



## Pemberdayaan ibu melalui *cooking class* MPASI untuk mencegah stunting

### *Empowering mothers through baby-led weaning cooking classes to prevent stunting*

Aena Mardiah<sup>1\*</sup>, Sabrina Intan Zoraya<sup>2</sup>, Fahriana Azmi<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Universitas Islam Al-Azhar, Indonesia, email: [aena.fetp2011@gmail.com](mailto:aena.fetp2011@gmail.com)

<sup>2</sup> Universitas Islam Al-Azhar, Indonesia, email: [sabrinazoraya@unizar.ac.id](mailto:sabrinazoraya@unizar.ac.id)

<sup>3</sup> Universitas Islam Al-Azhar, Indonesia, email: [fahriana.azmi@gmail.com](mailto:fahriana.azmi@gmail.com)

\*Koresponden penulis

#### Info Artikel

**Diajukan:** 23 September 2024

**Diterima:** 20 Mei 2025

**Diterbitkan:** 7 Agustus 2025

#### Keywords:

MPASI; *cooking class*; empowerment of mothers

#### Kata Kunci:

MPASI; kelas memasak; stunting; pemberdayaan ibu

#### Abstract

*The prevalence of stunting in West Nusa Tenggara (NTB) increased in 2022 compared to 2021. One of the districts in NTB with a high stunting rate is West Lombok. The results of the 2022 Village Community Meeting (MMD) in Gelangsar Village showed that one of the priority issues was the nutritional intake of children under two. One effort to reduce stunting rates is by educating mothers through MP-ASI Cooking Classes, which are part of community service activities. This initiative aims to provide insights into MP-ASI ingredients and alternative processing methods for local ingredients, ensuring that the food provided to children is diverse, varied, and nutritious. The activity involved 21 mothers with infants in Songoran Hamlet and was conducted from June 2023 to March 2024. The period from July 2023 to March 2024 comprised the training, mentoring, and evaluation phases. The MP-ASI cooking class in Songoran Hamlet successfully achieved its objective of empowering participating mothers to prepare MP-ASI using local food ingredients. This is evidenced by the achievement of the program's targets. The participating mothers now better understand stunting, children's nutritional needs based on age, quantity, variety, complementary feeding, and how to prepare various complementary feeding menus using local ingredients. The participating mothers can also process local food ingredients into complementary feeding.*

#### Abstrak

Prevalensi stunting di Nusa Tenggara Barat (NTB) tahun 2021 meningkat di tahun 2022. Salah satu kabupaten di NTB dengan angka kejadian Stunting tinggi adalah Lombok Barat. Hasil Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) tahun 2022 di Desa Gelangsar menunjukkan salah satu prioritas masalah yaitu asupan nutrisi anak di bawah 2 tahun. Salah satu upaya menurunkan angka Stunting adalah dengan memberikan pemahaman kepada ibu melalui *Cooking Class* MP-ASI yang dikemas dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pengabdian ini bertujuan untuk dilakukan untuk memberikan wawasan mengenai bahan MP-ASI serta alternatif pengolahan bahan pangan lokal agar makanan yang diberikan kepada anak beragam, bervariasi dan bergizi. Kegiatan ini melibatkan 21 ibu yang memiliki balita di Dusun Songoran dan dilaksanakan dari bulan Juni 2023 hingga Maret 2024. Bulan Juli 2023 hingga Maret 2024 merupakan tahap pelatihan, tahap pendampingan dan tahap evaluasi. Kegiatan *cooking class* MP-ASI di Dusun Songoran telah

berhasil mencapai tujuan memberdayakan ibu-ibu peserta untuk dapat membuat MP-ASI yang memakai bahan pangan lokal. Hal ini ditunjukkan dari terpenuhinya target kegiatan. Ibu-ibu peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang Stunting, kebutuhan gizi anak berdasarkan usia, jumlah, dan variasinya, MP-ASI, serta cara pembuatan berbagai variasi menu MP-ASI dari bahan pangan lokal. Ibu-ibu peserta juga mampu mengolah bahan pangan lokal menjadi MP-ASI.

## PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah gizi yang disebabkan oleh kekurangan nutrisi dan/atau infeksi kronis yang berulang. Indonesia berada di urutan kelima dunia dalam jumlah stunting. Data dari Riskesdas menunjukkan prevalensi stunting pada anak balita Indonesia pada tahun 2007, 2010, 2013, dan 2018 adalah 36,8%, 35,6%, 37,2%, dan 30,8%, kemudian menurun menjadi 27,7% pada 2019. Pada tahun 2021, prevalensi stunting di Indonesia adalah 24,4%, dengan Nusa Tenggara Barat (NTB) mencapai 31,4%, dan meningkat menjadi 32,7% pada 2022. Kabupaten Lombok Tengah di NTB mencatat prevalensi stunting tertinggi, yaitu 37% (Munira, 2023). FK Unizar telah melakukan beberapa pengabdian kepada masyarakat sejak tahun 2015 di Desa Gelangsar melalui beberapa program seperti pendampingan aksi 1000 hari pertama kehidupan, pembuatan inisiasi kebun gizi, dan program pendampingan *Neighbor Support System* (NSS). Pendampingan 1000 hari pertama kehidupan berupa pemeriksaan kesehatan dan pemberian edukasi terhadap ibu hamil sejak awal kehamilan hingga anak lahir dan berusia 2 tahun. Pembuatan inisiasi kebun gizi berupa penanaman tumbuhan untuk sayur-sayuran. Program NSS berupa arahan kepedulian tetangga terhadap tetangga lainnya yang sedang hamil dan memiliki anak balita.

Pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan sebelumnya adalah pemanfaatan bahan lokal susu kambing dan talas untuk mencegah stunting (Juniawan et al., 2025). Pengabdian di Lombok Barat juga terkait edukasi pemanfaatan bahan pangan lokal untuk menurunkan angka stunting (Pamungkas et al., 2024). Penyuluhan gizi di Lombok Barat juga telah dilakukan pemanfaatan makanan berbasis jagung untuk pencegahan stunting (Nurhayati et al., 2020). Program dapur sehat atasi stunting juga sudah dilakukan di Lombok Barat (Amilia et al., 2024). Program ini memberdayakan masyarakat agar dapat memanfaatkan bahan pangan lokal untuk pencegahan stunting di Lombok Barat.

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang terjadi akibat kekurangan asupan nutrisi dalam jangka waktu panjang, terutama pada masa 1.000 hari pertama kehidupan. Kondisi ini berdampak serius pada pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif anak (WHO Report, 2015). Sejumlah penelitian

menunjukkan bahwa kejadian stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti status menyusui dan jenis kelamin anak (Amalia et al., 2025). Namun demikian, tidak semua faktor prenatal berkontribusi langsung terhadap stunting; misalnya, kualitas dan kuantitas perawatan antenatal tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan insidensi stunting pada anak usia 24–59 bulan (Pramesti et al., 2025). Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting perlu difokuskan pada peningkatan gizi anak secara langsung, salah satunya melalui pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya nutrisi dan mudah diakses oleh masyarakat (Husnah et al., 2022). Beberapa kegiatan pengabdian dan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat dalam mengolah pangan lokal menjadi makanan bergizi efektif dalam upaya pencegahan stunting. Pelatihan pengolahan pangan lokal di Kelurahan Argasanya, Kota Cirebon, berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam membuat makanan sehat berbasis bahan lokal untuk balita dan ibu hamil (Hapitria et al., 2024) dan juga di Desa Ciaruteun Udik (Prastia et al., 2023). Pengolahan jagung menjadi susu jagung di Desa Bandar Baru, Kecamatan Sibolangit, Sumatera Utara, menunjukkan bahwa inovasi produk lokal dapat meningkatkan asupan gizi anak dan mendukung pencegahan stunting (Yulmaniati et al., 2022). Edukasi pemanfaatan pangan lokal yang aman dan bergizi di Kelurahan Sidanegara berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi dalam mencegah stunting (Kusumawati et al., 2023). Kegiatan-kegiatan tersebut menekankan pentingnya pemberdayaan masyarakat dalam mengolah dan memanfaatkan bahan pangan lokal sebagai upaya efektif dalam pencegahan stunting.

