

[SNA – 16]

Pembentukan Kebiasaan Konsumsi Protein Melalui Kegiatan PMT Berbasis Pangan Lokal di Posyandu Anggrek Desa Ragajaya Bojonggede

Mutia Amelia Ridiandi^{1*}, Dwi Ayuningrum Fitri¹, Syakira Kiyasa Lubis¹, Yala Dirgantara Puwandi¹, Aulia Nurrohman¹, Amatullah Nabiha Askari¹

¹Program Studi Gizi, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Al Azhar Indonesia, Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Masjid Agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan, 12110
Email Penulis Korespondensi: mutiaamelia80@gmail.com

Abstract

Nutritional problems particularly protein deficiency, remain a major challenge in Ragajaya Village, Bogor Regency, contributing to the high prevalence of stunting among children under five. This community service program aimed to improve knowledge and develop protein consumption habits among mothers of infants and toddlers through supplementary feeding (PMT) activities based on local food at Posyandu Anggrek. The activity was carried out on September 9, 2025, involving 15 participants who were mothers of infants and toddlers. The implementation method included nutrition education using flyers and an innovative PMT recipe booklet, accompanied by pre-test and post-test evaluations to measure knowledge improvement. The results showed a significant increase in participants' understanding of the importance of regularly visiting the posyandu and consuming animal and plant-based protein for child growth. The average pre-test score of 7.40 increased to 9.27 in the post-test, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) based on the Wilcoxon test. These findings demonstrate that interactive nutrition education based on local food effectively enhances community awareness of protein consumption and the strengthens the role of posyandu in preventing stunting.

Keywords: *Nutrition Education, Posyandu, Protein, Stunting, Supplementary Feeding*

Abstrak

Masalah gizi khususnya kekurangan protein, masih menjadi tantangan utama di Desa Ragajaya, Kabupaten Bogor, yang berdampak pada tingginya prevalensi stunting di kalangan balita. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta membentuk kebiasaan konsumsi protein pada ibu bayi dan balita melalui kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal di Posyandu Anggrek. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 9 September 2025 dengan melibatkan 15 peserta yang merupakan ibu bayi dan balita. Metode pelaksanaan meliputi edukasi gizi menggunakan media flyer dan booklet resep inovasi PMT, disertai pelaksanaan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan peserta mengenai pentingnya datang ke posyandu secara rutin serta manfaat konsumsi protein hewani dan nabati bagi pertumbuhan anak. Nilai rata-rata pre-test sebesar 7,40 meningkat menjadi 9,27 pada post-test dengan nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$) berdasarkan uji Wilcoxon. Temuan ini membuktikan bahwa edukasi gizi interaktif berbasis pangan lokal efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya konsumsi protein dan peran posyandu dalam pencegahan stunting.

Kata kunci: *Edukasi Gizi, Posyandu, Protein, Stunting, Pangan Lokal*

1. PENDAHULUAN

Asupan gizi pada bayi dan balita perlu diperhatikan zat gizinya, terutama kandungan proteinnya, karena protein sangat penting untuk mendukung peningkatan tinggi badan, perkembangan otak, dan kecerdasan. Kekurangan protein pada asupan dapat mengganggu proses pertumbuhan sehingga anak tidak mencapai potensi pertumbuhan yang optimal. Keadaan seperti ini memiliki risiko menyebabkan stunting. Hal tersebut disebabkan oleh rendahnya konsumsi protein (Islamiati, *et al.*, 2024).

Laporan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) untuk periode tahun 2021 memaparkan suatu gambaran dimana prevalensi balita dengan stunting di Indonesia berada pada tingkat 24,4%. Sementara itu, ambang batas toleransi stunting yang ditetapkan WHO berada pada angka 20%. Salah satu provinsi dengan angka stunting yang masih tergolong tinggi adalah Jawa Barat, yang mencatat prevalensi sebesar 24,5%, dan Kabupaten Bogor berada pada posisi ketujuh tertinggi dalam daftar tersebut. Di wilayah ini terdapat 68 desa yang menjadi prioritas dalam upaya penanggulangan stunting.

