborasi lintas sektor antara perguruan tinggi, puskesmas, dan kader posyandu menjadi kunci keberhasilan pelaksanaan kegiatan karena menjamin keberlanjutan edukasi kesehatan ibu berbasis komunitas yang terintegrasi dengan sistem pelayanan kesehatan primer.

## Hasil

Kegiatan Penyuluhan diawali dengan pengisian *pre test* oleh seluruh ibu balita. Materi edukasi disampaikan melalui media power point dan ditayangkan pada televisi milik kantor desa. Materi yang disampaikan membahas seputar *underweight* pada balita dan pola konsumsi yang baik untuk balita.



Gambar 1. Pemberian materi tentang *underweight* pada balita

Kegiatan dilanjutkan dengan pelaksanaan demo masak oleh tim panitia. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada ibu balita dalam mengolah bahan pangan

yang baik dan membuat variasi menu untuk balita. Menu yang dipilih merupakan salah satu menu yang terdapat pada buku resep yang dibagikan kepada seluruh ibu balita. Mujair pop asam manis menjadi menu yang didemonstrasikan karena bahan baku hidangan ini merupakan salah satu komoditas perairan utama di Desa Cipelang. Tim demo masak juga memberikan kesempatan kepada salah satu peserta untuk mencoba langsung membuat hidangan yang sedang diolah. Seluruh peserta diberikan hasil olahan hidangan tersebut untuk mencicipi hasil hidangan yang didemonstrasikan.



Gambar 2. Kegiatan Demo Masak

Peserta dalam kegiatan penyuluhan program GEMASITA merupakan ibu yang memiliki anak balita dengan kondisi *underweight* serta berisiko mengalami *stunting*. Total peserta yang terlibat berjumlah 19 orang ibu balita. Pemilihan peserta didasarkan pada pertimbangan bahwa ibu memegang peran penting dalam pengasuhan serta pemenuhan kebutuhan gizi anak, sehingga tingkat pengetahuan dan sikap ibu memiliki pengaruh yang signifikan terhadap status gizi balita.

Tabel 1. Karakteristik Ibu Balita

Karakteristik	n	Persentase (%)
<b>Usia</b>		
25-30	10	52,6
31-35	4	21,1
36-40	2	10,5
41-45	2	10,5
46-50	1	5,3
<b>Pendidikan</b>		
SD	13	68,4
SMP	6	31,6

Kegiatan penyuluhan GEMASITA didominasi oleh ibu kelompok usia 25-30 tahun sebanyak 10 ibu balita (53%) dan sebagian besar memiliki tingkat pendidikan terakhir pada jenjang sekolah



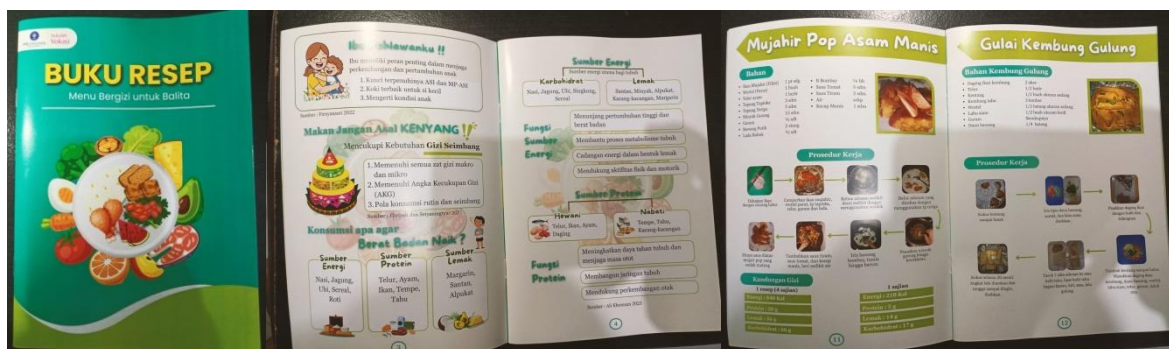
dasar, yaitu sebanyak 13 orang ibu balita (68%). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada usia produktif, tetapi dengan latar belakang pendidikan yang relatif rendah.

