

PELATIHAN INOVASI PANGAN MELALUI GERAKAN DAPUR SEHAT SEBAGAI LANGKAH PREVENTIF STUNTING DI KABUPATEN BANGKALAN

M. Masqotul Imam Romadlani¹, Lailatul Muarofah Hanim², Atik Qurrota A'yunin Alisyrofi³

¹²Universitas Trunojoyo Madura, ³Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Email: masqotul.romadlani@trunojoyo.ac.id, lailatul.mhanim@trunojoyo.ac.id, atikqurrotaa@unusa.ac.id

Abstrak: Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dan ibu ihwal stunting dan intervensi gizi yang dapat dilakukan. Intervensi gizi ini diimplementasikan dengan pemberian asupan tambahan yang bergizi untuk balita melalui Gerakan Dapur Sehat. Asupan tambahan tersebut untuk memenuhi gizi seimbang dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pelatihan partisipatif yang dikombinasikan dengan demonstrasi dan pendampingan praktik langsung. Kegiatan ini dilaksanakan dengan beberapa tahapan, yakni tahap perencanaan, persiapan, pelaksanaan, serta evaluasi kegiatan. Kegiatan pelatihan ini diselenggarakan di Desa Sanggra Agung Kecamatan Socah Bangkalan pada hari Sabtu 13 September 2025. Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 21 kader posyandu ditambah dengan beberapa ibu balita. Melalui kegiatan ini, peserta pelatihan berhasil mempraktikkan pembuatan asupan tambahan untuk balita yang dapat dibuat dengan memanfaatkan bahan pangan yang mudah didapat. Peserta pelatihan membuat pure nasi ikan kembung dan sayur wortel, makaroni keju dan ayam cincang, serta pure jagung manis dan labu kuning. Tidak hanya pemahaman dan keterampilan tentang makanan tambahan untuk balita, peserta pelatihan juga dibekali dengan penggunaan alat pengolahan serta tekstur makanan yang sesuai dengan usia balita.

Kata Kunci : *Stunting; gerakan dapur sehat; gizi balita*

Abstract: This community service program aims to improve the knowledge and skills of Posyandu (integrated health service post) cadres and mothers regarding stunting and nutritional interventions. These nutritional interventions are implemented by providing additional nutritious food for toddlers through the *Gerakan Dapur Sehat* (healthy kitchen movement). The additional food is intended to fulfill balanced nutrition by utilizing local food ingredients. This community service activity applies a participatory training method combined with demonstrations and direct practical guidance. This activity was carried out in several stages, namely planning, preparation, implementation, and evaluation. The training was held in Sanggra Agung Village, Socah District, Bangkalan Regency, on Saturday, September 13, 2025. Twenty-one posyandu volunteers, along with several mothers of toddlers, attended this community service activity. Through this program, the training participants successfully practiced making supplementary food for toddlers using easily available food ingredients. Participants made mackerel rice puree with carrots, macaroni and cheese with minced chicken, and sweet corn and yellow squash puree. In addition to gaining knowledge and skills about complementary foods for infants, participants were also equipped with the use of processing tools and the appropriate food texture based on the infants' ages.

Keywords : *Stunting; healthy kitchen movement; infant's nutrition*

Pendahuluan

Stunting memiliki dampak signifikan yang berpengaruh terhadap berbagai aspek pertumbuhan seorang anak. Dampak stunting tidak hanya terjadi ketika masa kanak-kanak, tetapi juga mempengaruhi perkembangannya saat tumbuh remaja hingga dewasa. Secara klinis, stunting dimaknai sebagai kondisi kekurangan gizi kronis yang mengakibatkan anak tidak tumbuh dan berkembang sebagaimana mestinya. Stunting tidak hanya menghambat pertumbuhan fisik tetapi juga menghambat perkembangan otak¹. Anak yang stunting memperlihatkan kemampuan fisik, motorik dan kognitif yang lebih rendah. Hal ini juga berdampak pada kemampuan akademis dan produktivitas kerja di masa depan.

