

[SNA – 10]

Optimalisasi Praktik Pemberian Makan Anak Usia Dini Melalui Intervensi Edukasi Berbasis Demonstrasi dan *Best Practice* pada Ibu Baduta di Wilayah Desa Laladon, Kabupaten Bogor

Tasya Salsabila Pradiyanto^{1*}, Dhea Sabila Zein¹, Eka Rahma Yuswandi¹, Dwi Hayuni Kukuh Rahmawati¹, Rizkia Alya Crysalis¹, Andi Mukramin Yusuf¹

¹Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al Azhar Indonesia,
Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Masjid Agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12110
Email Penulis Korespondensi: tasyasalsabila313@gmail.com

Abstract

Nutritional problems among early childhood, particularly children under two years old (toddlers), remain a significant concern in Laladon Village, Ciomas District, Bogor Regency. Children's dietary patterns indicate an increasing consumption of packaged snacks high in sugar, salt, and fat, influenced by easy accessibility, affordable prices, and exposure to advertising and unsupportive environments. In addition, limited maternal nutrition knowledge and unbalanced family eating habits contribute to the low quality of children's daily nutrient intake. This condition may lead to inadequate balanced nutrition and increase the risk of stunting and anemia in the long term. This community service program aimed to improve mothers' knowledge and skills through nutrition education using the Emotional Demonstration (Emo-Demo) approach and practical training in preparing healthy snacks made from local sweet potatoes. The program involved 17 mothers of toddlers and was conducted through socialization sessions, Emo-Demo-based feeding schedule education, and a healthy snack-making competition. Evaluation was carried out using pre-test and post-test assessments, along with competition criteria covering nutrition, hygiene, creativity, presentation, and halal-thoyyib principles. The results showed a significant improvement in mothers' knowledge ($p = 0.004$). This program proved effective in improving child feeding practices while also supporting opportunities for family-based local food entrepreneurship.

Keywords: *Child Feeding, Community Empowerment, Emo-Demo, Healthy Snacks, Sweet Potato*

Abstrak

Permasalahan gizi pada anak usia dini, khususnya baduta, masih menjadi isu penting di Desa Laladon, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor. Pola konsumsi anak menunjukkan peningkatan konsumsi jajanan kemasan tinggi gula, garam, dan lemak, yang dipengaruhi oleh kemudahan akses, harga terjangkau, serta paparan lingkungan dan iklan. Selain itu, rendahnya pengetahuan gizi ibu dan pola makan keluarga yang kurang seimbang turut memengaruhi kualitas asupan harian anak. Kondisi ini berisiko menyebabkan ketidakseimbangan gizi, serta meningkatkan potensi stunting dan anemia dalam jangka panjang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu baduta melalui edukasi gizi berbasis Emotional Demonstration (Emo-Demo) dan praktik pembuatan camilan sehat dari bahan lokal, yaitu ubi. Program diikuti oleh 17 ibu dengan metode sosialisasi, edukasi jadwal makan berbasis Emo-Demo, serta lomba pembuatan camilan sehat. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test serta penilaian lomba berdasarkan aspek gizi, higienitas, kreativitas, penyajian, dan prinsip halal-thoyyib. Hasil analisis menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan ($p = 0,004$). Program ini efektif dalam memperbaiki praktik pemberian makan anak sekaligus mendorong potensi pengembangan usaha keluarga berbasis pangan lokal.

Kata kunci: *Pemberian Makan Anak, Pemberdayaan Masyarakat, Emo-Demo, Camilan Sehat, Pangan Lokal.*

1. PENDAHULUAN

Anak usia dini, khususnya Baduta (Bayi di bawah dua tahun), merupakan kelompok usia yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan, sehingga periode ini sering disebut sebagai periode *golden age*. Pada fase ini, anak masih membutuhkan Air Susu Ibu (ASI) sebagai sumber gizi utama yang penting, namun Makan Pendamping ASI (MP-ASI) juga telah menjadi penyumbang utama energi dan zat gizi untuk mendukung tumbuh kembang optimal. Praktik pemberian makan bergizi yang tidak sesuai dapat menyebabkan asupan gizi anak tidak optimal. Jika berlangsung dalam jangka panjang, kondisi ini beresiko menimbulkan kekurangan maupun kelebihan zat gizi yang berujung pada masalah kesehatan, seperti gizi kurang, gizi lebih, stunting, hingga anemia (Hidiyatati, *et al.*, 2025).

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting nasional tercatat sebesar 21,6%, *wasting* 7,7%, dan *underweight* 15%, serta 3,5% *overweight*. Angka ini masih cukup tinggi jika dibandingkan dengan target nasional maupun target *Sustainable Development Goals* (SDGs). Di daerah, Kabupaten Bogor termasuk wilayah dengan angka stunting cukup tinggi yaitu 24,9% lebih besar dibanding rata-rata nasional, *wasting* 7,2%, *underweight* 16,6% dan *overweight* 4,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Desa Laladon, Kabupaten Bogor, menunjukkan bahwa adanya masalah khas pada anak baduta. Banyak ibu mengeluhkan anak sulit makan makanan utama, cenderung memilih jajanan kemasan yang tinggi gula, garam, dan lemak, serta seringkali menolak makanan bergizi yang disiapkan di rumah. Hal ini dapat disebabkan oleh rendahnya pengetahuan ibu mengenai prinsip pemberian makan yang tepat pada anak, kurangnya variasi dan kreativitas dalam penyajian makanan, serta pengaruh lingkungan seperti kebiasaan konsumsi jajanan kemasan di sekitar anak. Akibatnya, asupan energi, protein, vitamin, dan mineral anak tidak terpenuhi secara optimal. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi untuk memperbaiki praktik pemberian makan anak baduta di tingkat keluarga.