Penyebab utama masalah gizi pada anak, termasuk stunting, adalah asupan makanan yang tidak mencukupi dan penyakit infeksi kronis atau berulang. Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) 2022 di Desa Gelangsar menyoroti pentingnya asupan nutrisi bagi anak di bawah 2 tahun. MP-ASI adalah makanan beragam yang diberikan pada bayi mulai usia 6 bulan, tetapi jika tidak memenuhi standar gizi baik kualitas maupun kuantitas, dapat menyebabkan malnutrisi, termasuk stunting pada anak di bawah 2 tahun. Jika masalah gizi ini tidak ditangani dengan cepat, anak-anak yang mengalami malnutrisi berisiko menjadi sumber daya manusia dengan produktivitas rendah dan rentan terhadap penyakit tidak menular (Rosdiana et al., 2020).

Salah satu upaya untuk mengurangi stunting di Dusun Songoran yaitu dengan melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pemberdayaan ibu melalui *cooking class* MP-ASI guna mencegah kasus stunting di Dusun Songoran Desa Gelangsar bertambah. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan wawasan mengenai bahan MP-ASI serta alternatif

pengolahan bahan pangan lokal agar makanan yang diberikan kepada anak beragam, bervariasi dan bergizi. Adanya kegiatan ini diharapkan asupan nutrisi yang diberikan pada anak tercukupi.

Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberdayakan ibu melalui cooking class MP-ASI dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh di sekitar tempat tinggal guna mencegah terjadinya stunting di Dusun Songoran, Desa Gelangsar. Melalui kegiatan ini, diharapkan para ibu memperoleh pengetahuan dan keterampilan praktis dalam menyiapkan makanan pendamping ASI yang bergizi, terjangkau, dan sesuai kebutuhan anak. Hasil dari kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran gizi keluarga, tetapi juga memperkuat ketahanan pangan berbasis lokal. Kegiatan ini sejalan dengan Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (*Sustainable Development Goals/SDGs*), khususnya tujuan ke-2 yaitu Zero Hunger dan tujuan ke-3 yaitu Good Health and Well-being, dengan mendorong perbaikan gizi serta menurunkan angka stunting di tingkat komunitas.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini melibatkan sebanyak 21 ibu yang memiliki balita di Dusun Songoran. Kegiatan ini dilaksanakan di Dusun Songoran dari bulan Juni 2023 hingga Maret 2024. Bulan Juni-Juli 2023 merupakan tahap koordinasi dengan perangkat Desa Gelangsar dan kader Dusun Songoran, sedangkan bulan Juli 2023 hingga Maret 2024 adalah tahap pelatihan, tahap pendampingan dan tahap evaluasi.

Pada tahap pelatihan, ibu diberikan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan. Edukasi disampaikan dengan metode presentasi menggunakan Microsoft PowerPoint. Pada awal kegiatan dilakukan *pre-test* dan di akhir tahap pelatihan dilakukan *post-test* menggunakan kuesioner pengetahuan ibu terhadap MP-ASI yang dibuat oleh tim pengabdian sebagai tolok ukur jangka pendek. *Pre-test* dan *post-test* mengukur tingkat pengetahuan ibu tentang stunting, kebutuhan gizi anak berdasarkan usia, jumlah, dan variasinya, MP-ASI, serta cara pembuatan berbagai variasi menu MP-ASI dari bahan pangan lokal. Nilai *pre-test* dan *post-test* selanjutnya akan dibandingkan menggunakan uji statistik *t-test*.