Desa Ragajaya berada dalam wilayah administratif Kecamatan Bojonggede, yang merupakan bagian dari Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Permasalahan gizi masih menjadi isu penting di Kabupaten Bogor dengan prevalensi 27,4% berdasarkan hitungan SSGI. Stunting masih dikategorikan sebagai salah satu permasalahan kesehatan utama yang terjadi di Desa Ragajaya. Stunting pada hakikatnya adalah sebuah bentuk gangguan pertumbuhan menyeluruh, baik secara fisik maupun mental, yang bersumber dari ketidakcukupan asupan gizi secara berkelanjutan. Dampak dari kondisi ini terlihat dari postur tubuh anak yang lebih pendek dari standar usianya serta adanya keterlambatan dalam hal perkembangan fungsi kognitif (Anjani & Nurhayati, 2024). Selain memengaruhi aspek kognitif, stunting juga berpotensi menimbulkan gangguan patologis yang dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian, menurunkan tingkat produktivitas, serta berkontribusi terhadap terjadinya kemiskinan dan meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah. (Irawan, Yusuf, Umami, & Swamilaksana, 2023). Walaupun masyarakat mulai memahami pengertian stunting beserta penyebabnya, prevalensinya tetap tergolong tinggi. Hal ini

menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki masyarakat belum sepenuhnya diterapkan dalam pola asuh dan pola konsumsi sehari-hari. Kapasitas seorang ibu dalam memahami prinsip-prinsip gizi yang baik berpotensi besar untuk meningkatkan perhatiannya terhadap pemenuhan gizi berimbang bagi anak. Kondisi ini pada akhirnya menciptakan landasan yang kuat bagi anak untuk mengalami proses tumbuh kembang yang optimal.

Pemerintah desa bersama puskesmas, kader posyandu, dan Tim Percepatan Penurunan Stunting (TPPS) telah menjalankan berbagai program intervensi. Program tersebut meliputi pemantauan kesehatan balita, edukasi gizi kepada orang tua, serta kampanye pentingnya sanitasi sehat. Kolaborasi ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan kepedulian masyarakat terhadap pencegahan stunting. Meskipun berbagai program telah dijalankan, tantangan tetap ada. Rendahnya partisipasi sebagian orang tua dalam kegiatan posyandu membuat program pemantauan tumbuh kembang anak belum berjalan optimal. Selain itu, masalah sanitasi lingkungan yang belum sepenuhnya tertangani terus menjadi hambatan dalam upaya menurunkan angka stunting. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif seluruh elemen masyarakat agar program gizi dapat memberikan hasil yang lebih signifikan.

Program kerja yang pelaksana lakukan untuk mencegah permasalahan gizi tersebut yaitu dengan Penyuluhan Pentingnya Datang ke Posyandu dan Manfaat Konsumsi Protein, yang menjadi salah satu tantangan terbesar di Desa Ragajaya adalah rendahnya partisipasi orang tua dalam kegiatan posyandu. Kondisi ini berdampak pada kurang optimalnya pemantauan tumbuh kembang anak serta keterlambatan dalam deteksi dini stunting. Melalui program penyuluhan, masyarakat diberikan pemahaman tentang pentingnya datang ke posyandu secara rutin, sekaligus manfaat konsumsi protein bagi tumbuh kembang anak. Dengan meningkatnya kesadaran ini, diharapkan orang tua lebih aktif membawa anaknya ke posyandu, sehingga status gizi anak dapat dipantau dan ditangani lebih cepat jika ditemukan masalah. Penguatan kapasitas pengetahuan seputar stunting dan penerapan gizi seimbang pada kelompok ibu, calon ibu, serta kader berpotensi menjadi langkah preventif yang signifikan dalam memutus mata rantai masalah stunting (Ramadhan & Maulidya, 2024).