Lebih jauh lagi, stunting juga meninggalkan jejak kronis yaitu lemahnya sistem imun atau kekebalan tubuh. Anak yang mengalami stunting juga akan lebih rentan terhadap penyakit degeneratif dan mengalami gangguan metabolisme². Hal tersebut mengakibatkan seorang anak akan lebih rentan terhadap penyakit atau infeksi. Seperti yang telah disebutkan di awal, kondisi semacam ini akan berlanjut hingga dewasa sehingga juga rentan terhadap penyakit

¹ Mercedes de Onis & Francesco Branca. "Childhood stunting: a global perspective". *Maternal & Child Nutrition* 12, nomor 1(2016): 12-26.

² Citrakesumasari., Nasrah., Dian Lestari., Sitti Mutmainah Nur Sahabuddin., Nuur Rahmah., Mita Wijaya., Nur Asysa., Srifa Noevi Hasim., Yessy Kurniati., & Muhammad Rachmat. "Edukasi dan Inovasi Pangan untuk Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan". *Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 3, nomor 1(2023): 1-12.

kronis seperti diabetes. Kurangnya asupan gizi pada balita seperti protein, vitamin, lemak dan karbohidrat menjadi sebab utama terjadinya stunting bahkan sejak dalam kandungan³⁴. Bahkan, kasus stunting yang terjadi pada saat kehamilan hingga bayi berusia dua tahun dapat meningkatkan angka kematian bayi dan anak⁵.

Stunting tidak selalu menunjukkan gejala yang langsung terlihat seperti penyakit akut. Sebaliknya, kondisi ini merupakan akumulasi dari malnutrisi kronis yang berkembang secara perlahan dan berdampak jangka panjang. Oleh sebab itu, diperlukan pemahaman dan kesadaran akan kasus stunting pada anak sejak dini, bahkan sejak dalam masa kehamilan. Gejala utama stunting dapat diperhatikan pada tinggi badan yang jauh di bawah rata-rata untuk anak seusianya, yang dapat diidentifikasi melalui pengukuran antropometri. Anak dengan kasus stunting juga seringkali menunjukkan keterlambatan dalam mencapai tonggak perkembangan (*developmental milestones*) seperti duduk, merangkak, atau berjalan. Mereka juga cenderung memiliki tingkat konsentrasi yang lebih rendah dan kemampuan belajar yang kurang optimal. Deteksi stunting memerlukan pemantauan pertumbuhan yang rutin dan komprehensif, bukan hanya mengandalkan gejala fisik yang tampak sekilas.

Pencegahan stunting dapat dilakukan bahkan sejak proses perencanaan kehamilan, atau sebelum kehamilan. Para calon ibu perlu memperhatikan asupan gizi yang tercukupi, seimbang dan juga higienis. Apabila diperlukan, pemeriksaan kesehatan pra-nikah juga penting untuk memastikan calon ibu sehat untuk hamil. Begitu juga pada fase kehamilan, ibu hamil harus mendapatkan asupan gizi yang memadai dan seimbang. Ini termasuk mengonsumsi makanan kaya protein, zat besi, asam folat, dan kalsium. Ibu hamil juga disarankan untuk rutin melakukan pemeriksaan kehamilan ke fasilitas kesehatan terdekat, seperti Puskesmas. Di sana, mereka akan mendapatkan pemantauan tumbuh kembang janin dan tablet tambah darah untuk mencegah anemia.

Pada fase pasca kelahiran, selain pemberian ASI eksklusif, Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu intervensi gizi spesifik yang sangat efektif dalam program pencegahan stunting⁶. PMT dirancang untuk mengatasi kesenjangan nutrisi (*nutritional gap*) antara asupan gizi yang diterima anak dari makanan sehari-hari dan kebutuhan gizi yang

³ Prayudhy Yushananta., Mei Ahyanti., & Yetti Anggraini. "Risk Factors of Stunting in Children Aged 6–59 Months: A Case-Control Study in Horticulture Area". *Macedonian Journal of Medical Sciences* 10(2022): 1-5.

⁴ Elni & Erna Julianti. "The correlation between feeding habit factor and the Incidence of Stunting in Children under five years". *Jurnal Keperawatan Padjajaran* 8, nomor 3(2021): 283-291.

⁵ Ira Rahmiyani., Resha resmawati Shahela., Revita Permata Hati., Eva Tisnawati., Rini Harningsih., & Rizki Abdurochman Assidik. "Edukasi Stunting dengan Panduan Makanan Gizi Seimbang Menggunakan Buku Digital dan Audio Visual di LKSA Amanah Kota Tasikmalaya". *Jurnal Masyarakat Mandiri* 8, nomor 2(2023): 2303-2313.