Tahap kedua merupakan tahap pendampingan dalam mempraktikkan cara mengolah MP-ASI dengan bahan pangan lokal. Tahap ini dilaksanakan sampai 3 bulan berturut-turut dengan menu berbeda yang mudah, murah, dan bergizi.

Tahap ketiga adalah tahap evaluasi. Tahap evaluasi dibagi menjadi dua, yaitu evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi proses dan hasil dilakukan

untuk melihat ketercapaian tujuan kegiatan melalui pemenuhan dua target, yaitu (1) peserta kegiatan memiliki pengetahuan tentang stunting, kebutuhan gizi anak berdasarkan usia, jumlah, dan variasinya, MP-ASI, serta cara pembuatan berbagai variasi menu MP-ASI dari bahan pangan lokal; dan (2) peserta mampu mengolah bahan pangan lokal menjadi MP-ASI.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan “Pemberdayaan Ibu melalui *Cooking Class* MP-ASI Guna Mencegah Stunting di Dusun Songoran Desa Gelangsar” memperoleh hasil berdasarkan tiga tahap pelaksanaan. Tahap pertama yang merupakan tahap pelatihan ([Gambar 1](#)) menunjukkan hasil meningkatnya pengetahuan ibu-ibu peserta setelah diberikan edukasi meskipun tidak signifikan secara statistik. Hasil tersebut didapatkan setelah membandingkan nilai *pre-test* dan *post-test* seperti yang dipaparkan pada [Tabel 1](#).

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Sesudah Pelatihan

Tingkat Pengetahuan	Rerata Skor	Peningkatan Skor	<i>p-value</i>
Sebelum	7.00	0.71	0.065
Sebelum	7.00		



Gambar 1. Tahapan Pelatihan

Peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi juga dilaporkan oleh beberapa kegiatan pengabdian masyarakat sebelumnya. Tim pengabdian yang memberikan edukasi kesehatan serta kelas memasak di Desa Jipang, Kecamatan Karanglewas, Kabupaten Banyumas, melaporkan bahwa skor

pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi meningkat signifikan secara statistik sebesar 1,13 ( $p = 0,025$ ). Hal ini sejalan dengan hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi dalam “kelor” *cooking class* di Kabupaten Pekalongan yang melaporkan peningkatan skor pengetahuan sebesar 0,657 ( $p < 0.001$ ) (Chabibah et al., 2019).

Peningkatan skor pengetahuan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebesar 0.71 ( $p = 0.065$ ). Tim pengabdian menduga hasil tersebut dipengaruhi oleh keterpaparan sebagian ibu-ibu dengan pengetahuan yang sudah mereka miliki sebelumnya. Pengetahuan yang telah dimiliki sebelumnya dikenal juga dengan istilah “*prior knowledge*”. Brod (2021) berargumen bahwa *prior knowledge* dapat memengaruhi proses belajar. Sebagian ibu-ibu peserta diduga telah terpapar pengetahuan mengenai MP-ASI bergizi dan stunting dari kader dan tenaga kesehatan yang berperan aktif di Desa Gelangsar. Karena ibu-ibu telah memiliki informasi sebelumnya, skor tingkat pengetahuan yang didapat sebelum dan setelah edukasi cukup tinggi sehingga perbedaan keduanya tidak signifikan secara statistik.

Tahap kedua, yaitu tahap pendampingan. Tim pengabdian mempraktikkan pembuatan MP-ASI menggunakan bahan pangan lokal yang mudah ditemukan. Bahan-bahan pangan yang digunakan contohnya buah-buahan seperti pisang dan pepaya, daging ayam, hati ayam, telur ayam, ikan, tahu, tempe, sayur-sayuran, dan beras. Daging ayam, hati ayam, telur ayam, dan ikan merupakan bahan pangan yang menjadi sumber protein hewani. Asupan protein hewani adalah salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting (Damayanti et al., 2024; Fikawati et al., 2021). Oleh karena itu, MP-ASI harus mengandung protein hewani yang adekuat guna mencegah stunting.

