



Dapur Sehat, Anak Sehat: Pemberdayaan Masyarakat melalui Demonstrasi Memasak untuk Cegah Stunting

Alfi Fairuz Asna¹, Andi Trimulyono², Faik Kurohman³, Alya Fahimah Keisha⁴, Christiana Natalia⁵, Hasna Naurah Afkar¹, Maharani Citradewi⁴, Paulina Anggita Sihaloho¹, Roja⁶

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

²Fakultas Teknik, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

³Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

⁴Fakultas Peternakan dan Pertanian, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

⁵Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

⁶Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

Correspondence author: Alfi Fairuz Asna

Email: alfifairuzasna@lecturer.undip.ac.id

Address: Jl. Prof Jacub Rais, Tembalang, Semarang 50275 Indonesia, Telp. +6281333033548

DOI: <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v6i3.897>



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

Abstract

Introduction: Stunting is a public health issue caused by chronic malnutrition, particularly during the first 1,000 days of a child's life. In Demak Regency, reducing stunting prevalence remains a challenge that requires community-based approaches.

Objective: This community services aims to enhance awareness and skills of mothers of toddlers in planning children's meals to prevent stunting

Method: This community service program was conducted in Geneng Village, Mijen District, Demak Regency, aiming to empower pregnant women and mothers of toddlers through training and cooking demonstrations of supplementary feeding (PMT) using catfish as the main ingredient. The activities included problem analysis, material preparation, public outreach, and implementation of the training. Participants received hands-on training and a recipe book as supporting media.

Result: The results showed increased knowledge and skills among participants in processing local food ingredients into nutritious meals that are appealing to children. The program also demonstrated potential to support household economies through home-based food production.

Conclusion: This practice-based intervention proved effective in improving household nutrition resilience and represents a sustainable strategy for community-level stunting prevention.

Keywords: Child Nutrition, Community Empowerment, Cooking Demonstration, Local Food, Stunting

Latar Belakang

Stunting merupakan kondisi anak yang mengalami gangguan tumbuh kembang sehingga tinggi badannya tidak mencapai standar yang seharusnya untuk usianya, akibat kekurangan gizi kronis. Stunting diukur dengan menggunakan skor Z tinggi badan menurut umur, di mana skor Z di bawah minus dua standar deviasi dari median populasi referensi dianggap sebagai pertumbuhan yang terhambat (Gaston, Habyarimana, & Ramroop, 2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia tahun 2024 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia 19,8% dan Provinsi Jawa Tengah masih berada pada angka 14,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2025). Kekurangan gizi, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan anak, memainkan peran utama. Kurangnya asupan energi dan zat gizi yang cukup dapat menyebabkan kekurangan gizi kronis, yang secara signifikan mempengaruhi perawakan fisik dan perkembangan mental (Quamme & Iversen, 2022). Selain itu, faktor sosio-ekonomi seperti kemiskinan, pendidikan ibu, dan tingkat pendapatan rumah tangga juga menjadi faktor penentu yang signifikan. Anak-anak dari rumah tangga yang lebih miskin atau mereka yang memiliki ibu dengan pendidikan formal yang terbatas lebih rentan mengalami stunting (Ahmed et al., 2023; Quamme & Iversen, 2022).

Kabupaten Demak adalah salah satu kabupaten di Provinsi Jawa Tengah yang mencatat prevalensi stunting tahun 2024 yaitu sebesar 4,6%. Angka ini menurun dibandingkan tahun 2023 yaitu 9,5%, namun stunting tetap menjadi perhatian karena mempunyai faktor penyebab yang kompleks seperti pola asuh makan yang kurang tepat, sanitasi lingkungan yang buruk, dan rendahnya pengetahuan tentang stunting (Handayani, Indraswari, Shaluhiyah, & Kusumawati, 2022). Pemberdayaan masyarakat melalui Demo Memasak menjadi salah satu intervensi untuk menurunkan kasus stunting. Memberdayakan para ibu melalui pelatihan demonstrasi memasak dapat dijadikan metode yang efektif untuk pengembangan keterampilan pengasuhan anak dan mempromosikan hidup yang lebih sehat. Kelas memasak tidak hanya membekali para ibu dengan kemampuan kuliner, tetapi juga menumbuhkan interaksi positif dengan anak-anak mereka, sehingga meningkatkan hubungan orang tua dan anak (Tørslev, Bjarup Thøgersen, Høstgaard Bonde, Bloch, & Varming, 2021). Selain itu, program memasak dapat berkontribusi dalam meningkatkan status gizi anak melalui pemberdayaan ibu, sebagaimana dibuktikan oleh penelitian yang mengaitkan pemberdayaan perempuan dengan hasil gizi anak yang lebih baik di berbagai konteks (Heckert, Olney, & Ruel, 2019).