Kebutuhan protein pada balita berada pada tingkat yang lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya. Ketidacukupan asupan protein dapat menghambat produksi *Insulin-like Growth Factor (IGF)-1* yang berperan dalam proses pertumbuhan tulang, sehingga dapat memperlambat laju pertumbuhan balita. Protein hewani, dengan komposisi asam amino aromatik (*fenilalanin, tirosin, dan triptofan*), menunjukkan kemampuan yang lebih unggul dalam menstimulasi peningkatan kadar serum *IGF-1* dibandingkan dengan protein nabati yang pada umumnya didominasi oleh jenis asam amino nonaromatik (Retni & Arfianti, 2025). Berdasarkan hal tersebut, pemahaman komprehensif orang tua mengenai peran vital protein dalam mendukung proses tumbuh kembang anak menjadi sangat krusial.

Tujuan dari kegiatan ini adalah memperkenalkan sumber protein hewani dan protein nabati yang terjangkau dan mudah diolah dalam kehidupan sehari-hari seperti tahu, tempe, kacang hijau, dan oncom sebagai sumber protein nabati, serta telur, ikan lele, ikan nila, ayam, dan ikan asin sebagai sumber protein hewani. Kegiatan ini juga bertujuan untuk mencegah masalah gizi seperti stunting melalui peningkatan pengetahuan dan membentuk kebiasaan konsumsi protein pada ibu bayi dan balita melalui kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal.

2. METODE

Metode yang diterapkan dalam program pengabdian masyarakat ini berupa pemberian edukasi gizi yang disampaikan melalui media *flyer* tentang pentingnya datang ke posyandu dan manfaat konsumsi protein serta booklet inovasi PMT dengan sasaran ibu bayi dan ibu balita (usia 0 – 59 bulan) di Posyandu Anggrek. Kegiatan ini melibatkan sebanyak 15 orang partisipan, terdiri atas ibu yang memiliki bayi serta ibu dengan balita berusia 0–59 bulan yang hadir di Posyandu Anggrek. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan yang berisi pertanyaan terkait pentingnya datang ke posyandu dan manfaat konsumsi protein yang diisi oleh peserta sebelum dan setelah kegiatan edukasi berlangsung.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Pembentukan Kebiasaan Konsumsi

Protein Melalui Kegiatan PMT Berbasis Pangan Lokal di Posyandu Anggrek Desa Ragajaya Bojonggede” dilaksanakan pada tanggal 09 September 2025 di Posyandu Anggrek Desa Ragajaya, Kecamatan Bojong Gede, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Adapun sasaran kegiatan ini yaitu ibu bayi dan ibu balita (usia 0 – 59 bulan).

Alat dan Bahan

Alat yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi perlengkapan alat tulis, serta berbagai perlengkapan penunjang lainnya. Sementara itu, bahan yang dipakai dalam proses edukasi gizi mencakup *flyer* edukasi (gambar 1) dan booklet berisi resep inovasi PMT (gambar 2).



Gambar 1. *Flyer* Edukasi Pentingnya ke Posyandu dan Manfaat Protein



Gambar 2. Booklet Resep Inovasi PMT

Langkah Pelaksanaan

Kegiatan ini diselenggarakan melalui tiga tahapan yang berurutan, meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Rincian masing-masing tahapan disajikan sebagai berikut:

Tahap persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan:

1. Strategi pendekatan dan metode sosialisasi yang akan diterapkan untuk merancang program edukasi gizi di Desa Ragajaya.

2. Penyampaian informasi kepada Perangkat Desa dan petugas puskesmas terkait agenda yang akan dijalankan, serta pemberian arahan kepada kader posyandu Anggrek oleh panitia.
3. Menyelenggarakan *Focus Group Discussion (FGD)* untuk mengidentifikasi dan mendalami permasalahan yang ada di Posyandu Anggrek, Desa Ragajaya.

Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilaksanakan dalam bentuk edukasi gizi melalui *flyer* tentang pentingnya datang ke posyandu dan manfaat konsumsi protein serta penjelasan *booklet* resep inovasi PMT dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. Pelaksanaan Edukasi Tentang Pentingnya Datang ke Posyandu dan Manfaat Konsumsi Protein

Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dilaksanakan melalui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* guna mengidentifikasi tingkat peningkatan pemahaman para ibu tentang urgensi kunjungan rutin ke Posyandu, manfaat konsumsi protein, serta resep-resep inovasi PMT. Berikut aktivitas pengisian *pre-test* dan *post-test* oleh responden penelitian tergambar secara visual dalam Gambar 4. Adapun daftar pertanyaan yang digunakan dalam *pre-test* dan *post-test* disajikan pada tabel 1.



Gambar 4. Pengisian *pre-test* dan *post-test*

Tabel 1. Daftar pertanyaan *pre-test* dan *post-test* peserta kegiatan PMT berbasis pangan lokal di Posyandu Anggrek Desa Ragajaya.

No	Pertanyaan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>
1	Yang dimaksud dengan posyandu adalah
2	Menurut ibu manfaat penimbangan untuk Balita di Posyandu adalah
3	Menurut ibu tujuan dari Posyandu adalah
4	Yang menjadi sasaran utama dalam kegiatan posyandu adalah
5	Balita seharusnya ditimbang minimal berapa kali dalam setahun
6	Pada usia berapa Balita sebaiknya ditimbang di Posyandu
7	Salah satu kegiatan di Posyandu adalah pemberian kapsul vitamin A pada Balita, menurut ibu
8	Salah satu penyebab stunting pada anak adalah
9	Manakah dibawah ini yang termasuk dalam sumber makanan sumber protein hewani?
10	Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting yaitu

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pesiapan Program

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan edukasi pentingnya datang ke Posyandu dan manfaat konsumsi protein dilaksanakan pada tanggal 09 September 2025 yang bertepatan di Posyandu RW 09 pada pukul 09.00 WIB sampai selesai, yang dilakukan bersama ibu kader setempat dan ibu bayi balita. Kegiatan penyuluhan ini diawali

dengan tahap persiapan yang dilakukan secara terencana dan terkoordinasi sebagai berikut:

1. Pelaksana melakukan koordinasi dengan pihak posyandu dan kader kesehatan setempat untuk menentukan lokasi, waktu pelaksanaan, serta sasaran peserta kegiatan, yaitu para ibu yang memiliki balita dan bayi.
2. Setelah jadwal ditetapkan, pelaksana mulai menyusun materi penyuluhan yang berfokus pada dua aspek utama, yakni pentingnya kunjungan rutin ke posyandu untuk memantau tumbuh kembang anak serta manfaat konsumsi protein dalam mendukung pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak serta untuk mencegah stunting pada balita.
3. Pelaksana juga menyiapkan berbagai media edukatif berupa *flyer* dan *booklet* resep inovasi PMT yang dapat digunakan oleh para ibu untuk balita.

Media *flyer* merupakan media cetak berupa lembaran yang dilipat namun tidak dijilid. Untuk meningkatkan daya tarik, *flyer* dikembangkan dengan kreatif melalui integrasi elemen visual yang atraktif dan penggunaan bahasa yang lugas serta komunikatif. Secara definisi, *flyer* merupakan media cetak berbentuk selebaran yang menyajikan informasi secara ringkas, padat isi, dan mudah dicerna, dilengkapi dengan grafis pendukung yang sederhana. Keunggulan utama media ini terletak pada penyajiannya yang ringkas dan praktis, sehingga memberikan efisiensi waktu bagi pembaca dalam memahami pesannya.

Buku resep makanan tidak hanya menyajikan kompilasi bahan-bahan masakan, melainkan juga dilengkapi dengan komponen visual yang berperan sebagai representasi estetika hidangan, sehingga meningkatkan daya tarik bagi pembaca. Secara spesifik, buku resep ini memuat beragam variasi menu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang dirancang khusus untuk kebutuhan ibu dengan bayi dan balita. Keberadaan buku resep ini memiliki dua fungsi utama: sebagai pengenalan variasi menu PMT bagi ibu bayi dan balita, sekaligus berperan sebagai media edukasi yang memuat tahapan-tahapan teknis dalam menyiapkan setiap menu tersebut. Tujuannya yaitu agar ibu-bayi dan balita dapat membuat sendiri menu PMT yang bergizi bagi anaknya (Taslina & Iskandar, 2022).