⁶ Faith Mandara., Charles Festo., Erick Killel., Samwel Lwambura., Jackline Mrema., Farida Katunzi., Haikal D. Martin., & Ester Elisaria. "The relationship between feeding practices and stunting among children under two years in Tanzania mainland: a mixed-method approach". *Bulletin of the National Research Centre* 48(2024): 1-12.

seharusnya dipenuhi untuk mencapai pertumbuhan optimal sesuai dengan usia. Pemberian PMT berfokus pada penyediaan mikronutrien dan makronutrien esensial khususnya untuk menambah protein hewani berkualitas tinggi, lemak, zat besi, serta vitamin yang berperan krusial dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Status gizi pada anak menjadi penyebab utama terjadinya stunting⁷⁸.

Kabupaten Bangkalan, Madura, menghadapi dinamika kasus gizi buruk dan stunting yang dinamis dengan prevalensi yang sempat menyentuh angka 38,9% pada tahun 2021, lalu menurun menjadi 26,2% pada tahun 2022, sempat menyentuh kisaran 10% pada tahun 2023, sebelum akhirnya tercatat kembali di angka 17,7% pada tahun 2024. Tingginya kerentanan yang melibatkan ribuan keluarga risiko stunting di Kabupaten Bangkalan tidak hanya dipicu oleh faktor ekonomi. Salah satu desa dengan kasus stunting yang cukup mengkhawatirkan adalah Desa Sanggra Agung. Dihimpun dari website <https://pustaka.kbjatim.id>, kasus keluarga risiko stunting di Desa Sanggra Agung Kecamatan Socah pada tahun 2025 tercatat gizi buruk 35 jiwa, gizi kurang 34 jiwa, dan stunting 11 anak. Hal tersebut juga terkonfirmasi ketika tim pengabdian kepada masyarakat terjun langsung ke desa.

Sebagai langkah konkrit pencegahan dan penanganan stunting, pengabdian masyarakat ini menitikberatkan pada langkah nyata dengan menginisiasi pelatihan pengolahan makanan bergizi untuk balita melalui gerakan dapur sehat. Pengabdian masyarakat ini direalisasikan di Desa Sanggra Agung Kecamatan Socah Kabupaten Bangkalan bermitra dengan Pasyandu desa. Kegiatan ini tidak hanya memberikan wawasan dan pengetahuan, tetapi juga keterampilan pengolahan makanan bergizi untuk balita. Secara teknis, kader Posyandu dan masyarakat sekitar tidak hanya memperoleh wawasan ihwal stunting, gejala, penyebab, dampak serta cara penanggulangannya, tetapi juga dilatih untuk memproduksi makanan tambahan bergizi untuk balita. Terlebih lagi, pengolahan asupan bergizi untuk balita tersebut lebih mengutamakan bahan pangan local dan mudah didapat dari lingkungan atau bahkan bisa mengolah bahan yang dapat dibudidayakan. Melalui kegiatan ini, kader posyandu dan masyarakat sekitar juga memperoleh wawasan pemberian makanan tambahan secara teknis, seperti durasi pemberian makanan, tekstur makanan berdasarkan usia balita, hingga cara yang tepat saat memberi asupan tambahan pada balita.

Metode Pelaksanaan

⁷ Dwan Vilcins., Peter D Sly., & Paul Jagals. "Environmental Risk Factors Associated with Child Stunting: A Systematic Review of the Literature". *Annals of Global Health* 84, nomor 4(2018): 551-562.

⁸ Muhammad R D Mustakim., Irwanto., Roedi Irawan., Mira Irmawati & Bagus Setyoboedi. "Impact of stunting on Development of Children between 1-3 Years of Age". *Ethiopian Journal of Health Sciences* 32, nomor 3(2021): 569-578.