Mitra kerja dalam kegiatan pengabdian adalah Desa Geneng, Kecamatan Mijen, Kabupaten Demak. Salah satu prioritas masalah adalah stunting sehingga pemberdayaan masyarakat dengan sasaran ibu hamil dan ibu balita menjadi salah satu upaya untuk membantu penurunan prevalensi stunting.

Tujuan

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan wawasan dan skill ibu hamil dan ibu balita dalam pengolahan bahan pangan menjadi makanan sehat sebagai upaya pemenuhan gizi keluarga.

Metode

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan Juni menggunakan pendekatan pemberdayaan berbasis komunitas (*community-based empowerment*) dengan rangkaian tahapan yaitu analisis situasi, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi akhir. Fokus intervensi adalah peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil serta ibu balita dalam

praktik Pemberian MPASI berbasis pangan lokal melalui edukasi dan demonstrasi memasak. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil dan ibu balita yang berdomisili di Desa Geneng, Kabupaten Demak yang berjumlah 20 orang.

Analisis situasi dilakukan untuk merumuskan masalah dengan cara pengumpulan data primer maupun sekunder berupa wawancara kepada perangkat desa dan hasil laporan Kesehatan. Wawancara dilakukan kepada RW, RT, ibu PKK, kader Posyandu. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan bidan desa dan kader Posyandu untuk menetapkan jadwal, lokasi, alur kegiatan, serta pembagian peran. Penyusunan materi edukasi mencakup: konsep stunting dan 1000 HPK, prinsip MPASI (frekuensi, porsi, tekstur, dan keamanan pangan), pemilihan bahan pangan lokal dan variasi resep. Tahap selanjutnya adalah penyusunan modul dan media berupa leaflet dan juga pengadaan bahan baku dan peralatan. Koordinasi dengan sasaran yaitu ibu hamil dan ibu balita dilakukan untuk menyebarkan informasi mengenai waktu pelaksanaan pelatihan.

Pemberdayaan ibu hamil dan ibu balita dilakukan dengan memberikan pelatihan dan demo masak pembuatan PMT dan MPASI menggunakan bahan dasar ikan lele. Edukasi terstruktur dilakukan dengan metode ceramah singkat dan dilanjutkan diskusi tanya jawab. Demonstrasi memasak PMT dan MPASI berbahan dasar ikan lele dilakukan dengan cara *live cooking*. Evaluasi dilakukan melalui daftar hadir dan ceklist keterlaksanaan sesi (edukasi dan demo memasak).

Hasil

Kegiatan dapur sehat berupa pemberdayaan masyarakat dilakukan melalui beberapa kegiatan, seperti pelatihan dan demo masak pembuatan PMT. Kegiatan ini dilakukan di Rumah Ibu Lurah Desa Geneng, Kecamatan Mijen, Kabupaten Demak pada Selasa, 3 Juni 2025. Kegiatan pelatihan dilaksanakan bersama dengan kegiatan rutin Posyandu untuk bayi dan balita. Kegiatan ini dapat berlangsung dengan sebelumnya telah dilakukan koordinasi dengan kader setempat. Adapun sasaran dalam kegiatan ini mencakup ibu hamil dan ibu balita yang berjumlah 30 orang. Pemberian makanan tambahan (PMT) bagi balita dalam kegiatan dapur sehat ini memiliki tujuan untuk memenuhi asupan gizi sehingga tinggi dan berat badan balita sesuai umurnya (Kusumaningati, Dainy, & Kushargina, 2019).