Pelaksanaan Program Kegiatan Penyuluhan

Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) merupakan bagian dari program Puskesmas yang menyelenggarakan layanan dan pemantauan kesehatan melalui pendekatan terintegrasi. Sebagai sebuah bentuk upaya kesehatan berbasis masyarakat, Posyandu dirancang untuk menjangkau seluruh anggota keluarga dengan fokus utama pada kelompok rentan tertentu, termasuk bayi baru lahir, bayi, balita, ibu hamil, ibu menyusui, dan pasangan dalam masa usia subur (Wahyuningsih & Budyarja, 2023).

Posyandu merupakan bagian dari upaya kesehatan ibu yang bertujuan mendukung kelahiran anak yang cerdas, sehat, dan berkualitas. Intervensi kesehatan bagi ibu dilaksanakan pada masa sebelum hamil, selama kehamilan, pada saat persalinan, serta pada periode pasca persalinan. Posyandu juga berperan dalam upaya pemeliharaan kesehatan bayi dan anak dengan tujuan memastikan bahwa bayi dan anak tumbuh serta berkembang secara sehat dan cerdas, sekaligus menurunkan angka morbiditas, mortalitas, dan kedisabilitas pada kelompok usia tersebut. Pelayanan kesehatan bagi bayi dan anak dilaksanakan sejak masa kehamilan, berlanjut pada saat persalinan, dan diteruskan pada periode pasca-natal. Kegiatan yang dilaksanakan mencakup penimbangan berat badan, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) serta suplementasi vitamin A, pemberian makanan pendamping untuk anak dengan berat badan kurang atau pertumbuhan yang tidak memadai, imunisasi, serta pemantauan kejadian infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dan diare. Kehadiran Posyandu di tengah masyarakat dapat berkontribusi pada penurunan angka kematian ibu dan bayi serta peningkatan status gizi ibu dan balita (Andhani & Setiatin, 2024).

Sebagai zat gizi makro, protein memegang peran fundamental dalam berbagai fungsi fisiologis, utamanya sebagai sumber energi, komponen struktural untuk pertumbuhan, serta pengatur berbagai proses fisiologis. Kecukupan asupan protein merupakan prasyarat penting bagi terjaminnya proses pertumbuhan yang optimal, mengingat peningkatan ukuran organ dan jaringan tubuh sangat bergantung pada ketersediaan protein yang memadai untuk mendukung proses proliferasi dan diferensiasi sel. Oleh karena itu, konsumsi berbagai sumber protein hewani menjadi sangat esensial, terutama bagi kelompok masyarakat rentan

seperti ibu hamil, balita, anak di bawah usia dua tahun, serta ibu menyusui, karena kelompok tersebut berada dalam siklus kehidupan krusial yang dikenal sebagai 1000 hari pertama kehidupan (Ahmad & Henukh, 2023).

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan berlangsung dengan antusiasme yang tinggi dari para peserta. Acara diawali dengan perkenalan tim pelaksana secara *face-to-face* kepada ibu bayi dan balita. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif melalui metode ceramah dan diskusi, disertai contoh tentang manfaat kunjungan rutin ke posyandu dalam mendeteksi dini gangguan pertumbuhan anak serta pentingnya protein dalam pola makan sehari-hari yang tertera didalam *flyer*. Untuk menambah partisipasi aktif, sesi tanya jawab dibuka agar peserta dapat berkonsultasi langsung mengenai permasalahan gizi atau kebiasaan makan anak mereka. Kegiatan diakhiri dengan pembagian *booklet* resep inovasi PMT sebagai bahan bacaan tambahan bagi ibu bayi dan balita. Secara keseluruhan, kegiatan ini berjalan dengan lancar dan memperoleh respons positif dari masyarakat, yang menunjukkan meningkatnya kesadaran akan pentingnya posyandu serta peran protein dalam menjaga kesehatan dan tumbuh kembang anak.