**Tabel 2.** Karakteristik Status Gizi Balita

Status Gizi (BB/U)	n	Persentase (%)
<i>Underweight</i>	11	57,9
Normal	8	42,1
<b>Total</b>	<b>19</b>	<b>100</b>

Berdasarkan data karakteristik status gizi balita peserta terdapat 11 anak balita mengalami kondisi *underweight* (58%) dan 8 anak dengan status gizi normal (42%). Kondisi ini menunjukkan bahwa anak balita peserta di Desa Cipelang sebagian besar masih menghadapi permasalahan gizi. Hal ini berkaitan dengan karakteristik ibu balita yang mayoritas berlatar belakang pendidikan yang rendah, yaitu tingkat sekolah dasar. Rendahnya tingkat pendidikan ibu dapat berdampak pada keterbatasan pengetahuan mengenai gizi balita sehingga berpotensi memengaruhi status gizi balita (Ayuningtyas *et al.*, 2021).

Penyampaian edukasi pada ibu balita menggunakan tiga media berupa *powerpoint*, buku resep GEMASITA, dan *standing banner*. media utama berupa *powerpoint*. Media ini berisi seluruh materi yang akan disampaikan mengenai *underweight* pada balita. Media lain yang digunakan pada kegiatan penyuluhan ini adalah buku resep GEMASITA. Buku ini berisi kumpulan resep variasi menu untuk balita yang dapat dimasak oleh ibu balita. Resep menu yang disajikan pada buku resep, terdiri dari hidangan lauk nabati, lauk hewani, hidangan sayur, snack asin, dan snack manis. Pendahuluan pada buku resep ini menyajikan materi seputar *underweight* pada balita, seperti pengertian, dampak, ciri-ciri, peran ibu dalam mencegah *underweight*, dan pola konsumsi yang baik untuk pencegahan *underweight*. Materi yang disajikan pada buku ini merupakan materi yang sama seperti *powerpoint* sehingga ibu balita masih dapat membaca kembali materi yang sudah disampaikan setelah kegiatan penyuluhan. Penyajian resep menu menampilkan foto hasil hidangan, rincian bahan, dan tahapan pengolahan yang disajikan menggunakan gambar dan tulisan untuk memudahkan ibu balita ketika ingin memasak hidangan.



**Gambar 3.** Buku Resep GEMASITA

Media ketiga adalah *standing banner* yang diberi nama BATAGOR (Banner Balita Bogor). *Standing banner* ini berisi ringkasan materi yang sama pada *powerpoint*. Materi yang disajikan terkait ilustrasi perbandingan balita sehat dan balita yang mengalami *underweight*, pengertian *underweight*, penyebab, ciri-ciri, kebutuhan gizi, dan tips pemberian asupan bergizi pada balita.

Penyajian materi lebih mengutamakan tampilan ilustrasi dan gambar agar lebih dimengerti dan mudah diingat ibu balita. Media ini diberikan kepada pihak kader posyandu untuk diletakkan pada salah satu lokasi posyandu di Desa Cipelang. Pemberian media ini diharapkan dapat dilihat kembali kepada ibu balita ketika sedang melaksanakan kegiatan posyandu dan menjadi pengingat terhadap pentingnya pencegahan *underweight* pada balita.



Gambar 4. Media *Standing Banner*

Rangkaian kegiatan edukasi diawali dengan pemberian *pre-test* yang harus diisi oleh ibu balita untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai kondisi *underweight* pada balita sebelum diberikan materi edukasi. Kegiatan diakhiri dengan pengisian *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu balita setelah diberi materi edukasi. Pengisian *pre test* dan *post test* dilakukan oleh 19 orang ibu balita yang menjadi peserta kegiatan penyuluhan.

Tabel 3. Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

Aspek	Variabel	n	Mean	Persentase Peningkatan	SD	Min-Max
Pengetahuan	<i>Pre-test</i>	19	5,32	5,82%	2.029	2 - 9
	<i>Post-test</i>	19	5,63		2.773	0 - 10
Sikap	<i>Pre-test</i>	19	6,05	6,12%	2.297	2 - 10
	<i>Post-test</i>	19	6,42		2.479	2 - 10

Berdasarkan rata-rata hasil *pre-test* dan *post-test* yang disajikan pada tabel diatas, dari 19 peserta ibu balita, pada aspek pengetahuan ibu balita mengalami peningkatan sebesar 5.82% dan peningkatan penerimaan sikap sebesar 6.12%. Hal ini menunjukkan kegiatan penyuluhan program GEMASITA memberikan peningkatan pengetahuan dan sikap ibu balita terhadap pentingnya pencegahan *underweight* pada balita.