Untuk mengatasi masalah tersebut, edukasi gizi menjadi salah satu strategi penting yang perlu dilakukan. Pemberian informasi mengenai jadwal makan anak dan bayi dapat membantu ibu memahami pentingnya konsistensi pemberian makan agar anak terbiasa dengan pola makan yang sehat. Metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) digunakan karena menggabungkan penyampaian materi dengan pendekatan emosional sehingga materi lebih mudah dipahami, diingat dan diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku ibu secara lebih efektif (Amri & Rachmayanti, 2022). Selain edukasi, diperlukan alternatif nyata untuk mengurangi kebiasaan anak mengonsumsi jajanan kemasan. Salah satu solusi yang dapat dilakukan adalah melalui kegiatan lomba pembuatan camilan sehat berbasis pangan lokal, seperti ubi. Ubi merupakan sumber karbohidrat kompleks, mengandung beta karoten, vitamin C, serta beberapa mineral yang penting untuk pertumbuhan anak (Putri, *et al.*, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Jannah, *et al.*, (2025) yang menunjukkan bahwa kegiatan berbasis praktik pengolahan pangan lokal, seperti pembuatan camilan, dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu, sekaligus mendorong kreativitas dalam mengolah bahan sederhana menjadi camilan sehat yang menarik bagi anak.

Dengan adanya edukasi mengenai jadwal dan porsi makan serta kegiatan lomba pembuatan camilan berbasis ubi, ibu-ibu di Desa Laladon diharapkan mampu mengoptimalkan praktik pemberian makan pada anak. Intervensi edukasi berbasis demonstrasi dan praktik langsung tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membekali ibu dengan keterampilan nyata dalam menyiapkan makanan bergizi. Upaya ini diharapkan dapat mendukung tumbuh kembang anak secara optimal sekaligus mencegah terjadinya masalah gizi di tingkat komunitas.

2. METODE

Metode yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah edukasi gizi melalui *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) tentang jadwal makan bayi dan anak, serta

praktik lanjutan berupa lomba kreativitas membuat camilan sehat berbasis pangan lokal. Sasaran kegiatan Emo-Demo adalah 17 ibu yang memiliki anak usia 6–24 bulan. Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Dahlia, Desa Laladon. Setelah edukasi selesai, ibu-ibu diberi kesempatan untuk mempraktikkan pengetahuan yang diperoleh melalui lomba pembuatan camilan sehat berbasis pangan lokal. Lomba ini diikuti oleh 3 kelompok ibu dan masyarakat Desa Laladon sebagai program lanjutan dari edukasi, yang bertujuan melatih keterampilan praktis ibu dalam mengaplikasikan materi. Indikator keberhasilan kegiatan meliputi peningkatan pengetahuan ibu yang diukur melalui *pre-test* dan *post-test*, serta kemampuan peserta lomba menghasilkan camilan sehat yang memenuhi aspek gizi, higienitas, kreativitas, penyajian, dan prinsip halal-*thoyyib*.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan pada bulan Agustus 2025 di Posyandu Dahlia, Desa Laladon, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Program edukasi Emo-Demo jadwal makan bayi dan anak dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2025 dengan sasaran ibu yang memiliki anak usia 6–24 bulan (*baduta*). Adapun lomba kreativitas membuat camilan sehat berbahan dasar ubi dilaksanakan pada tanggal 29 Agustus 2025 dengan sasaran kelompok ibu yang memiliki anak usia 6–24 bulan (*baduta*) yang terdaftar di Posyandu Dahlia.

Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan pada kegiatan Emo-Demo meliputi media banner, alat bantu visual Emo-Demo, alat tulis, serta kuesioner *pre-test* dan *post-test* untuk menilai pengetahuan ibu sebelum dan sesudah edukasi. Pertanyaan *pre-test* dan *post-test* diberikan melalui soal pilihan ganda.

Tabel 1. Kuesioner *Pre-test* dan *Post-test*

No	Pertanyaan
1	Berapa kali makan utama yang dianjurkan untuk bayi usia 6-23 bulan dalam sehari?
2	Camilan untuk bayi dan balita sebaiknya diberikan?
3	Mengapa jadwal makan bayi dan balita harus teratur?
4	Tekstur makanan bayi dari usia 6 bulan hingga 2 tahun sebaiknya?

No	Pertanyaan
5	Bagaimana prinsip porsi makan anak usia 2 tahun?
6	Porsi camilan sehat (snack) untuk anak balita sebaiknya?
7	Zat gizi apa sajakah yang perlu ada setiap kali anak makan?
8	Kapan MP-ASI mulai diberikan?
9	Apa yang dimaksud dengan pangan halal?
10	Apa arti pangan <i>thayyib</i> ?
11	Mengapa penting memastikan makanan anak halal dan <i>thayyib</i> sejak kecil?
12	Contoh camilan sehat sesuai halal- <i>thayyib</i> untuk balita adalah?
13	Mengapa camilan harus diberikan?
14	Bagaimana sikap yang benar saat memberi makan anak?
15	Langkah yang tepat untuk membuat camilan halal- <i>thayyib</i> di rumah adalah?

Pada lomba kreativitas membuat camilan sehat digunakan meja dan peralatan masak sederhana, bahan pangan utama berupa ubi, serta lembar penilaian yang mencakup aspek gizi, higienitas, kreativitas, penyajian, dan prinsip halal-*thoyyib*.

Langkah Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang terdiri atas beberapa tahapan, yaitu:

Sosialisasi kegiatan dan FGD

Kegiatan diawali dengan sosialisasi dirangkai dengan *Focus Group Discussion* (FGD) mengenai rencana pelaksanaan program pemberdayaan masyarakat di Desa Laladon terlihat pada gambar 1. Pelaksana menyampaikan informasi kepada Perangkat Desa dan petugas puskesmas terkait agenda yang akan dijalankan, sekaligus memberikan pengarahan kepada kader posyandu. Selanjutnya, dilakukan *Focus Group Discussion* (FGD) bersama Perangkat Desa, petugas puskesmas, kader posyandu, serta perwakilan ibu hamil, ibu menyusui, ibu balita, dan calon pengantin untuk mengidentifikasi serta memahami permasalahan di Desa Laladon sehingga program yang dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan dan tepat sasaran.