Analisis Statistik Pengaruh Program Kegiatan Penyuluhan terhadap Peserta

Sebagai bagian dari rangkaian evaluasi, instrumen *pre-test* diberikan sebelum kegiatan penyuluhan untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta, sedangkan *post-test* dilaksanakan setelah intervensi guna mengukur perkembangan pengetahuan yang dicapai untuk melihat perubahan nilai skor yang dapat mengindikasikan keberhasilan jalannya program kerja. Skor *pre-test* dan *post-test* dibagi ke dalam tiga kategori, yaitu: baik (skor > 80), cukup (skor 60–80), dan kurang (skor < 60). Distribusi nilai kuesioner pengetahuan pada *pre-test* dan *post-test* disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Peserta Berdasarkan Kategori

Kategori Pengetahuan	Pre-test	%	Post-test	%
Baik	9	60	14	93,3
Cukup	4	26,7	1	6,7
Kurang	2	13,3	0	0
TOTAL	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 2 terlihat adanya peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi gizi. Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa dari 15 peserta, terdapat 9 orang (60%) dengan kategori baik, 4 orang (26,7%) kategori cukup, dan 2 orang (13,3%) kategori kurang. Setelah penyuluhan, sebanyak 14 peserta (93,3%) berada pada kategori baik dan 1 orang (6,7%) pada kategori cukup, sedangkan kategori kurang tidak ditemukan (0 orang). Dengan demikian, jumlah peserta dengan pengetahuan baik meningkat dari 9 orang menjadi 14 orang setelah intervensi, sedangkan 1 orang lainnya berada pada kategori cukup. Untuk memverifikasi adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara hasil *pre-test* dan *post-test*, dilakukan analisis statistik inferensial menggunakan metode *Wilcoxon-Signed-Rank Test* yang hasilnya dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Perbandingan Nilai Rata-Rata Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi Gizi

Variabel	Mean ± SD	p-value
Pengetahuan		
<i>Pre-Test</i>	7,40 ± 1,12	0,000
<i>Post-Test</i>	9,27 ± 0,88	

Keterangan : Uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, Signifikan $p < 0,05$

Hasil analisis uji *wilcoxon signed rank test* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah penyuluhan. Nilai rata-rata pengetahuan sebelum penyuluhan (*pre-test*) sebesar $7,40 \pm 1,12$, sedangkan setelah penyuluhan (*post-test*) meningkat menjadi $9,27 \pm 0,88$. Hasil uji menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test*.

Secara kuantitatif, seluruh responden mengalami peningkatan pemahaman setelah penyuluhan. Pada *pre-test*, banyak ibu yang belum mengerti sepenuhnya manfaat imunisasi dan pemantauan tumbuh kembang di posyandu atau peran protein hewani dalam nutrisi balita. Setelah penyuluhan interaktif (ceramah, diskusi, dan tanya jawab) yang menjelaskan fungsi posyandu (imunisasi, penimbangan berat badan, serta layanan gizi) dan pentingnya sumber protein (daging, ikan, telur, susu) untuk tumbuh kembang anak, sebagian besar peserta mampu menjawab pertanyaan kunci dengan benar. Peningkatan pemahaman ini mencerminkan keberhasilan metode penyuluhan yang mudah

dipahami oleh ibu-ibu masyarakat Desa Ragajaya (Fadli & Hamid, 2024).