## Diskusi

Berdasarkan hasil Penyuluhan GEMASITA tentang pencegahan *underweight* pada balita di Desa Cipelang, diketahui terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman Ibu mengenai pencegahan gizi kurang dan pentingnya gizi seimbang pada anak. Peran ibu sebagai pelaku utama dalam menyiapkan makanan untuk anak sangat menentukan pemenuhan asupan gizi keluarga di rumah, termasuk anak. Pelaksanaan penyuluhan dan memberikan media edukasi berupa buku resep makanan bergizi dan *banner* edukasi gizi dapat meningkatkan pemahaman Ibu mengenai gizi seimbang untuk anak. Peningkatan pengetahuan dan sikap Ibu dalam pemilihan makanan yang sehat bagi balita dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan (Listyarini *et al.*, 2020). Pendidikan gizi dapat memperbaiki pengetahuan ibu, karena pengetahuan ibu akan sangat mempengaruhi tingkat kemampuan mengelola sumber daya keluarga, guna memperoleh pangan yang cukup (Nugroho & Wardani, 2022).

Terdapat 19 Ibu dengan 11 anak terindikasi gizi kurang dan 8 anak yang normal tergabung dalam penyuluhan Gemasita, dengan mayoritas Ibu berumur 25-30 tahun yaitu sebanyak 10 orang dengan persentase 53%. Dalam kegiatan penyuluhan, diketahui pendidikan terakhir Ibu mayoritas terdiri dari pendidikan sekolah dasar (SD) yaitu sebanyak 13 orang dengan persentase 68%, diikuti dengan sekolah menengah pertama (SMP) sebanyak 6 orang dengan persentase 32%. Hal ini dikatakan bahwa pendidikan menjadi faktor besar dalam pemenuhan gizi pada anak. Rendahnya pengetahuan orang tua terhadap gizi dan kesehatan anak, terutama ibu menjadi salah satu penyebab kurangnya gizi pada anak balita (Yanti & Agustin, 2022).

Terdapat uji pengetahuan *pre test* dan *post test* berupa soal pengetahuan pilihan ganda dan pernyataan sikap pada saat penyuluhan. Data hasil *pre test* dan *post test* untuk mengukur pengetahuan dan sikap ibu balita terdapat peningkatan, tetapi tidak signifikan, yaitu hanya sebesar 5,83% dan 6,12%. Berdasarkan tabel 3, didapatkan hasil *pre test* pada aspek pengetahuan memiliki nilai standar deviasi (SD) ( $<2,00$ ) 2.03 dan aspek sikap memiliki nilai standar deviasi (SD) 2.29 ( $<2,00$ ). Hasil dari *post test* yang didapatkan aspek pengetahuan memiliki nilai standar deviasi (SD) 2.77 ( $<0,00$ ) dan aspek sikap memiliki nilai standar deviasi (SD) 2.48 ( $<2,00$ ).

Peningkatan nilai yang tidak signifikan didasarkan dengan ketidaktahuan ibu mengenai pengetahuan gizi. Ibu yang memiliki pengetahuan rendah dalam bidang pendidikan menjadi faktor utama, terutama bagi ibu yang tidak dapat membaca dengan baik. Pendidikan Ibu terbukti berperan utama, di mana pendidikan rendah sering mengakibatkan pemberian makanan tidak tepat (Tyaningsih *et al.*, 2025). Pada pelaksanaannya, terdapat beberapa ibu yang tidak memiliki kemampuan untuk baca dan tulis yang mengharuskan panitia untuk membacakan satu per satu butir soal kepada ibu, selain itu mayoritas ibu tidak mengerti mengenai pertanyaan yang tertera di dalam tes. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya (Yanti & Agustin, 2022). Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan tentang gizi balita terhadap pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan p-value sebesar 0.000. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian di Salatiga yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan ibu dengan p-value 0.000 (Utaminingtyas, 2020).