Edukasi Gizi melalui Emo-Demo

Edukasi gizi melalui *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) terbagi atas 2 sesi yang pertama penjelasan materi, dan kedua praktik. **Penjelasan materi** dilakukan secara

interaktif kepada ibu baduta dengan menggunakan metode Emo-Demo yang menggunakan media modul dan kartu bergambar. Pada kesempatan ini modul yang digunakan adalah modul berjudul Jadwal Makan Bayi dan Anak. Modul ini digunakan untuk melatih ibu menyusun jadwal makan anak sesuai usia serta adanya sesi diskusi. Terlihat pada gambar 2, diskusi dilaksanakan agar ibu dapat berbagi pengalaman, mengemukakan kendala, dan menemukan solusi praktis bersama fasilitator maupun peserta lain. Dengan pendekatan ini, edukasi tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga meningkatkan keterampilan dan motivasi ibu dalam menerapkan pola makan sehat bagi anak di rumah.



Gambar 1. Edukasi Emo-Demo Jadwal Makan Bayi dan Anak

Praktik Media Emo-Demo

Gambar 4, adalah media edukasi yang digunakan adalah *Emotional Demonstration* (Emo-Demo), yaitu metode pembelajaran interaktif berbasis permainan yang membangkitkan emosi, kesadaran, dan keterlibatan peserta. Pada kegiatan ini, Emo-Demo diterapkan melalui penggunaan kartu bergambar makanan dan jadwal makan yang ditempel pada papan, sehingga ibu dapat langsung berlatih menyusun pola makan anak dan didiskusikan bersama fasilitator.

Persiapan

JADWAL MAKAN BAYI DAN ANAK

DEMO RUMPI SEHAT 06

TUJUAN PERMAINAN

Ibu belajar untuk tidak memberikan camilan pada bayi/anak 1 jam menjelang waktu makan, karena bayi/anak akan merasa kenyang duluan.

TARGET PESERTA Ibu Baduta

PESAN KUNCI Jangan berikan camilan pada anak 1 jam menjelang waktu makan, karena anak akan merasa kenyang duluan.

WAKTU 20 Menit

PERALATAN

Poster Jadwal Pemberian Makan

Kartu Gambar Makanan (15x)
Menyusui (24x)
Camilan (15x)

Kartu Salah-Benerin

Selotip

SALAM PEMBUKA

Salam Rumpi Sehat! Supaya tambah semangat, yuk kita yel-yel gerakan Rumpi Sehat! Mari kita mulai!

*Heut! Heut! Heut! Rumpi Sehat!
Ibu Hamil, ya ATIKAI! ASI Eksklusif, itu wajib!
Makanan anak, harus selambangnya! Camilan, harus sehat!
Kalo salah? Ya Benerin!*

Gambar 2. Modul Rumpi Sehat Jadwal Makan Bayi dan Anak

Lomba Masak: Pembuatan Camilan Sehat Berbahan Dasar Ubi

Lomba ini diikuti oleh 17 ibu baduta yang dibagi ke dalam 3 kelompok, di mana setiap kelompok diminta menyiapkan olahan camilan berbahan dasar ubi di rumah sesuai dengan kriteria lomba yang telah ditentukan, kemudian membawa hasilnya ke lokasi kegiatan. Pada hari pelaksanaan, masing-masing kelompok menyajikan hasil olahan camilan yang telah dibuat untuk dinilai oleh juri. Penilaian dilakukan dengan menggunakan lembar evaluasi yang mencakup aspek higienitas, kandungan gizi, kreativitas, penyajian, serta prinsip halal dan *thoyyib*. Melalui kegiatan ini, ibu-ibu tidak hanya didorong untuk lebih kreatif dalam memanfaatkan bahan pangan lokal, tetapi juga untuk meningkatkan keterampilan dalam menyediakan camilan sehat dan bergizi bagi keluarga. Selain itu, lomba ini juga berfungsi sebagai sarana edukasi gizi praktis yang menyenangkan sehingga peserta lebih termotivasi untuk menerapkan pola makan sehat di rumah terlihat pada gambar 3.



Gambar 3. Lomba Kreativitas Camilan Sehat

Evaluasi

Evaluasi pada kegiatan edukasi Emo-Demo dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* untuk melihat peningkatan pengetahuan ibu mengenai jadwal makan anak. Selain itu, keaktifan peserta dalam diskusi menjadi indikator tambahan keberhasilan. Pada Lomba Kreativitas Membuat Camilan Sehat, evaluasi dilakukan melalui skor penilaian juri dan refleksi bersama peserta mengenai pengalaman mengikuti lomba, manfaat membuat camilan sehat, serta peluang mengembangkan keterampilan tersebut untuk konsumsi keluarga maupun usaha kecil. Adapun hasil evaluasi digunakan sebagai indikator keberlanjutan program kedepannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi dan FGD

Berdasarkan hasil pelaksanaan *Focus Group Discussion* (FGD) di Desa Laladon, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor, ditemukan bahwa anak baduta memiliki beberapa permasalahan gizi, salah satunya adalah tingginya konsumsi jajanan kemasan yang kaya gula, garam, dan lemak, namun rendah kandungan gizi. Kebiasaan ini menyebabkan penurunan nafsu makan terhadap makanan utama, sehingga pemenuhan kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral tidak tercapai secara optimal. Selain itu, sebagian anak kurang rutin mendapatkan pemantauan pertumbuhan melalui posyandu atau puskesmas, sehingga kondisi gizi mereka tidak selalu terpantau dengan baik. Situasi ini meningkatkan risiko terjadinya gizi kurang dan anemia pada sebagian baduta.