Kegiatan *cooking class* guna mencegah stunting juga telah dilakukan oleh beberapa kegiatan pengabdian kepada masyarakat lain (Astuti et al., 2020; Chabibah et al., 2019; Fauziah & Fauziah, 2023; Maulani & Rismayani, 2024; Simbolon et al., 2023). Hal yang membedakan kegiatan *cooking class* ini dari kegiatan sebelumnya adalah pembuatan MP-ASI bergizi tidak hanya dipraktikkan berdasarkan arahan tim pengabdian, tetapi juga berdasarkan buku resep MP-ASI berbasis bahan pangan lokal. Hal ini serupa dengan buku resep dari kegiatan *cooking class* yang dilakukan oleh Amalia et al. (2022). Namun, perbedaannya terletak pada isi. Buku resep tersebut berisi bab informasi tentang stunting dan bab resep makanan untuk mencegah stunting (Amalia et al., 2022). Sementara, buku resep karya tim pengabdian yang berjudul “Kumpulan Resep MPASI: Menu MPASI Mingguan untuk Super Bunda” berisi bab pengantar MP-ASI dan bab-bab resep serta menu MP-ASI sesuai kategori usia,

yaitu 6-8 bulan, 9-11 bulan, dan 12-24 bulan. Foto buku resep tersebut ditunjukkan oleh Gambar 2.



Gambar 2. Buku “Kumpulan Resep MPASI: Menu MPASI Mingguan untuk Super Bunda”

*Cooking class* berperan penting dalam pencegahan *stunting* karena kegiatan ini memberikan pengetahuan praktis kepada orang tua (terutama ibu) mengenai cara pembuatan makanan yang bergizi untuk bayi dan balita. *Stunting* disebabkan oleh kekurangan gizi dalam periode 1000 hari pertama kehidupan (sejak kehamilan hingga usia 2 tahun). *Cooking class* dapat membantu dalam beberapa aspek penting seperti peningkatan pengetahuan ibu. Ibu-ibu diajarkan cara menyiapkan MP-ASI yang bergizi dan memastikan bahwa anak menerima asupan yang sesuai dengan tahap perkembangannya. Penyediaan menu bergizi mengajarkan ibu-ibu cara memanfaatkan bahan makanan yang kaya nutrisi untuk bayi mereka, seperti makanan yang mengandung protein, lemak sehat, dan vitamin penting. Penggunaan bahan pangan lokal memudahkan mendapatkan bahan pangan lokal yang lebih terjangkau sehingga meningkatkan keberlanjutan dan aksesibilitas makanan bergizi bagi keluarga. Mengikuti kegiatan *cooking class*, ibu akan lebih teredukasi dalam memilih bahan pangan yang kaya gizi, mengolahnya dengan cara yang tepat, dan memberi makan anak dengan pola yang tepat sesuai usia. Selain itu, dengan meningkatnya kesadaran tentang pentingnya asupan gizi pada masa tumbuh kembang anak, ibu dapat lebih aktif dalam memantau dan memenuhi kebutuhan gizi harian anaknya, yang berpotensi mengurangi risiko *stunting*.

Pemanfaatan bahan pangan lokal dalam *cooking class* diharapkan membawa sejumlah manfaat, antara lain: Keterjangkauan dan keberlanjutan karena bahan pangan lokal cenderung lebih terjangkau dan mudah didapat oleh masyarakat sekitar. Dengan menggunakan bahan pangan lokal, ibu tidak hanya