Menu makanan tambahan yang dipilih untuk dipraktikkan yakni nugget lele, karena cara memasaknya mudah dan berbahan dasar pangan lokal yang sering dijumpai. Sebagaimana menurut (Wati, 2020) makanan tambahan sebaiknya memanfaatkan bahan pangan yang ada atau hasil daerah setempat. Penggunaan ikan lele yang kaya akan gizi seperti asam lemak omega-3 dan omega-6 bermanfaat untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, selain itu ikan lele juga mengandung protein, kalium, fosfor, vitamin B12 serta rendah merkuri (Rukmana & Yudirachaman, 2017).

Kegiatan ini diawali dengan mempersiapkan bahan yang diperlukan dalam demo masak pembuatan PMT bahan dasar ikan lele meliputi fillet ikan lele, telur, wortel, bawang putih, daun bawang, tepung terigu, tepung panir, garam, margarin, dan air. Selama pelaksanaan kegiatan juga dijelaskan bahwa kandungan dalam nugget lele salah satunya yaitu adanya vitamin A sebesar 8% dan kalium 2% yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak dalam mencegah stunting dan gizi buruk.



Gambar 1. Kegiatan Demo Masak

Kegiatan demo masak ini juga didukung dengan media berupa buku resep yang memuat kumpulan resep bergizi untuk anak-anak dalam pencegahan stunting dan gizi buruk untuk dibagikan kepada peserta sehingga dapat diterapkan secara langsung di rumah. Kegiatan ini juga dilakukan tanya jawab sehingga peserta berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan demo masak.

NUGGET LELE

Alat:

- Chopper/blender
- Mesin chopper/blender
- Sendok
- Wadah/mangkok tahan kukus
- Sodet/sendok (2 buah)
- Panci kukus dan tutup panci
- Kain bersih

Bahan:

- 250 gr ikan lele fillet
- 1 butir telur ayam
- 2 siung bawang putih
- 1 batang daun bawang
- 1/2 buah wortel
- 1 sdt kaldu bubuk
- 1 sdt lada bubuk
- 1/4 kg tepung terigu
- 1/4 tepung panir
- 200 mL air mineral

Langkah-langkah:

1. Siapkan alat dan bahan.
2. Panaskan air dalam panci kukusan hingga menguap.
3. Haluskan daging lele, telur, bawang putih, kaldu bubuk, lada, dan 2 sdm tepung terigu dengan chopper/blender hingga lembut.
4. Olesi wadah kukus dengan blueband, tuang dan ratakan adonan nugget ke dalamnya.
5. Kukus adonan selama 20 menit (jangan lupa balut tutup kukusan dengan kain).
6. Setelah matang, dinginkan dan potong sesuai selera.
7. Celupkan potongan nugget ke dalam terigu cair, lalu balurkan ke tepung panir.
8. Nugget siap digoreng atau disimpan di kukusan.

Informasi Nilai Gizi (nutrition facts)

| Nutrition Facts | |
|------------------------------|-----------|
| 2 servings per container | |
| Serving size (30g) | |
| Amount Per Serving | |
| Calories | 45 |
| <small>% Daily Value</small> | |
| Total Fat 1g | 1% |
| Saturated Fat 0g | 0% |
| Trans Fat 0g | 0% |
| Cholesterol 15mg | 3% |
| Sodium 10mg | 0% |
| Total Carbohydrate 10g | 4% |
| Dietary Fiber 0g | 0% |
| Total Sugars 0g | 0% |
| Includes 0g Added Sugars | 0% |
| Protein 1g | 2% |
| Vitamin D 0.3mg | 6% |
| Calcium 0.8mg | 2% |
| Iron 0.4mg | 8% |
| Potassium 63.2mg | 1% |
| Vitamin A 69.6mg | 1% |
| Vitamin C 0.4mg | 1% |
| Vitamin E 0.2mg | 4% |
| Phosphorus 41.2mg | 8% |
| Magnesium 0.6mg | 1% |
| Zinc 0.2mg | 4% |

Resep Cinta Untuk Buah Hati | 03

SATE LILIT DAGING SAPI

Alat:

- Chopper/blender
- Mesin chopper/blender
- Sendok
- Stik es krim bersih
- Panci/Wajan penggorengan
- Mangkok

Bahan:

- 100 gr daging sapi
- Bawang merah 2 siung
- Bawang putih 2 siung
- Wortel parut 1 buah (±150 gram)
- Garam 1/2 sdt
- Kaldu bubuk 1 sdt
- 3 butir telur puyuh
- Kecap buat olesan
- Minyak goreng

Langkah-langkah:

1. Siapkan alat dan bahan yang dibutuhkan untuk memasak.
2. Cincang kasar bawang merah dan bawang putih, lalu tumis di wajan dengan sedikit minyak hingga harum. Angkat dan sisihkan di mangkok.
3. Haluskan daging sapi menggunakan chopper atau blender hingga teksturnya lembut.
4. Tambahkan bumbu tumis, wortel parut, garam, kaldu bubuk, dan telur puyuh ke dalam daging, lalu chopper/blender kembali hingga tercampur rata dan halus.
5. Pindahkan adonan ke dalam wadah. Ambil satu sendok makan adonan, lalu balurkan pada setengah bagian stik es krim hingga menyerupai paha ayam. Ulangi hingga adonan habis.
6. Panaskan minyak goreng dengan api sedang, lalu goreng sate lilit hingga berwarna cokelat keemasan.
7. Angkat dan tiriskan. Sate lilit siap disajikan untuk si kecil tercinta.

Informasi Nilai Gizi (nutrition facts)

| Nutrition Facts | |
|------------------------------|------------|
| 1 servings per container | |
| Serving size 1 Tusuk (50g) | |
| Amount Per Serving | |
| Calories | 110 |
| <small>% Daily Value</small> | |
| Total Fat 0g | 0% |
| Saturated Fat 0g | 0% |
| Trans Fat 0g | 0% |
| Cholesterol 55mg | 10% |
| Sodium 340mg | 15% |
| Total Carbohydrate 2g | 4% |
| Dietary Fiber 1g | 4% |
| Total Sugars < 1g | 0% |
| Includes 0g Added Sugars | 0% |
| Protein 5g | 10% |
| Vitamin D 0.3mg | 6% |
| Calcium 16.6mg | 3% |
| Iron 1.1mg | 20% |
| Potassium 161mg | 4% |
| Vitamin A 670mcg | 70% |
| Vitamin C 2.1mg | 4% |
| Vitamin E 0.4mg | 8% |
| Vitamin B6 0.1mg | 2% |
| Magnesium 11.1mg | 3% |
| Zinc 0.5mg | 10% |

Resep Cinta Untuk Buah Hati | 04

Gambar 2. Buku Resep

Keberhasilan kegiatan demo masak menunjukkan bahwa minimal 5 orang ibu yang memiliki balita mendapatkan buku resep sehingga adanya peningkatan pengetahuan mengenai bahan baku yang digunakan dalam PMT. Selain itu, kegiatan demonstrasi masak makanan bergizi untuk balita diadakan sebagai bentuk tindak lanjut dari program pencegahan stunting dan gizi buruk.

Diskusi

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah salah sebuah upaya yang bisa dilakukan untuk membantu terpenuhinya kebutuhan gizi anak, terutama pada masa pertumbuhan balita yang merupakan periode emas (*golden age*). Pada periode ini, balita sangat memerlukan asupan gizi yang berkualitas dan seimbang untuk mendukung tumbuh kembang yang optimal (Hendriana & Mulyani, 2024). Salah satu bentuk intervensi yang bisa dilakukan adalah melalui pelatihan dan demo masak kepada ibu balita dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang bernilai gizi tinggi.

Pelaksanaan program demonstrasi masak PMT yang diintegrasikan dengan kegiatan kegiatan rutin Posyandu di Desa Geneng, Kecamatan Mijen, Kabupaten Demak, mencerminkan pendekatan transformatif dalam pemberdayaan masyarakat yang berfokus pada kesehatan. Intervensi transformatif ini menggabungkan aspek edukatif dan praktis sehingga sasaran utama dalam program, yakni ibu hamil dan ibu balita tidak hanya memperoleh pengetahuan teoritis terkait gizi, tetapi juga dilibatkan secara aktif dalam praktik langsung PMT bergizi menggunakan bahan pangan lokal.