Permasalahan gizi yang dialami oleh anak baduta di Desa Laladon, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor, dilakukan dapat diatasi salah satunya dengan melakukan kegiatan edukasi

gizi berbasis Emo-Demo lalu dilanjutkan dengan lomba masak pembuatan camilan sehat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam memberikan pola makan sehat dan gizi seimbang bagi anak. Edukasi gizi dilaksanakan secara partisipatif dengan metode praktik langsung, meliputi penyusunan jadwal makan harian anak, pemilihan makanan utama, camilan sehat, minuman bergizi, serta penerapan prinsip halal dan *thoyyib*. Pendekatan ini dirancang agar sesuai dengan karakteristik ibu baduta, yang lebih responsif terhadap pembelajaran praktis, interaktif, dan menyenangkan.

Karakteristik peserta kegiatan ditampilkan pada Tabel 1. Total subjek yang mengikuti kegiatan ini adalah 17 ibu baduta beserta anak-anak mereka. Rata-rata umur ibu adalah 28 tahun. Berdasarkan pendidikan terakhir, sebagian besar ibu memiliki pendidikan SMA/MA sebanyak 10 orang (59%), diikuti SMP/MTs 3 orang (18%), SD/MI 2 orang (12%), dan Diploma/Sarjana 2 orang (11%). Berdasarkan jenis kelamin anak, sebagian besar merupakan anak perempuan, yaitu sebanyak 13 orang (76,5%), sedangkan anak laki-laki berjumlah 4 orang (23,5%). Rata-rata umur anak perempuan adalah 17 bulan, sedangkan rata-rata umur anak laki-laki adalah 18 bulan.

Tabel 2. Karakteristik peserta kegiatan

Karakteristik	n	Persentase (%)
Usia Ibu		
Rata-rata : ± 28 tahun	17	-
Pendidikan terakhir Ibu		
SD/MI	2	12%
SMP/MTs	3	18%
SMA/MA	10	59%
Diploma/Sarjana	2	11%
Total	17	100%
Jenis Kelamin Anak		
Perempuan	13	76,5%
Laki-laki	4	23,5%
Total	17	100%
Rata-rata Umur Anak		
Perempuan: ± 17 tahun	13	76,5%
Laki-laki: ± 18 tahun	4	23,5%
Total	17	100%

Edukasi Gizi melalui Emo-Demo

Pelaksanaan kegiatan edukasi gizi kepada ibu baduta melalui Emo-Demo mengambil topik jadwal makan bayi dan anak dilaksanakan di Desa Laladon, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor pada tanggal 26 Agustus 2025. Peserta

kegiatan adalah ibu baduta yang hadir bersama anaknya. Pada tahap awal kegiatan, fasilitator memberikan penjelasan mengenai tujuan utama Emo-Demo, yaitu menekankan pentingnya tidak memberikan cemilan satu jam sebelum makan utama karena dapat menyebabkan anak merasa kenyang terlebih dahulu sehingga asupan makan besar menjadi berkurang.

Sebelum kegiatan dimulai, para ibu baduta terlebih dahulu mengisi lembar *pre-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal terkait jadwal makan pada anak usia di bawah dua tahun. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan sesi edukasi dan simulasi. Persiapan dilakukan sejak awal, mengingat terdapat berbagai media yang harus disiapkan sebelum pelaksanaan. Persiapan tersebut meliputi kartu menyusui, kartu makan besar, kartu cemilan, poster jadwal makan, selotip, serta kartu benar-salah. Selain itu, tim pelaksana berkoordinasi dengan kader posyandu setempat untuk menentukan waktu pelaksanaan kegiatan. Para kader juga diberikan penjelasan mengenai teknis pelaksanaan agar kegiatan berjalan dengan lancar.

Kegiatan ini diawali dengan mempersiapkan seluruh media yang dibutuhkan, termasuk menempelkan tiga poster jadwal makan pada dinding dengan posisi yang cukup berjauhan. Peserta yang merupakan ibu baduta kemudian dibagi menjadi tiga kelompok, masing-masing diminta berdiri di depan poster yang telah ditentukan. Selanjutnya, fasilitator membagikan kartu gambar yang terdiri atas lima kartu makan, delapan kartu menyusui, dan lima kartu cemilan. Setiap kelompok diminta mendiskusikan jadwal pemberian ASI, makan, dan cemilan sesuai dengan kelompok umur yang telah ditentukan. Kelompok pertama adalah untuk bayi berusia enam bulan, kelompok kedua untuk bayi berusia satu tahun, dan kelompok ketiga untuk bayi berusia dua tahun. Setelah diskusi selesai, setiap kelompok menempelkan kartu sesuai hasil pembahasan pada jam yang dianggap tepat.

Seluruh peserta kemudian dikumpulkan untuk membahas hasil diskusi dari masing-masing kelompok. Diskusi dilakukan secara bergiliran, dimulai dari kelompok pertama, kemudian kelompok kedua, dan terakhir kelompok ketiga. Fasilitator memberikan arahan serta meluruskan jadwal yang belum sesuai, terutama terkait pemberian cemilan yang tidak boleh diberikan dalam kurun waktu satu jam sebelum makan utama. Apabila ada kelompok yang masih menempatkan kartu cemilan terlalu dekat dengan jam makan besar, peserta diminta

memperbaikinya secara langsung, terlihat pada gambar 5.