Program pengabdian kepada masyarakat ini menitikberatkan pada kegiatan penguatan keterampilan dan wawasan ihwal stunting dan langkah preventifnya, khususnya berkaitan dengan pemberian makanan tambahan bergizi untuk balita. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan pada hari Sabtu 13 September 2025 bertempat di Pos Dahlia Desa Sanggra Agung Kecamatan Socah Bangkalan. Bermitra dengan Posyandu, kegiatan ini juga diikuti 21 kader posyandu dan beberapa ibu balita. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pelatihan pengolahan makanan tambahan bergizi untuk balita, tetapi juga wawasan bagaimana dan waktu pemberian makanan tambahan tersebut idealnya dilakukan. Kegiatan pelatihan ini diselenggarakan melalui beberapa tahapan, yakni perencanaan, persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

Tahap perencanaan meliputi identifikasi sasaran dan penyusunan kegiatan. Tim pengabdian kepada masyarakat melakukan survei awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan gizi, kebiasaan makan balita, dan ketersediaan bahan pangan lokal. Berdasarkan informasi yang telah diperoleh tersebut, materi dan menu pelatihan disusun dengan fokus pada pemanfaatan bahan pangan lokal yang mudah didapat. Tim pelatih juga mempersiapkan modul pelatihan, alat dan bahan memasak, serta media pendukung seperti poster atau lembar resep. Tahap berikutnya adalah tahap persiapan. Tahap persiapan meliputi kegiatan persiapan materi, administrasi kegiatan, peralatan dan perlengkapan kegiatan pelatihan serta bahan-bahan yang akan digunakan untuk pelatihan inovasi pangan melalui gerakan dapur sehat. Tahapan ini juga meliputi persiapan teknis dan ruangan yang digunakan.

Penyampaian materi yang berkaitan tentang stunting dan pentingnya pemberian makanan tambahan bergizi untuk balita. Sesi ini dilakukan secara interaktif menggunakan media visual yang menarik. Materi yang disampaikan mencakup pentingnya nutrisi bagi balita, jenis-jenis zat gizi yang dibutuhkan (protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral), serta tanda-tanda kekurangan gizi yang dapat menyebabkan stunting. Pada kegiatan ini, pemateri juga menyampaikan beberapa resep atau menu pembuatan makanan bergizi untuk balita. Kegiatan pun dilanjutkan dengan demonstrasi dan praktek memasak sebagai kegiatan inti dari pelatihan. Pelatih mendemonstrasikan cara mengolah beberapa resep makanan tambahan untuk balita. Tidak hanya fokus pada resep dan pembuatan makanan, beberapa poin penting yang juga dibahas adalah bagaimana menakar porsi dan tekstur makanan berdasarkan usia balita serta memastikan kebersihan⁹. Selain itu, apa yang harus dilakukan oleh orang tua juga penting dipahami terlebih untuk memastikan bahwa anak yang diberi makanan tambahan tersebut secara sadar belajar untuk makan dan durasi pemberian makanan tambahan tersebut. Pada bagian akhir pelatihan ditutup dengan rangkaian dialog dan sharing tantangan yang mungkin dihadapi di rumah, serta berbagi ide kreasi menu baru menggunakan bahan

⁹ Lailatul Muarofah Hanim., M. Masqotul Imam Romadlani., Atik Qurrota A'yunin Alisyrofi., Ardila Safitri, Busstommi R.P. Agnes Madrem., & Virza Tsaniyah. "Pelatihan Psikoedukasi Sadar Gizi Berbasis Pangan Lokal sebagai Prevensi Stunting di Desa Jaddih, Bangkalan". SANTRI: Journal of Student Engagement 4, nomor 2(2025): 193-204.

lokal. Tahap evaluasi dilakukan untuk melihat perubahan pemahaman tentang stunting dan asupan tambahan yang bergizi untuk balita. Kegiatan evaluasi ini juga untuk mengukur wawasan orang tua terutama ibu dalam mengolah dan menyajikan makanan, serta dampaknya terhadap status gizi balita.