Salah satu menu utama yang dikembangkan dalam kegiatan ini adalah nugget lele. Olahan ini dipilih karena memiliki tekstur yang lembut dan rasa gurih yang disukai balita, serta proses pembuatannya sederhana sehingga bisa langsung dipraktikkan di rumah. Peserta juga dikenalkan berbagai bahan tambahan lain, seperti wortel, daun bawang, dan telur yang berguna untuk menambah nilai gizi dalam menu harian anak. Inovasi menu sederhana dengan nilai gizi tinggi ini dirancang mudah dibuat dan disesuaikan dengan sumber daya lokal setempat. Adapun pemilihan ikan lele sebagai bahan dasar tidak hanya mempertimbangkan ketersediaan secara lokal, tetapi juga kandungan gizi yang kaya protein, asam lemak esensial, dan mikronutrien penting yang mendukung pertumbuhan anak (Rahmawati et al., 2023).

Peningkatan keterampilan sasaran kegiatan demonstrasi masak PMT dalam mengolah dalam mengolah bahan pangan menjadi makanan sehat menjadi kunci utama dalam memastikan keberhasilan kegiatan ini. Berdasarkan observasi dan dokumentasi kegiatan, peserta menunjukkan antusiasme dan keterlibatan aktif selama sesi demonstrasi memasak yang memperkenalkan pengolahan ikan lele menjadi nugget bergizi yang mudah diterima oleh anak-anak, yakni nugget ikan lele. Hal ini menunjukkan indikasi bahwa pendekatan transformatif ini efektif untuk mendorong partisipasi aktif masyarakat terlibat dalam proses pembelajaran. Melalui demonstrasi masak nugget lele, terbukti bahwa media ini efektif pula dalam mentransfer keterampilan teknis, khususnya dalam konteks masyarakat setempat. Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Yuliantie et al. (2024) yang menjelaskan bahwa pendekatan berbasis pelatihan demonstrasi berbasis praktik dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam mengimplementasikan pengetahuan gizi ke dalam praktik memasak sehari-hari, sekaligus memperkuat kapabilitas ibu selaku pengelola utama konsumsi pangan di keluarga (Yuliantie, Ningrum, & Istiqamah, 2024).

Kegiatan demonstrasi memasak PMT berupa nugget lele juga menunjukkan bahwa pemberdayaan ibu rumah tangga dalam pengelolaan pangan lokal berkontribusi langsung pada peningkatan ketahanan gizi rumah tangga. Pada banyak kasus, sulitnya mencari bahan pangan yang bergizi sesuai dengan pendapatan keluarga seringkali menjadi faktor penghambat utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi keluarga. Akan tetapi, keterampilan yang diperoleh peserta dalam demonstrasi memasak ini memberikan nilai lebih bagi peserta dalam mengolah bahan sederhana menjadi menu bergizi dengan nilai jual yang potensial. Studi Fitriani et al. (2023) pun memperkuat hal ini, kegiatan pelatihan berbasis potensi lokal tidak sekadar memperbaiki kualitas konsumsi balita, tetapi juga membuka peluang ekonomi mikro berbasis pangan. Dengan demikian, penguatan kapasitas ibu dalam keterampilan mengolah pangan memiliki nilai ganda, baik terhadap perbaikan gizi anak maupun terhadap penguatan ekonomi keluarga secara umum (Fitriani, Jana, & Saptatiningsih, 2023).

Pendekatan partisipasi dan kontekstual yang digunakan dalam demonstrasi memasak PMT tidak sekadar menempatkan peserta sebagai penerima informasi, tetapi juga subjek aktif dalam proses belajar. Melalui pembagian buku resep bergizi sebelum demonstrasi memasak dimulai, peserta juga diberikan panduan praktis agar menu yang dipraktikkan dapat diterapkan secara berkelanjutan di rumah masing-masing. Intervensi media ini akan meningkatkan efektivitas kegiatan sesuai dengan temuan Wiley et al. (2023), dalam studi randomisasi berkala komunitas, menyatakan bahwa pelatihan pengolahan bahan pangan yang diiringi dengan media pendukung dan keterlibatan aktif kader dapat meningkatkan ketahanan gizi keluarga sehingga dapat menurunkan risiko stunting secara signifikan. Dengan demikian, pelibatan peserta, ibu hamil dan ibu balita, sebagai subjek aktif dalam kegiatan ini menjadi kunci utama penentu keberhasilan kegiatan, mengingat mereka memiliki peran langsung dalam menentukan jenis pangan yang dikonsumsi oleh anak-anak dan anggota keluarga lainnya (Beatty, Borkum, Leith, Null, & Suriastini, 2024).