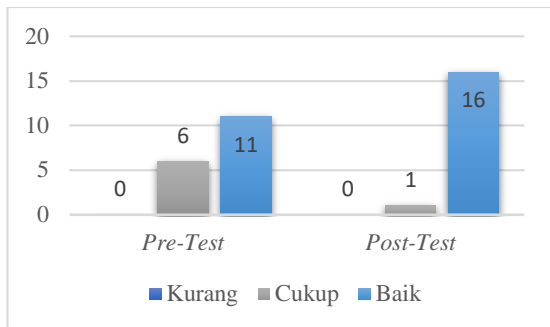
Sebagai tahap akhir, ibu baduta kembali mengisi lembar *post-test* untuk menilai perubahan pengetahuan setelah mengikuti edukasi. Hasil *post-test* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu baduta mengenai pengaturan jadwal makan pada anak, terutama terkait waktu yang tepat dalam pemberian cemilan. Kegiatan ini mendapat respons yang sangat positif dari para ibu baduta. Antusiasme terlihat dari keaktifan mereka dalam mengikuti permainan, diskusi, dan pengisian evaluasi. Melalui metode edukasi berbasis Emo-Demo ini, diharapkan ibu baduta semakin memahami pentingnya pengaturan jadwal makan yang tepat sebagai salah satu upaya pencegahan stunting pada anak usia di bawah dua tahun.



Gambar 4. Penjelasan Emo-Demo Modul Jadwal Makan Bayi dan Anak

Pengukuran pengetahuan (*pre-post test*)

Sebagai bagian dari evaluasi terhadap kegiatan edukasi gizi, dilakukan pengisian *pre-test* sebelum dan *post-test* setelah pelaksanaan edukasi guna mengukur tingkat pengetahuan gizi yang dimiliki oleh anak. Tujuan dari evaluasi ini adalah untuk mengetahui efektivitas edukasi dalam meningkatkan pemahaman anak mengenai gizi. Berdasarkan klasifikasi yang dikemukakan oleh Ningrum, *et al.*, (2022), tingkat pengetahuan gizi dibagi menjadi tiga kategori, yaitu kategori kurang apabila total nilai yang diperoleh kurang dari 60% dari jumlah jawaban benar, kategori cukup apabila nilai berada pada rentang 60% hingga 80%, dan kategori baik apabila nilai yang diperoleh melebihi 80% (Ningrum, *et al.*, 2022). Sebaran tingkat pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi disajikan pada gambar 6 berikut.



Gambar 5. Diagram sebaran Responden Berdasarkan Pengetahuan Gizi Sebelum dan Sesudah Edukasi

Berdasarkan data hasil pengukuran *pre-test* dan *post-test* yang disajikan pada gambar 5, terlihat adanya perubahan tingkat pengetahuan gizi peserta setelah memperoleh intervensi edukasi. Pada saat *pre-test*, mayoritas peserta berada pada kategori baik yaitu sebanyak 11 orang, sedangkan 6 orang lainnya berada pada kategori cukup, dan tidak ada peserta yang termasuk kategori kurang. Setelah dilakukan intervensi edukasi (*post-test*), terjadi peningkatan pada kategori baik, yaitu menjadi 16 orang. Peserta yang berada pada kategori cukup menurun menjadi 1 orang, dan tidak terdapat peserta pada kategori kurang. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman gizi peserta setelah diberikan edukasi, ditandai dengan bertambahnya jumlah peserta yang masuk kategori baik dan berkurangnya jumlah peserta pada kategori cukup maupun kurang. Berikut rata-rata hasil *pre-test* dan *post-test* pada tabel 2:

Tabel 3. Hasil Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* pada Responden

Variabel	Rank	n	Mean Rank	p-value
Nilai	Negative rank	0	0,00	0,004*
	Positive rank	10	5,50	
	Ties	7		

Keterangan : Uji *Wilcoxon Signed Rank test*, signifikan pada $p < 0,05$

Berdasarkan Tabel 3, dari total 17 responden, terdapat 10 responden yang mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan intervensi edukasi dengan nilai mean rank sebesar 5,50. Tidak ditemukan responden yang mengalami penurunan skor (*negative rank* = 0), sementara 7 responden menunjukkan tidak adanya perubahan skor (*ties*). Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar

responden memperoleh pemahaman tambahan dari intervensi yang diberikan.

Hasil analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai $p = 0,004$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor *pre-test* dan *post-test*. Hal ini menegaskan bahwa intervensi edukasi gizi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden.

Ketiadaan responden yang mengalami penurunan skor semakin memperkuat bukti bahwa intervensi memberikan pengaruh positif terhadap pemahaman peserta. Kondisi ini menunjukkan bahwa metode edukasi berbasis Emo-Demo mampu menyampaikan pesan gizi secara efektif, menyenangkan, dan mudah dipahami oleh ibu baduta. Meskipun demikian, terdapat 7 responden yang tidak mengalami perubahan skor pengetahuan. Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor individual, antara lain tingkat pendidikan yang relatif rendah, pengalaman sebelumnya dalam menerima materi serupa, tingkat konsentrasi saat kegiatan berlangsung, maupun keterbatasan dalam menyerap informasi baru.

Selain faktor individu, keterbatasan waktu intervensi juga dapat menjadi salah satu penyebab tidak adanya perubahan skor pada sebagian responden. Edukasi yang dilakukan hanya dalam satu kali pertemuan berpotensi kurang optimal bagi peserta yang membutuhkan pengulangan informasi agar lebih memahami materi. Faktor lingkungan, seperti kondisi anak yang rewel saat kegiatan berlangsung, juga dapat memengaruhi tingkat perhatian ibu baduta terhadap materi yang disampaikan.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi dengan metode Emo-Demo efektif dalam meningkatkan pengetahuan mitra. Temuan ini sejalan dengan penelitian Faizah dkk. (2024) di Kota Serang yang melaporkan peningkatan skor pengetahuan ibu balita dari 77,8% menjadi 82,2% setelah penyuluhan (Faizah, *et al.*, 2024), serta penelitian Palupi dkk. (2024) di Kabupaten Bogor yang menemukan pergeseran kategori pengetahuan ibu dari cukup (51,6%) menjadi baik (64,5%) dengan nilai $p = 0,000$. Hasil ini memperlihatkan bahwa pendekatan emosional dan demonstrasi praktis mampu menyederhanakan pesan gizi sehingga lebih mudah dipahami dan diterapkan (Palupi, *et al.*, 2024).