Hasil dan Pembahasan

Memenuhi kebutuhan gizi balita bukan hanya soal memberi makan, tetapi juga tentang memberikan asupan yang berkualitas. Memahami gizi balita adalah fondasi utama dalam memastikan tumbuh kembang anak yang optimal, baik secara fisik maupun mental¹⁰. Selain itu, gizi balita yang terpenuhi juga dapat mengoptimalkan perkembangan otak, membangun sistem imun yang kuat, dan mencegah stunting. Dengan memahami gizi, orang tua bisa memastikan anak mendapatkan cukup protein, vitamin, dan mineral untuk mencapai tinggi dan berat badan yang ideal¹¹. Salah satu pemenuhan gizi balita adalah melalui pemberian makanan tambahan yang dapat diproduksi dengan memanfaatkan bahan pangan lokal. Bahan pangan lokal tersebut mudah didapat dan dibudidayakan, seperti ubi, singkong, bayam, kacang panjang, kacang tanah, labu, kangkung, pepaya, jagung manis, serta daun kelor. Untuk mendukung pengolahan makanan tambahan untuk balita, kegiatan pengabdian ini tidak hanya memberikan pelatihan pengolahan makanan bergizi untuk balita, tetapi juga memberikan seperangkat peralatan pembuatan makanan untuk balita.

Pengenalan alat

Proses pengolahan asupan tambahan bergizi untuk balita menggunakan beberapa peralatan khusus, diantaranya adalah *baby food processor*, *baby slow safe cooker*, *baby-food maker*, *baby food container*, *locknlock baby glass* dan *belvin cookware*.



¹⁰ Windy Rizkaprilisa., Rhema Alicia., Martina Widhi Hapsari., Novia Anggraeni., Paulus Damar Bayu Murti., & Anggara Mahardika. "Potensi Pangan Lokal sebagai Snack Bar Mpsai Balita: Systematic Review". Science, Technology and Management Journal 3, nomor 1(2023): 1-5.

¹¹ Nathasa Weisdania Sihite., Mutiara Balqis., & Mardiana. "Formulasi dan Daya Terima Snack Bar Berbasis Tepung Ikan Lele dan Kedelai Sebagai Alternatif Snack Ibu Hamil dalam Mencegah Stunting". Jurnal Sains dan Teknologi Pangan 9, nomor 5(2024): 7820-7831.

Gambar 1. Serah terima asset atau peralatan

Sebelum kegiatan pelatihan pembuatan asupan tambahan bergizi untuk balita, tim pengabdian mengenalkan beberapa peralatan dan bahan pangan yang akan diolah pada kegiatan tersebut. Salah satunya adalah *baby food processor*. Alat ini digunakan untuk memasak bubur dengan teknologi penguapan yang dapat menghasilkan bubur bayi dengan tekstur yang lembut dan merata. Selain menggunakan *baby food processor*, kegiatan ini juga memanfaatkan *baby slow safe cooker*. Alat ini memaksimalkan suhu rendah untuk memasak baik bubur, sup, serta daging untuk menjaga kandungan gizi dan nutrisi makanan. Tidak hanya digunakan untuk memasak, alat ini juga bisa berfungsi sebagai penghangat makanan. Serupa dengan dua alat sebelumnya, salah satu alat yang juga dimanfaatkan untuk memasak adalah *Belvin cookware*. Alat ini dapat dimanfaatkan untuk memasak bubur dan pure, bahkan juga bisa digunakan untuk menghangatkan makanan.

Selain pengenalan alat pembuatan makanan untuk balita, beberapa peralatan tambahan juga dikenalkan seperti *baby food maker*, *baby food container*, serta *locknlock baby glass*. *Baby food maker* berfungsi sebagai alat untuk memeras buah, menyaring, memarut, menumbuk, dan menghaluskan makanan ataupun bahan makanan yang akan diolah. Alat ini memudahkan orang tua untuk menyiapkan makanan bergizi untuk balita. Berbeda dengan *baby food maker*, *baby food container* dan *baby glass* berfungsi sebagai wadah dan tempat penyimpanan. Sebagai wadah penyimpanan makanan bayi untuk menjaga kualitas makanan bayi, *baby food container* dan *locknlock baby glass* juga dapat digunakan untuk menyimpan dan memproses makanan bayi baik saat memanaskan makanan dengan microwave maupun saat disimpan dalam kulkas