Hasil pengabdian masyarakat ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rastannur, dkk (2024), yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu balita di Puskesmas Pandanwangi Kec. Blimbing Kota Malang setelah diberikan edukasi mengenai gizi seimbang pada balita dengan metode ceramah dengan bantuan media poster. Pengetahuan mengenai gizi seimbang tercermin dari kemampuan ibu dalam memilih bahan makanan yang sesuai dengan kebutuhan keluarga. Oleh karena itu, tingkat pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pemilihan makanan berpengaruh signifikan terhadap susunan menu keluarga; dengan demikian, pemahaman gizi ibu sangat krusial untuk menentukan pola konsumsi yang tepat sebagai upaya meningkatkan status gizi balita (Rastannur, Rosidah, & Etitri, 2024).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariyani (2022) yang melaporkan adanya peningkatan pengetahuan ibu mengenai penanganan kejang demam pada balita usia 1–5 tahun di RSUD Pademangan, Jakarta. Dengan demikian, pemahaman dan wawasan ibu memegang peran yang sangat krusial dalam pembentukan serta pengaruh terhadap kebiasaan makan seorang anak.

Edukasi gizi bagi orang tua bayi dan balita memiliki peran penting tidak hanya dalam meningkatkan pengetahuan, tetapi juga dalam membentuk sikap dan perilaku terkait pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Edukasi gizi tersebut berfungsi sebagai upaya preventif dalam mencegah masalah gizi serta mendukung pembentukan kebiasaan hidup sehat sejak dini (Anggraeni, *et al.*, 2025). Menurut Mardalena (2013) dalam Wedagama *et al.*, (2025) promosi gizi dirancang untuk mencapai sejumlah tujuan strategis, meliputi: (a) menumbuhkan sikap positif masyarakat terhadap signifikansi pemenuhan kebutuhan gizi, (b) meningkatkan kesadaran dan pemahaman komunitas mengenai berbagai dimensi ilmu gizi, (c) membangkitkan motivasi intrinsik untuk mendalami isu-isu terkini bidang gizi, serta (d) mengkatalisasi transformasi perilaku masyarakat menuju praktik hidup sehat guna mendukung optimalisasi perkembangan anak selama periode krusial pertumbuhannya (Wedagama *et al.*, 2025).

Keterbatasan tingkat literasi gizi pada orang tua berpotensi menghambat kapasitas mereka

dalam menerjemahkan informasi gizi menjadi praktik nyata dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini pada gilirannya dapat menjadi salah satu faktor kontributif terhadap timbulnya masalah gizi pada anak. (Wedagama, *et al.*, 2025).

4. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa pendidikan gizi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai pentingnya berkunjung ke Posyandu Anggrek Desa Ragajaya serta manfaat konsumsi protein bagi tumbuh kembang anak. Analisis statistik memperlihatkan peningkatan yang signifikan pada tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,05$), dengan skor rata-rata meningkat dari 7,40 menjadi 9,27. Proporsi ibu dengan kategori pengetahuan baik meningkat pula, dari 60% menjadi 93,3%. Temuan ini mengindikasikan bahwa pendidikan gizi efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang pentingnya kunjungan ke posyandu dan manfaat konsumsi protein bagi tumbuh kembang anak. Kegiatan ini berhasil mencapai tujuannya dalam membentuk kebiasaan konsumsi protein yang baik dan mendorong masyarakat untuk lebih peduli terhadap pencegahan stunting melalui pola makan bergizi seimbang. Berdasarkan hasil kegiatan, disarankan agar masyarakat, khususnya para ibu bayi dan balita, dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dengan memperhatikan asupan protein harian anak dari sumber pangan lokal yang terjangkau. Kader posyandu dan perangkat desa diharapkan dapat melanjutkan kegiatan edukasi gizi secara berkala agar pengetahuan dan perilaku positif masyarakat tetap terjaga. Selain itu, pemerintah daerah dan instansi kesehatan diharapkan dapat memperluas program serupa di wilayah lain guna mendukung upaya percepatan penurunan angka stunting serta peningkatan status gizi masyarakat melalui pendekatan berbasis pangan lokal.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Lembaga Penelitian, Inovasi, dan Pemberdayaan Masyarakat (LPIPM)