dapat menyiapkan MP-ASI bergizi, tetapi juga dapat melakukannya dengan biaya yang lebih rendah. Menggunakan bahan pangan lokal memungkinkan diversifikasi menu MP-ASI yang lebih beragam dan kaya akan gizi, dengan memanfaatkan sumber daya alam yang tersedia di sekitar masyarakat dusun. Selain aspek gizi, pemanfaatan bahan pangan lokal juga mempromosikan budaya dan tradisi kuliner setempat, yang mungkin sudah lama terlupakan atau tidak dimanfaatkan secara optimal. Secara keseluruhan, kegiatan ini mendorong ibu-ibu untuk lebih mengenal dan memanfaatkan bahan pangan yang ada di sekitar lingkungan tempat tinggal, yang mungkin lebih bergizi dan terjangkau dibandingkan dengan bahan pangan impor, mahal dan instan. Pemanfaatan bahan pangan lokal bisa meningkatkan produktivitas pangan lokal. Ketika permintaan terhadap bahan pangan lokal meningkat, ini akan mendorong petani atau produsen lokal untuk meningkatkan hasil pertanian mereka. Dengan adanya permintaan yang berkelanjutan untuk bahan pangan lokal, ini bisa menjadi insentif bagi petani untuk meningkatkan produksi mereka dengan cara yang lebih efisien dan berkelanjutan. Dengan lebih banyak menggunakan bahan pangan lokal, masyarakat menjadi lebih mandiri dalam memenuhi kebutuhan pangan mereka, yang mengurangi ketergantungan pada pasokan pangan impor atau luar daerah.

*Cooking class* dengan pemanfaatan bahan pangan lokal tidak hanya berpotensi menurunkan angka stunting dengan memberikan edukasi dan keterampilan kepada ibu-ibu mengenai penyusunan MP-ASI yang bergizi, tetapi juga dapat memberikan dampak positif pada produktivitas pangan lokal dan kesejahteraan ekonomi warga setempat. Hal ini menciptakan siklus yang saling mendukung, di mana peningkatan pengetahuan gizi mendorong permintaan terhadap bahan pangan lokal, yang pada gilirannya meningkatkan ekonomi lokal dan keberlanjutan produksi pangan.

Peserta *cooking class* diuji kemampuannya dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi MP-ASI melalui perlombaan memasak seperti yang terdapat pada [Gambar 3](#). Ibu-ibu yang ikut serta dalam perlombaan tersebut membentuk kelompok-kelompok yang menyiapkan bahan dan menu masakan yang diambil dari buku resep karya tim pengabdian. Hasil masakan setiap kelompok dinilai baik oleh tim pengabdian maupun ibu-ibu lainnya. Kelompok terbaik memperoleh juara 1, 2, dan 3. Pengamatan di lapangan menunjukkan bahwa ibu-ibu mampu mengolah bahan makanan lokal yang murah dan ditemukan di sekitar lingkungannya menjadi MP-ASI yang menarik dan disukai balita. Ibu-ibu tersebut menyampaikan bahwa MP-ASI yang mereka buat sehari-hari dimasak sesuai panduan buku resep MP-ASI yang dibagikan oleh tim pengabdian.



Gambar 3. Perlombaan Memasak

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan *cooking class* selama tiga bulan berturut-turut membuat ibu-ibu peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang stunting dan kebutuhan gizi anak berdasarkan usia, jumlah, dan variasinya. Ibu-ibu tersebut juga memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang MP-ASI serta cara pembuatan menu MP-ASI yang mudah, murah, serta semenarik mungkin dari bahan pangan lokal. Ibu-ibu peserta tidak hanya mengetahui cara pembuatan, tetapi juga mampu membuat MP-ASI sesuai dengan menu-menu yang diperkenalkan oleh tim pengabdian.

### **KESIMPULAN**

Kegiatan *cooking class* MP-ASI di Dusun Songoran telah berhasil mencapai tujuan yaitu dengan meningkatnya pemahaman terkait stunting. Ibu-ibu peserta memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang stunting, kebutuhan gizi anak berdasarkan usia, jumlah, dan variasinya MP-ASI, serta cara pembuatan dan mengolah berbagai variasi menu MP-ASI dari bahan pangan lokal.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Universitas Islam Al Azhar yang telah memberikan dana yang memungkinkan pengabdian ini terlaksana. Ibu-ibu peserta *cooking class* MP-ASI yang telah aktif berpartisipasi, antusiasme tinggi serta berkomitmen dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan untuk memperbaiki pola makan anak-anaknya. Pemerintah dan pihak Desa Gelangsar yang telah memberikan dukungan dan izin untuk melaksanakan kegiatan ini di Dusun Songoran.