Gambar 2. Foto bersama kegiatan pelatihan dan pengenalan alat

Pengenalan alat ini sangat penting dilakukan agar mitra dapat memahami fungsi dan kegunaan alat-alat yang kemudian dihibahkan kepada mitra. Secara teknis, berbagai peralatan dapur tradisional yang aman dan higienis juga dapat digunakan untuk meracik Makanan Pendamping ASI (MPASI) dengan tekstur yang sesuai usia bayi tanpa harus menggunakan alat

modern yang mahal. Sejumlah perlengkapan konvensional tersebut mencakup saringan kawat untuk membuat bubur saring bertekstur lembut, lepek bersama sendok guna melumatkan makanan lunak, serta parutan halus untuk mengolah buah dan sayur. Di samping itu, cobek dan ulekan dapat dimanfaatkan untuk menghaluskan protein hewani layaknya daging atau ikan, panci kukus menjaga kandungan nutrisi makanan tetap utuh, dan garpu praktis dipakai untuk menyajikan hidangan bertekstur agak kasar bagi bayi yang lebih besar.

Pure Nasi Ikan Kembung dan Sayur Wortel

Masa balita adalah waktu yang tepat untuk memperkenalkan beragam jenis makanan, rasa, dan tekstur. Pemahaman gizi membantu orang tua menyajikan makanan yang bervariasi dan menarik, sehingga anak tidak hanya mendapatkan nutrisi lengkap tetapi juga terbiasa dengan pola makan sehat yang akan terbawa hingga dewasa. Beberapa menu dan resep yang didemostrasikan pada kegiatan pengabdian ini adalah pure nasi ikan kembung dengan tambahan wortel, bubur makaroni keju dan ayam cincang, serta pure jagung manis labu kuning.

Nasi dan ikan kembung merupakan pilihan resep yang sehat dan proporsional. Nasi merupakan sumber karbohidrat dan ikan kembung merupakan sumber protein hewani berkualitas tinggi, serta lemak omega-3 yang sangat penting untuk perkembangan otak dan fisik bayi¹². Ikan kembung juga dikenal sebagai superfood karena kandungan gizi yang sangat tinggi.



Gambar 3. Hasil olahan pure nasi ikan kembung dan sayur wortel

Menu ini memiliki tekstur yang sangat halus, ideal untuk bayi yang baru memulai makanan tambahan selain ASI untuk memenuhi kebutuhan nutrisi. Bahan utama pembuatan pure ini adalah nasi, ikan kembung, wortel, air, dan kaldu ikan secukupnya. Ikan kembung yang sudah

¹²Sevtian Akmalul Khoer., Agnia Rahmawati., Aisyah Indriani Rachmat., Mareta Arum Purwita Sari., Putri Adri Sindoro Hakim., Wilda Apriani., Tria Wulandari., Muhammad Ari Suryana., & Muhammad Fakhri Kurniawan. "Inovasi Pmt (Pemberian Makanan Tambahan) Sebagai Bentuk Gerakan Cegah *Stunting* Di Desa Ciderum Kecamatan Caringin Kabupaten Bogor". KREATIF: Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara 3, nomor (2023), 253-261.

dipotong kecil kemudian dikukus hingga matang. Ikan kembung yang sudah dikukus kemudian dihaluskan, lalu dicampur dengan nasi dan wortel yang telah direbus hingga lunak. Setelah bahan tersebut sudah dicampur, haluskan menggunakan saringan atau baby food maker hingga menjadi pure yang lembut. Setelah proses ini selesai, pure bisa dihidangkan dan dinikmati oleh bayi dengan tekstur yang sesuai.

Bubur Makaroni Keju dan Ayam Cincang

Olahan yang berikutnya adalah bubur makaroni keju dan ayam cincang sebagai hasil dari pelatihan ini. Untuk tekstur makanan yang lebih kasar hanya diperuntukkan untuk bayi yang setidaknya sudah berusia 9 hingga 11 bulan. Menu ini memiliki tekstur yang lebih kasar untuk melatih keterampilan mengunyah bayi. Hal yang tidak kalah penting saat pemberian makanan tambahan kepada balita adalah kesadaran penuh saat mengunyah dan merasakan makanan. Tidak jarang dari orang tua yang menggunakan cara mengelabui balita agar bisa memasukkan makanan ke dalam mulut balita.