Pengetahuan gizi pada ibu menjadi salah satu faktor utama dalam menjaga kesehatan dan tumbuh kembang anak. Ibu dengan pengetahuan gizi yang kurang memiliki hubungan yang bermakna pada balita dengan status gizi kurang. Ibu yang memiliki pengetahuan kurang

berakibat gizi buruk 5,091 kali lebih besar dan sebagian besar ibu yang pengetahuan gizinya baik memiliki balita dengan status gizi yang normal dan ibu yang memiliki pengetahuan kurang memiliki balita dengan status gizi tidak normal (Puspasari & Andriani, 2017). Ibu yang mempunyai tingkat pengetahuan yang tinggi lebih mengetahui pola hidup sehat, serta pemenuhan gizi yang cukup (Khaeriyah *et al.*, 2020). Dengan mengadakan penyuluhan menjadi sebuah terobosan untuk memberikan pengetahuan mengenai asupan gizi seimbang pada ibu, agar nantinya dapat diterapkan ke dalam praktik kehidupan sehari-hari.

## Kesimpulan

Program pengabdian masyarakat bernama GEMASITA (Gerakan masakan Sehat Bergizi untuk Balita) yang berfokus pada penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap Ibu balita mengenai pencegahan gizi kurang dan pentingnya gizi seimbang pada anak. Kegiatan penyuluhan ini menggunakan powerpoint sebagai media utama, buku resep GEMASITA, dan standing banner. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap ibu balita, namun peningkatannya tidak signifikan dengan peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 5,83% dan sikap sebesar 6,12%. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan telah memberikan kontribusi dalam memperkuat pemahaman terkait pencegahan Dukungan dari pihak kampus, program studi, pemerintah Desa, dan kader posyandu menjadi faktor pendorong keberhasilan penyuluhan.

Beberapa hambatan yang dihadapi yaitu penentuan lokasi kegiatan, sulitnya menentukan jadwal yang sesuai, pertimbangan dalam pemilihan media edukasi standing banner, respon pihak Desa yang relatif lambat dan respon sebagian panitia yang kurang aktif dalam komunikasi, namun dapat diatasi dengan memperkuat komunikasi interaktif kepada pihak desa serta mengatur alur koordinasi melalui ketua divisi sebelum diteruskan kepada para staf agar informasi yang disampaikan intensif dan terarah. gizi kurang dan pentingnya gizi seimbang pada anak.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada IPB University melalui Program Studi Manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi, seluruh anggota panitia, pemerintahan Desa, kader Posyandu, serta peserta penyuluhan di Desa Cipelang atas partisipasinya.

## Pendanaan

Program Pengabdian Masyarakat ini mendapatkan dukungan dana dari IPB University melalui Program Studi manajemen Industri Jasa Makanan dan Gizi, serta didukung oleh dana internal berupa kas panitia dan hasil dana usaha yang dikelola secara mandiri oleh tim pelaksana kegiatan.

## Daftar Pustaka

1. Ariani, D., Septiani, H., & Setiawan, D. (2025). Edukasi Stunting melalui E-Leaflet. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(6), 1097–1105. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i6.530>
2. Ayuningtyas, G., Hasanah, U., & Yuliawati, T. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Status Gizi Balita. *Nursing Analysis: Journal of Nursing Research*, 1(1), 15–22.
3. Badan Pusat Statistik Kabupaten Bogor. (2024). *Profil Ketenagakerjaan Kabupaten Bogor 2023*.