Kelebihan metode Emo-Demo juga ditegaskan oleh Farida Wahyu dkk. (2022) yang menemukan peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita dari 55% menjadi 97,5% setelah intervensi dengan modul “*Kuy Rajin ke Posyandu*”. Dibandingkan dengan ceramah konvensional, Emo-Demo lebih unggul karena menyentuh aspek emosional peserta melalui komunikasi yang interaktif, sederhana, dan menyenangkan, sehingga informasi lebih mudah diingat dan mendorong keterlibatan aktif (Wahyu, *et al.*, 2022). Penelitian Palupi dkk. (2023) pun menunjukkan bahwa Emo-Demo tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga sikap gizi ibu mengenai tekstur MP-ASI secara signifikan ($p = 0,00$), bahkan lebih efektif dibandingkan metode permainan kelompok (*Team Game Tournament*) (Palupi, *et al.*, 2023).

Hasil serupa dilaporkan oleh Fitriyaningrum dkk. (2023) di Desa Bojonggede, yang mengombinasikan Emo-Demo dengan ceramah, webinar, dan media kalender. Intervensi tersebut tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk sikap positif seluruh responden terhadap praktik gizi yang benar (Fitriyaningrum, *et al.*, 2023). Dengan demikian, berbagai penelitian konsisten menunjukkan bahwa metode Emo-Demo memiliki keunggulan dibandingkan metode edukasi lainnya karena mampu mengintegrasikan aspek kognitif dan emosional, serta efektif mendukung perubahan perilaku gizi sebagai upaya pencegahan stunting.

Lomba Masak: Pembuatan Camilan Sehat untuk Baduta Gizi Kurang

Lomba Masak Camilan Sehat Anak berbahan dasar Ubi dilaksanakan sebagai bagian dari kegiatan Praktik Kerja Lapangan (PKL) Pengabdian Masyarakat di Desa Laladon, Kecamatan Ciomas, Kabupaten Bogor. Tujuan utama dari program ini adalah meningkatkan kreativitas dan pengetahuan ibu-ibu dalam mengolah camilan sehat yang tidak hanya bergizi tetapi juga memenuhi prinsip halal dan *thoyyib* sehingga aman dan sesuai dengan nilai-nilai syariah untuk dikonsumsi anak-anak. Selain itu, program ini juga bertujuan membuka peluang kewirausahaan dengan memanfaatkan menu camilan yang dibuat dari bahan yang murah dan mudah didapat sebagai alternatif bisnis rumahan yang potensial sehingga dapat meningkatkan ekonomi keluarga.

Salah satu permasalahan yang mendasari kegiatan ini adalah kebiasaan anak-anak yang

sering jajan sembarangan. Kebiasaan mengonsumsi jajanan di sekolah adalah suatu kebiasaan yang hampir dilakukan oleh hampir semua siswa di sekolah. Jajanan memiliki peranan dalam memberikan asupan energi dan zat gizi kepada anak-anak. Namun zat gizi yang terdapat di dalamnya harus sesuai dengan anjuran gizi yang baik (Nurkarsa, *et al.*, 2021). Sedangkan jajanan yang mereka konsumsi seringkali tidak sehat, tidak higienis, dan berpotensi membahayakan kesehatan anak-anak. Bahaya makanan jajanan sembarangan dapat menimbulkan berbagai permasalahan seperti keracunan karena tercemar oleh mikroorganisme, parasit ataupun bahan kimia lainnya, diare, dan kurang gizi sehingga diperlukan edukasi dan alternatif camilan sehat yang menarik dan mudah dibuat di rumah (Wahyuni & Musyarrafah, 2024).

Pada dasarnya, jika seorang ibu memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup, ia dapat membuat jajanan sehat untuk anak-anaknya sendiri dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang tersedia di sekitar rumah. Contohnya, ubi sebagai bahan pangan lokal yang tersedia lalu dikombinasikan dan diolah menjadi camilan yang murah serta kaya akan gizi. Namun, seringkali pangan lokal dianggap kurang bernilai gizi atau inferior. Tingginya frekuensi konsumsi makanan jajanan di luar rumah dapat mengurangi nafsu makan balita saat waktu makan utama karena anak sudah merasa kenyang setelah mengonsumsi jajanan tersebut. Akibatnya, hal ini dapat menurunkan asupan energi dan protein yang dibutuhkan, sehingga berdampak pada penurunan status gizi anak (Hidayanti & Maywati, 2020).

Kegiatan lomba berlangsung secara mandiri di rumah masing-masing kelompok di mana setiap kelompok memasak camilan sehat dengan bahan dasar ubi yang diolah secara menarik dan kreatif sesuai dengan standar *hygiene* sanitasi makanan. Lomba masak ini diikuti oleh 3 kelompok yang masing-masing terdiri dari 4 – 5 orang, kelompok tersebut merupakan kelompok yang sama dengan kegiatan Emo-Demo yang telah dilaksanakan sebelumnya. Setiap kelompok kemudian berkumpul untuk mempresentasikan hasil masakan yang dibuat oleh perwakilan tiap kelompok. Pemilihan ubi sebagai bahan dasar camilan sehat dalam kegiatan ini adalah karena ubi merupakan bahan pangan lokal yang melimpah di Desa Laladon, mudah dijangkau oleh masyarakat, serta harganya yang relatif murah. Selain itu, ubi

memiliki kandungan gizi yang tinggi dan tidak kalah penting dibandingkan dengan sumber karbohidrat lainnya. Jenis ubi yang digunakan yaitu ubi ungu, di mana kaya akan karotenoid, vitamin, mineral, serat, dan senyawa fitokimia yang berkontribusi pada manfaat kesehatan yang beragam. Kandungan gizi di dalamnya meliputi 150,7 mg antosianin, 1,1% serat, 18,2% pati, 0,4% gula reduksi, 0,70 mg zat besi, 0,6% protein, dan 20,1 mg vitamin C (Khairani, *et al.*, 2025).