## DAFTAR RUJUKAN

- Amalia, A. S. S. N., Rejeki, D. S. S., Sari, E. N., Rachmani, N. N., Rahmatika, N. T., & Sudrajat, N. F. (2022). Efektivitas Edukasi Kesehatan dengan Metode Kelas Memasak bagi Ibu Balita untuk Mencegah *Stunting* di Desa Jipang Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 14(1), 12–23. <https://doi.org/10.20884/1.ki.2022.14.1.4842>
- Amalia, R., Wardani, H. E., Tama, T. D., & Hapsari, A. (2025). Exploring the interplay of gender, breastfeeding practices, and minimum dietary diversity on stunting among Indonesian children aged 6–23 months. *Public Health and Occupational Safety Journal*, 1(1), 114–126. <https://doi.org/10.56003/phosj.v1i1.540>
- Amilia, R., Pamungkas, C. E., Makmun, I., Lestari, C. I., Andira, A., Gustiana, Y., & Listi, I. S. (2024). Implementasi gerakan dapur sehat atasi *Stunting* melalui pengolahan bahan pangan lokal dan gizi seimbang. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8(3), 2993–3000. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v8i3.25876>
- Astuti, D. P., Utami, W., & Sulastri, E. (2020). Pencegahan *Stunting* Melalui Kegiatan Penyuluhan Gizi Balita dan Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Kearifan Lokal di Posyandu Desa Madureso. *The 11th University Research Colloquium 2020 Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 74–79.
- Brod, G. (2021). Toward an Understanding of When Prior Knowledge Helps or Hinders Learning. *Npj Science of Learning*, 6(1), 24. <https://doi.org/10.1038/s41539-021-00103-w>
- Chabibah, N., Khanifah, M., & Kristiyanti, R. (2019). “Kelor” Cooking Class: Modifikasi Edukasi dalam Upaya Penatalaksanaan *Stunting*. *LINK*, 15(2), 17–23. <http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/link>
- Damayanti, K. E., Dewi, Y. L. R., Wiboworini, B., & Widyaningsih, V. (2024). Animal Protein on *Stunting* Prevention: A Narrative Review. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1292(1), 012027. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/1292/1/012027>
- Fauziah, S. A., & Fauziah, S. (2023). Penanggulangan *Stunting* Melalui Pemberdayaan Masyarakat Dalam Hal Gizi, Perilaku Sehat dan Kemandirian di Desa Sumbersuko Kabupaten Probolinggo. *NEAR: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 32–38. <https://doi.org/10.32877/nr.v3i1.834>
- Fikawati, S., Syafiq, A., Ririyanti, R. K., & Gemily, S. C. (2021). Energy and Protein Intakes are Associated with *Stunting* among Preschool Children in Central Jakarta, Indonesia: A Case-Control Study. *Malaysian Journal of Nutrition*, 27(1), 081–091. <https://doi.org/10.31246/mjn-2020-0074>
- Hapitria, P., Nurlina, N., & Lisnawati. (2024). Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal untuk Pencegahan *Stunting* di Kelurahan Argasunya, Kota Cirebon.