4. Haryana, N., Khansa, G. K., Imani, N. M. R., Ramadhani, Moh. N. R., & Fadhil, Moh. N. (2025). Implementasi Program PMT untuk Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting, Underweight, dan Wasting di Kelurahan Jumerto, Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 6(1), 1388–1393. <https://doi.org/http://doi.org/10.55338/jpkmn.v6i1.4153>
5. Immawanti, Pattola, P., Wahyuddin, M., Laila, I., & Aras, F. R. (2025). Pemberdayaan Remaja Putri dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(6), 889–896. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i6.671>
6. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024: Dalam Angka*.
7. Khaeriyah, F., Arifin, S., & Hayatie, L. (2020). Hubungan Pendidikan dan Pola Asuh Ibu dengan Kejadian Gizi Kurang dan Gizi Buruk pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Beruntung Raya Bnajarmasin. *Hemeostasis*, 3(2), 173–178.
8. Lestari, I. J., Effendy, D. S., & Jufri, N. (2025). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu, Asupan Zat Gizi Makro dan Peningkatan Status Gizi Anak Usia 6 - 24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Mata Kota Kendari. *Jurnal Kendari Kesehatan Masyarakat (JKKM)*, 4(3), 243–251.
9. Listyarini, A. D., Fatmawati, Y., & Savitri, I. (2020). Edukasi Gizi Ibu Hamil dengan Media Booklet sebagai Upaya Tindakan Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan: STIKES Cendekia Utama Kudus*, 3(1), 74–83. <http://jpk.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id>
10. Mandiangan, J., Amisi, M. D., & Kapantow, N. H. (2023). Hubungan antara Status Sosial Ekonomi dengan Status Gizi Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Lesabe dan Lesabe 1 Kecamatan Tabukan Selatan. *JPAI: Jurnal Perempuan Dan Anak Indonesia*, 4(2), 73–80. <https://doi.org/10.35801/jpai.4.2.2023.45418>
11. Novianty, F. D., Sholikhah, D. M., & Pribadi, H. P. (2021). Hubungan Pengetahuan Gizi, Aktivitas Fisik dan Asupan Zat Gizi dengan Status Gizi pada Remaja di SMK Kecamatan Gresik. *Ghidza Media Journal*, 3, 234–244.
12. Nugroho, R. F., & Wardani, E. M. (2022). Edukasi Gizi pada Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Kader di Wilayah Kerja Puskesmas Medokan Ayu Kota Surabaya. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 967–970. <https://doi.org/10.20473/jaki.v4i2.2016>
13. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak, Pub. L. No. 2, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020).
14. Puspasari, N., & Andriani, M. (2017). Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dan Asupan Makan Balita dengan Status Gizi Balita (BB/U) Usia 12-24 Bulan. *Amerta Nutrition*, 4(1), 369–3978. <https://doi.org/10.2473/amnt.v1i4.2017.369-378>
15. Ramdhani, S. S., Nurapandi, A., Rahayu, Y., Ningtias, R. P., Sundewi, A., & Firdaus, N. R. (2022). Pemberdayaan Komunitas P2WKSS untuk Mengendalikan Stunting di Kabupaten Ciamis. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(5), 379–383. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi>
16. Selvianita, D., & Sudiarti, T. (2021). Asupan Energi Sebagai Faktor Dominan Kejadian Underweight pada Balita Di Kabupaten Bogor. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(3), 169–178.

17. Siregar, R. J., Harahap, M. L., & Suryani, E. (2024). Determinants of Stunting Among Children Under Five Years in Indonesia: Evidence from the 2021-2022 Demographic and Health Survey. *International Journal of Public Health Excellence (IJPHE)*, 3(2), 666–676. <https://doi.org/10.55299/ijphe.v3i2.794>
18. Tyaningsih, S., Cahyaningrum, E. D., & Murniati, M. (2025). Edukasi Makanan Pendamping ASI sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Ibu Balita Usia 6-24 Bulan. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(5), 853–862. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i5.679>
19. Utaminingtyas, F. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang pada Balita di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(1), 171.
20. Werdani, A. R., & Syah, J. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Underweight pada Anak Usia 6-23 Bulan di Pagedangan Kabupaten Tangerang. *Nutrition Science and Health Research*, 1(2), 33–39. <https://doi.org/10.31605/nutrition.v1i2.2300>
21. Yanti, D. A. M., & Agustin, E. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Gizi Balita terhadap Pengetahuan Ibu. *HJK: Holistik Jurnal Kesehatan*, 16(6), 552–560. <https://doi.org/10.33024/hjk.v16i6.8287>
22. Zalfani, H. A., Tsalsa Khoirunnisa, R., Annisa, A. N., Wati, N. I., Salsabila, A. S., Fatwa Cintia, F., Fatimah, N. K., Putri, A. M., Salma Salsabila, E., Huda, M., Rohmat, K., Gondosari, P., Wicaksono, D. L., Ihsanti, E. N., Sarbini, D., & Yulian, V. (2022). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Melalui Penyuluhan Gizi & Kesehatan di Posyandu Delima Singopuran Kartasura untuk Pencegahan Gizi Kurang dan Stunting Universitas Muhammadiyah Surakarta. *National Confrence on Health Sciene (NCoHS)*, 333–336.
23. Zurhayati, & Hidayah, N. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 6(1), 1–10. <https://doi.org/10.36341/jomis.v6i1.1730>