Secara keseluruhan, proses kegiatan demonstrasi memasak PMT berbasis praktik diintegrasikan dengan edukasi gizi dan pengolahan bahan pangan lokal memiliki dampak yang nyata terhadap peningkatan keterampilan ibu dalam penyediaan makanan sehat. Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan ini, para ibu menjadi lebih siap dalam menghadapi tantangan pemenuhan gizi keluarga di tengah keterbatasan sumber daya pangan lokal. Inisiatif ini memberikan bukti bahwa penguatan peran ibu dalam kegiatan ini menjadi strategi yang efektif dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan stunting dan gizi buruk pada tingkat komunitas. Melalui kegiatan ini, peserta tidak hanya diberi pemahaman mengenai pentingnya gizi, tetapi juga langsung diajak praktik memasak dan media buku resep untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mempraktikkan ulang kegiatan memasak.

Kesimpulan

Kegiatan demonstrasi memasak di Desa Geneng berhasil memberdayakan ibu hamil dan ibu balita dalam mengolah bahan pangan lokal, seperti ikan lele, menjadi makanan tambahan bergizi untuk mencegah stunting. Melalui pelatihan praktis dan pemberian buku resep, peserta memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang dapat diterapkan di rumah. Program ini tidak hanya meningkatkan kesadaran gizi, tetapi juga membuka peluang ekonomi keluarga. Pendekatan ini terbukti efektif dan berkelanjutan dalam mendukung ketahanan gizi rumah tangga dan menurunkan risiko stunting di masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Diponegoro, Pemerintahan Desa Geneng, dan seluruh masyarakat yang terlibat pada kegiatan ini. Terima kasih juga kepada Laela Safitri, Chalvin Weslee, Dewinta Roebiyana Hanyfah, Annisa Farhana, Dewi Syafrillia, Keizha Alviskarahma Yanputri dan seluruh tim yang telah berkontribusi pada rangkaian kegiatan pengabdian ini.

Pendanaan

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini merupakan bagian dari Pengabdian Masyarakat Skema Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) dengan biaya selain APBN Universitas Diponegoro tahun 2025 dengan nomor SPK 274-153/UN7.D2/PM/IV/2025.

Daftar Pustaka

1. Ahmed, K. Y., Dadi, A. F., Ogbo, F. A., Page, A., Agho, K. E., Akalu, T. Y., ... Ross, A. G. (2023). Population-Modifiable Risk Factors Associated with Childhood Stunting in Sub-Saharan Africa. *JAMA Network Open*, 6(10). <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.38321>
2. Amaliyah, E., & Mulyati, M. (2020). Empowerment for Children Aged Less Than 5 Years with Stunting: A Quasi-Experimental Design. *Jurnal Ners*, 15(2). <https://doi.org/10.20473/jn.v15i2.19494>
3. Beatty, A., Borkum, E., Leith, W., Null, C., & Suriastini, W. (2024). A cluster randomized controlled trial of a community-based initiative to reduce stunting in rural Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 20(1). <https://doi.org/10.1111/mcn.13593>
4. de Onis, M., & Branca, F. (2016). Childhood stunting: A global perspective. *Maternal and Child Nutrition*, 12(S1), 12–26. <https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
5. Fatma, G., Sardin, S., Marzuki, K., & Amir, R. (2025). Characteristic Community Empowerment Transformation to Prevent Stunting. *Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 12(1). <https://doi.org/10.21831/jppm.v12i1.83546>
6. Fitriani, R. J., Jana, P., & Saptatiningsih, R. I. (2023). Mitigating Stunting Cases Through Community Empowerment and Local Potential. https://doi.org/10.2991/978-2-38476-176-0_72
7. Gaston, R. T., Habyarimana, F., & Ramroop, S. (2022). Joint modelling of anaemia and stunting in children less than five years of age in Lesotho: a cross-sectional case study. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12690-3>
8. Handayani, N., Indraswari, R., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, A. (2022). Pemberdayaan Kader Remaja SANTUN (Sehat Anti Stunting) di Kecamatan Guntur Kabupaten Demak. *Journal of Public Health and Community Services-JPHCS*, 1. Retrieved from <https://undip-dev.webex.com/webappng/sites/undip->
9. Heckert, J., Olney, D. K., & Ruel, M. T. (2019). Is women's empowerment a pathway to improving child nutrition outcomes in a nutrition-sensitive agriculture program?: Evidence from a randomized controlled trial in Burkina Faso. *Social Science and Medicine*, 233, 93–102. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.05.016>
10. Hoddinott, J., Alderman, H., Behrman, J. R., Haddad, L., & Horton, S. (2013). The economic rationale for investing in stunting reduction. *Maternal and Child Nutrition*, 9(S2), 69–82. <https://doi.org/10.1111/mcn.12080>