- Jurnal Empati*, 5(2), 86–98.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26753/empati.v5i2.1331>
- Husnah, H., Sakdiah, S., Anam, A. K., Husna, A., & Mardhatillah, G. (2022). Peran makanan lokal dalam penurunan stunting. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 5(3), 47-53.  
<https://doi.org/10.35324/jknamed.v5i3.209>
- Juniawan, A., Wanadiatri, H., Swandayani, R. E., Wedowati, E. R., Rejeki, F. S., & Haryanta, D. (2025). Pemberdayaan Masyarakat melalui Pemanfaatan Susu Kambing dan Umbi Talas sebagai Sumberdaya Pangan Lokal untuk Mengatasi Stunting di Desa Genggelang Kabupaten Lombok Utara. *Jurnal Pengabdian Undikma*, 6(1), 106-115. <https://doi.org/https://doi.org/10.33394/jpu.v6i1.13522>
- Kusumawati, D. D., Septiyaningsih, R., Widyoningsih, & Indratmoko, S. (2023). Edukasi Pemanfaatan Pangan Lokal Yang Aman dan Bergizi Dalam Upaya Pencegahan *Stunting* di Kelurahan Sidanegara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad*, 5(2), 172–180. <http://ejournal.universitalirsyad.ac.id/index.php/jpma/article/view/289>
- Maulani, N., & Rismayani. (2024). Cooking Class MP-ASI: Meningkatkan Gizi Anak dan Mencegah *Stunting* di Kelurahan Kandang Mas Melalui Mentoring Kader dan Ibu. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 2(2), 99–106. <https://doi.org/10.58222/jupengkes.v2i2.975>
- Munira, S. L. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>
- Nurhayati, Asmawati, Ihromi, S., Marianah, & Saputrayadi, A. (2020). Penyuluhan Gizi Dan Pelatihan Pengolahan Produk Berbasis Jagung Sebagai Upaya Meminimalisir *Stunting* Di Desa Labuapi Kabupaten Lombok Barat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(5), 806–817.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jmm.v4i5.2973>
- Pamungkas, C. E., Lestari, C. I., Arieska, R., Adiputri, N. W. A., Makmun, I., Wd, S. M., Masdariah, B., Listi, I. S., & Jumratun. (2024). Edukasi pangan lokal untuk mencegah *Stunting* di dusun Kerepet desa Perampuan kabupaten Lombok Barat. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8(September), 2758–2763.  
<https://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/26267>
- Pramesti, A., Wardani, H. E., Tama, T. D., & Hapsari, A. (2025). The relationship between quality and quantity of antenatal care services and stunting in children 24–59 months of age. *Public Health and Occupational Safety Journal*, 1(1), 97-113. <https://doi.org/10.56003/phosj.v1i1.539>
- Prastia, T. N., Listyandini, R., Nuryana, H., Setiadi, M. A., & Sintani, R. D. (2023). Pemanfaatan Pangan Lokal sebagai Upaya Pencegahan Balita *Stunting* di Desa Ciaruteun Udik. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 8(5), 736–742.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v8i5.4286>

- Rosdiana, E., Yusnanda, F., & Afrita, L. (2020). The Effect Of Health Education On The Suitability Of Mp-Breast Milk To Prevent Stunting In Infants Aged 6-12 Months In The Work Area Puskesmas Baitussalam Aceh Besar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(2), 1-8. <https://doi.org/10.33143/jhtm.v6i2.1158>
- Simbolon, D., Pasmah, A. F., Zahara, A., Utami, D. S., Awan, F. A., Sari, I. P., Oktiara, M., Lestari, P. A., Maharani, S., & Marseli, T. D. (2023). Intervensi Gizi Balita Malnutrisi melalui Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Pangan Lokal dan Lomba Cooking Class di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur, Bengkulu. *ADM: Jurnal Abdi Dosen Dan Mahasiswa*, 1(3), 271–278. <https://ejournal.lapad.id/index.php/adm/article/view/392>
- WHO Report. (2015). Maternal and Child Nutrition: Executive Summary of The Lancet Maternal and Child Nutrition Series. *The Lancet*.
- Yulmaniati, Y., Ainun, N. H., & Jailani, M. (2023). Pemanfaatan Hasil Pangan Lokal dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Bandar Baru, Kecamatan Sibolangit, Sumatera Utara. *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI*, 10(1), 254-260. <https://doi.org/10.59188/jcs.v1i2.23>