Penilaian lomba dilakukan berdasarkan beberapa kriteria yaitu *hygiene* dan sanitasi dalam proses memasak, penggunaan bahan makanan yang berlogo halal sebagai jaminan kehalalan dan kualitas, citarasa camilan yang disukai dan cocok untuk anak-anak, penampilan atau *plating* yang menarik serta menggugah selera dan kreativitas menu yang dibuat. Kriteria ini memastikan bahwa makanan yang dihasilkan tidak hanya sehat dan bergizi, tetapi juga memenuhi syarat halal dan *thoyyib* sesuai dengan prinsip yang baik dan benar.



Gambar 6. Hasil Olahan Camilan Sehat

Sesi presentasi hasil masakan menjadi ajang berbagi pengalaman dan edukasi mengenai pentingnya menjaga pola makan sehat yang halal dan *thoyyib* serta memperkuat kesadaran masyarakat akan pentingnya pemilihan bahan yang berkualitas dan aman. Evaluasi kegiatan

dilakukan melalui observasi oleh juri dan pengisian kuesioner untuk menilai pemahaman peserta terhadap gizi, halal-*thoyyib*, dan sanitasi makanan. Hasil olahan camilan sehat dari masing-masing kelompok menunjukkan beragam kreasi menarik berbahan dasar ubi ungu. Setiap kelompok menampilkan menu dengan bentuk, rasa, dan tampilan yang beragam, seperti bola-bola ubi ungu, puding ubi ungu, dan bugis ubi ungu. Seluruh hasil olahan disajikan dengan plating yang menarik dan sesuai untuk anak-anak, memperlihatkan kreativitas peserta dalam mengolah bahan lokal menjadi camilan sehat yang menggugah selera. Berikut hasil olahan yang dibuat oleh masing-masing kelompok terlihat pada gambar 7.

Setelah kegiatan lomba selesai, hasil camilan diberikan kepada anak-anak di lingkungan sekitar sebagai bentuk uji coba penerimaan produk. Berdasarkan observasi dan tanggapan orang tua, anak-anak menunjukkan respon positif terhadap camilan yang disajikan. Mereka menyukai warna ungu yang menarik, rasa manis alami dari ubi, dan tekstur lembut dari camilan tersebut. Beberapa anak bahkan meminta dibuatkan kembali oleh ibunya di rumah, menunjukkan bahwa camilan sehat bisa menjadi alternatif yang disukai jika disajikan dengan tampilan dan rasa yang menarik.

Untuk memastikan keberlanjutan kebiasaan makan sehat pada anak, orang tua berencana melakukan beberapa langkah tindak lanjut, antara lain: (1) Membiasakan membuat camilan sehat di rumah dengan bahan sederhana seperti ubi, pisang, atau singkong. (2) Melibatkan anak dalam proses memasak agar anak merasa memiliki keterlibatan dan minat terhadap makanan sehat. (3) Memberikan edukasi ringan tentang manfaat camilan sehat dan dampak jajanan tidak sehat terhadap tubuh. (4) Menyediakan stok camilan sehat di rumah atau bekal sekolah agar anak tidak tertarik membeli jajanan sembarangan. (5) Mencontohkan pola makan sehat dalam keluarga karena perilaku anak banyak dipengaruhi oleh contoh orang tuanya.

Program ini memberikan wawasan dan dukungan kewirausahaan bagi peserta dengan mendorong pengembangan usaha camilan berbasis ubi yang terjangkau dan mudah dijalankan sebagai peluang bisnis keluarga. Program ini diharapkan dapat memberikan dampak positif jangka panjang dengan mendorong penerapan pola makan sehat yang sesuai syariah sekaligus meningkatkan kualitas

gizi anak-anak dan kesejahteraan ekonomi keluarga di Desa Laladon secara berkelanjutan melalui program pendampingan oleh kader posyandu dan puskesmas.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Permasalahan utama yang dihadapi masyarakat Desa Laladon adalah rendahnya praktik pemberian makan pada anak baduta akibat tingginya konsumsi jajanan kemasan serta keterbatasan keterampilan ibu dalam menyediakan makanan bergizi. Intervensi edukasi berbasis *Emotional Demonstration* (Emo-Demo) yang dipadukan dengan praktik lomba pembuatan camilan sehat berbahan ubi terbukti menjadi solusi yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai jadwal makan anak sekaligus membekali mereka keterampilan praktis dalam mengolah pangan lokal menjadi makanan sehat. Solusi ini tidak hanya menjawab persoalan gizi anak baduta, tetapi juga membuka peluang ekonomi melalui pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai produk camilan sehat. Harapannya, kegiatan PKL Abdimas ini dapat menjadi model pemberdayaan masyarakat berbasis gizi yang berkelanjutan serta dapat direplikasi di wilayah lain dengan permasalahan serupa.