11. Kementerian Kesehatan RI. (2025). Survei Status Gizi Indonesia 2024.
12. Kusumaningati, W., Dainy, N. C., & Kushargina, R. (2019). Edukasi CESPLENG (Cegah Stunting Itu Penting) dan Skrining Stunting di Posyandu Doktren 2 Kecamatan Cikelet Kabupaten Garut. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*. Retrieved from <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
13. Lasmita, Y. (2025). Nutrition Programs and Health Policies for Stunting Prevention in Indonesia: Systematic Review. *Proceeding of International Seminar and Workshop on Public Health Action*, 1(1), 389–396. <https://doi.org/10.60074/iswopha.v1i1.14183>
14. Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2014). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265. <https://doi.org/10.1179/2046905514Y.0000000158>
15. Quamme, S. H., & Iversen, P. O. (2022). Prevalence of child stunting in Sub-Saharan Africa and its risk factors. *Clinical Nutrition Open Science*, 42, 49–61. <https://doi.org/10.1016/j.nutos.2022.01.009>
16. Rahmawati, D., Sundry Lintang, S., Yulidar, E., Ernawati, E., Alifiani, H., Atma Sella, M., ... Fadilah, E. (2023). Empowering Mothers in the Processing of Local Clarias Nuggets Diversified Foods into Healthy MPASI for Stunting Under-Fives in the Working Area of Kasemen Puskesmas in 2023. *Abdi Dosen Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 7(3). Retrieved from <http://pkm.uika-bogor.ac.id/index.php/ABDIDOS/issue/archive>
17. Rukmana, R., & Yudirachaman, H. (2017). *Sukses Budidaya Ikan Lele Secara Intensif*. Yogyakarta: Andi Offset.
18. Sasmito, L., Supranoto, S., Indriastuti, S., Prayitno, H., & Sawir, M. (2026). From symbolic compliance to strategic action: Local governance and the implementation of Indonesia's stunting reduction policy. *SN Social Sciences*, 6, 165. <https://doi.org/10.1007/s43545-026-01448-y>
19. Torslev, M. K., Bjarup Thøgersen, D., Høstgaard Bonde, A., Bloch, P., & Varming, A. (2021). Supporting positive parenting and promoting healthy living through family cooking classes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph18094709>
20. UNICEF Indonesia. (2026). *Indonesia 2018–2024 National Nutrition Programme Review*. Retrieved from <https://www.unicef.org/indonesia/nutrition/reports/indonesia-2018-2024-national-nutrition-programme-review>
21. United Nations Children's Fund (UNICEF). (2023). *Improving Child Nutrition: The Achievable Imperative for Global Progress*. New York: UNICEF. Retrieved from <https://www.unicef.org/reports/improving-child-nutrition>
22. Wati, N. (2020). Analisis Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) terhadap Status Gizi Anak di Posyandu Kelurahan Sembungharjo Semarang. *TEMATIK Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2).
23. World Health Organization. (2023). *Reducing Stunting in Children: Equity Considerations for Achieving the Global Nutrition Targets 2025*. Geneva: World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789241513647>
24. Yuliantie, P., Ningrum, N. W., & Istiqamah. (2024). Effective stunting prevention: Empowering maternal nutrition education in rural Indonesia through AKUR PENTING intervention. *Health Sciences International Journal*, 2(2), 183–190. <https://doi.org/10.71357/hsij.v2i2.44>