Universitas Al-Azhar Indonesia, yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui skema pendanaan *Competitive Public Service Grant* tahun 2025. Kami juga berterima kasih kepada Bapak/Ibu Dosen yang telah menjadi penghubung sehingga kegiatan ini dapat terselenggara dengan baik. Selain itu, apresiasi yang setinggi-tingginya diberikan kepada Puskesmas Ragajaya, Perangkat Desa Ragajaya, para Kader Posyandu Ragajaya, serta seluruh warga Desa Ragajaya atas dukungan fasilitas dan kerja sama yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, S. A., & Henukh, D. M. (2023). Pemberian Makanan Tambahan pada Bayi dan Balita dalam Upaya Pencegahan Stunting di Kelurahan Fatukoa Kecamatan Maulafa kota Kupang. *ININNAWA : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 112 - 116.
- Andhani, A. Z., & Setiatin, S. (2024). Pelaksanaan Kegiatan Posyandu dalam Meningkatkan Kesehatan Balita di Posyandu Sakura RW 03 Cihaurgeulis Bandung. *Jurnal Riset Ilmu Farmasi dan Kesehatan*, 2(1), 21 - 32.
- Anggraeni, P., Ethicawati, S., Widyastuti, A., Riyana, O., & Alfiyanti, D. (2025). Penyuluhan Gizi Seimbang Pada Orang Tua Balita Melalui Media Barcode Interaktif Di Wilayah Kerja Posyandu Mekarsari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Terkini*, 91-98.
- Anjani, D. M., & Nurhayati, S. (2024). Penerapan Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu tentang Stunting pada Balita di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Rawat Inap Banjarsari Metro Utara. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(1), 62 - 69.
- Fadli, & Hamid, H. (2024). Pengaruh Edukasi tentang Protein Hewani terhadap Pengetahuan dan Kadar HB pada Ibu Hamil di UPT Puskesmas Bajoe. *Mega Buana Journal of Innovation and Community Service*, 46-50.
- Irawan, A. M. A., Yusuf, A. M., Umami, Z., & Swamilaksita, P. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Bina Keluarga Bebas Stunting Di Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor Jawa Barat. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 76-81.
- Islamiati, U., Anggi, V., & Insani, N. (2024). Edukasi Pemanfaatan Makanan Sumber Protein Terhadap Tumbuh Kembang Anak Di Desa Sejahtera. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 588-592.
- Juwartini, D. (2023). Pengaruh Penyuluhan Pola Makan Gizi Seimbang Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Tindakan Ibu Balita Stunting Di Posyandu Desa Sembung Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten. *Jurnal Keperawatan*, 37-42.
- Ramadhan, A. A., & Maulidya, R. (2024). Peningkatan Pemahaman Masyarakat Desa Sanganom dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi Seimbang. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 7(1), 1 - 11.
- Rastannur, F., Rosidah, N., & Etitri, F. (2024). Pengaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang pada Balita di Puskesmas Pandanwangi Kecamatan Blimbing Kota Malang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 59-64.
- Retni, & Arfianti, M. (2025). Pentingnya Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Balita: Systematic Review. *Jurnal Ners*, 9(2), 1462 - 1470.
- Taslina, K. S., & Iskandar, A. (2022). Perancangan Buku Resep Makanan Olahan Aci Sebagai Media Pengenalan Jajanan Khas Sunda dengan Fotografi. *ATRAT : Jurnal Seni Rupa*, 10(2), 199 - 206.
- Wahyuningsih, E. M., & Budyarja, B. (2023). Sosialisasi Peningkatan Kualitas Pertanian Petani Desa Siwal bersama KKN Uniba Surakarta. *Jurnal Budimas*, 5(1), 1 - 6.
- Wedagama, D., Kurniari, K., Gita, N., & Arianti, L. (2025). Penggunaan Brosur Sebagai Media Penyuluhan Pentingnya Gizi Anak Pada Posyandu Balita Di Desa Medahan. *Prosiding Seminar Regional Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mahasaraswati Denpasar*, 299-304.
- Mariyani, M., & Sinurat, L. (2022). Pengaruh Edukasi Flyer Terhadap Pengetahuan Ibu Mengenai Penanganan Kejang Demam Balita Usia 1-5 Tahun Di RSUD Pademangan Jakarta. *Malahayati Nursing Journal*, 4(4), 826-839.