Untuk mempertahankan kemajuan yang telah dicapai, masyarakat Desa Laladon diharapkan terus menerapkan praktik pemberian makan sehat bagi anak serta mengembangkan inovasi camilan berbasis pangan lokal. Kader posyandu dan puskesmas disarankan melakukan pendampingan rutin agar pengetahuan dan keterampilan ibu dapat terus meningkat. Pemerintah daerah diharapkan memberikan dukungan melalui pelatihan berkelanjutan dan fasilitas pengembangan usaha rumah tangga berbasis pangan lokal. Selain itu, akademisi dan mahasiswa dapat menjadikan kegiatan ini sebagai rujukan pengabdian berkelanjutan guna memperkuat sinergi antara peningkatan gizi anak dan pemberdayaan ekonomi keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian, Inovasi, dan Pemberdayaan Masyarakat (LPPIM), Universitas Al-Azhar Indonesia yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian

masyarakat ini dengan skema pendanaan *Competitive Public Service Grant* Tahun 2025. Penulis sampaikan terima kasih juga kepada Masyarakat Mitra, Pemerintah Desa dan khususnya Puskesmas Desa Laladon, kader posyandu atas perizinan dan fasilitas yang diberikan. Seluruh tim pelaksana Mahasiswa dan Dosen yang telah berkolaborasi, saling memberikan bimbingan, arahan dan dukungan sehingga kegiatan pemberdayaan masyarakat di bidang gizi ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terimakasih juga ditunjukkan kepada diberikan kepada seluruh ibu baduta dan masyarakat Desa Laladon atas partisipasi aktif dan antusiasme yang sangat berarti dalam menunjang keberhasilan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, A., & Rachmayanti, R. (2022). Edukasi Emotional Demonstration Dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Terhadap Pencegahan Stunting. *Medi Gizi Kesmas*, 341-350.
- Faizah, A. P., Sartika, R. S., & Muafiah, S. (2024). Penyuluhan Pendekatan Emotional Demonstration (Emo-Demo) Jadwal Makan Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Singandaru, Kota Serang. *Jurnal Pengabdian Gizi Dan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 73-82.
- Fitriyaningrum, D. A., Tanani, C., Aggelia, M., Rinaldy, N., Lestari, Z. S., & Alfiah, E. (2023). Kegiatan Praktik Kerja Lapang Pengabdian Masyarakat Pada Kasus Stunting Dengan Emo-Demo & Webinar Di Desa Bojonggede Kecamatan Bojonggede Kabupaten Bogor Provinsi Jawa Barat. *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat (SENDAMAS)* (Hal. 89-99). Jakarta: Universitas Al Azhar Indonesia.
- Hidayanti, L., & Maywati, S. (2020). Promosi Gizi Melalui Metode Emo Demo Untuk Mengubah Persepsi Ibu Tentang Makanan Jajanan Berbasis Pangan Lokal. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 76-92.
- Hidiyatati, A., Sittati, H., & Yuliasuti, I. A. (2025). Identifikasi Tumbuh Kembang Anak Usia 0-1 Tahun. *Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 28-37.
- Jannah, H., Margareta, A., Aulia, L., Izza, A., Anwari, I., Silitonga, I., . . . Irma, P. (2025). Demonstrasi Camilan BB Booster 'Pisang Barongko' Untuk Mencegah Gizi Kurang Di

- Desa Jumpong Kecamatan Wonosari. *Jurnal Solma*, 2337-2345.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI). Kementerian Kesehatan RI.
- Khairani, M., Raudah, N. Y., Rizki, M., & Nadia, R. L. (2025). Analisis Kandungan Zat Gizi Dalam Pembuatan Olahan Snack Dari Ubi Jalar Ungu (*Ipomoea Batatas L.*). *Journal Innovation In Education (INOVED)*, 2(1), 47-55.
- Ningrum, S. T., Sinaga, T., & Nurdiani, R. (2022). Pengetahuan Gizi, Perubahan Kebiasaan Makan Dan Gaya Hidup, Serta Status Gizi Mahasiswa Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Gizi Dietetik*, 1(3), 156-164.
- Nurkarsa, A. H., Jannah, R., Yusup, A., & Pahira, S. H. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keputusan Jajan Sembarangan Pada Anak Di Sekolah Dasar Negeri Tengket 1 Kabupaten Bangkalan. *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 11(2), 57-62.
- Palupi, K. A., Umami, Z., Lusiana, F., Jastin, N. Z., Pratiwi, N. P., & Wardah, P. (2024). Penyuluhan Gizi Kepada Ibu Badutamenggunakan Media Emo-Demodi Desa Pabuaran Kabupaten Bogor. *Journal Of Research Applications In Community Services*, 3(1), 19-25.
- Palupi, K. A., Umami, Z., Rahmwati, L. A., Ramadhayanti, A. R., Komala, E. R., Ekaroza, A. J., & Masnun, S. F. (2023). Pendidikan Gizi Menggunakan Emotion-Demonstration (Emo-Demo) Kepada Ibu Baduta Di Posyandu Wortel 2 Pesanggrahan Jakarta Selatan. *Prosiding Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat (SENDAMAS)* (Hal. 114-120). Jakarta: Universitas Al Azhar Indonesia.
- Putri, G., Aulia, N., Salsabila, N., Aisy, R., Indrawati, S., Madani, W., & Khastini, R. (2023). Pemanfaatan Ubi Jalar Sebagai Alternatif Karbohidrat Yang Meningkatkan Ekonomi Warga Banten. *Jurnal SEMAR (Jurnal Ilmu Pengetahuan, Teknologi, Dan Seni Bagi Masyarakat*, 12(1), 47 –53.
- Wahyu, F., Itsnanisa, D., Yuniarti, R., F, A. Y., Wakhida, N., Novi, H., . . . Debriani, A. (2022). Edukasi Pentingnya Pemantauan Status Gizi Anak Melalui Metode Emotional Demonstration (Emo-Demo). *Journal Of Community Engagement And Empowerment*, 4(2), 81-90.
- Wahyuni, S. R., & Musyarrafah. (2024). Penerapan Video Animasi Dalam Memodifikasi Perilaku Jajan Sembarangan Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Kelurahan Teppo. *Jurnal Lentera Anak*, 5(1), 57-70.