Gambar 4. Proses pembuatan makaroni keju dan sayur wortel

Memanfaatkan makaroni sebagai bahan dasar merupakan alternatif bahan pangan selain nasi. Menu ini sebagai variasi asupan tambahan untuk balita agar meningkatkan antusiasme balita untuk makan. Menu ini dimasak dengan memanfaatkan makaroni yang direbus, keju parut, daging ayam cincang, dengan tambahan sayur pilihan seperti wortel, bayam, sawi, ataupun daun kelor yang dihaluskan. Untuk menambah aroma, kita bisa menumis bawang putih secukupnya hingga wangi dan kemudian masukkan daging ayam dan wortel atau sayur lain yang digunakan. Kemudian masukkan makaroni dan air secukupnya dan masak hingga semua bahan tercampur. Setelah matang, taburkan keju parut serta ratakan hingga keju meleleh. Hidangan pun sudah siap untuk diberikan kepada balita untuk melatih serta mendapatkan gizi tambahan.

Pure Jagung Manis dan Labu Kuning

Salah satu resep masakan yang mudah dan murah adalah pembuatan pure jagung manis dan labu kuning. Bahkan bahan utama seperti jagung dan labu kuning bisa didapatkan dari lahan

sekitar dengan budidaya. Pure ini dapat dijadikan kudapan sehat untuk balita, khususnya bagi mereka yang masih berusia antara 6 hingga 8 bulan. Tekstur masakan yang halus memudahkan balita untuk memakan pure jagung manis dan labu kuning ini.



Gambar 5. Olahan pure jagung masni dan labu kuning

Selain bahan yang mudah diperoleh, pure jagung manis dan labu kuning ini juga sangat mudah untuk dibuat. Setelah merebus jagung dan labu kuning, kedua bahan tersebut perlu ditiriskan dan menghaluskannya. Untuk menambah rasa dan aroma, orang tua juga bisa menambahkan hati ayam ataupun ikan laut yang juga direbus dan dihaluskan. Langkah selanjutnya adalah mencampur bahan-bahan yang telah dihaluskan tersebut dengan menambahkan air hangat sedikit agar memiliki tekstur yang lebih cair. Setelah mencampur, pure jagung manis dan labu kuning dapat dituangkan dan dihidangkan untuk asupan tambahan bergizi balita.



Gambar 6. Pemberian makanan olahan kepada balita

Kegiatan pelatihan ini tidak hanya mendemonstrasikan pembuatan beberapa menu makanan tambahan untuk balita, tetapi hasil pengolahan makanan tersebut langsung dibagi dan dinikmati oleh para balita. Pemberian makanan tambahan untuk balita ini merupakan intervensi gizi yang sangat penting, terutama bagi balita (anak di bawah lima tahun) yang berisiko mengalami atau sudah mengalami masalah gizi atau stunting (Darawati et al., 2021). Asupan tambahan yang diberikan juga akan membantu balita mencapai berat badan ideal dan

status gizi yang optimal sesuai dengan usianya. Asupan gizi yang baik, terutama protein dan zat besi, sangat penting untuk perkembangan otak dan kemampuan kognitif anak, yang berdampak pada kecerdasan dan produktivitas anak di masa mendatang.

Kesimpulan

Kegiatan pelatihan ini merupakan inisiatif dan langkah konkret sebagai upaya untuk mendorong perubahan perilaku dan kesadaran hidup sehat khususnya berkaitan dengan pemberian makanan tambahan bergizi untuk balita. Kegiatan ini juga merupakan komitmen civitas akademika universitas dengan masyarakat dalam mendukung percepatan penurunan stunting di Kabupaten Bangkalan. Pelatihan Gerakan Dapur Sehat ini menjadi langkah yang efektif sebagai bagian dari intervensi berbasis komunitas untuk mencegah sekaligus mempercepat penurunan angka stunting serta meningkatkan kualitas gizi balita. Kader posyandu sebagai mitra beserta ibu-ibu peserta kegiatan juga mendapatkan wawasan serta keterampilan praktis dalam mengolah dan menyajikan menu sehat dan bergizi dengan memanfaatkan sumber daya pangan lokal yang terjangkau dan mudah diperoleh dari lingkungan sekitar. Kegiatan pelatihan ini juga memberikan wawasan pemanfaatan peralatan pengolahan makanan tambahan untuk balita yang lebih praktis dan higienis melalui praktek langsung selama kegiatan berlangsung. Peserta telah berhasil membuat resep makanan seperti pure nasi ikan kembung dan sayur wortel, makaroni keju dan ayam cincang, serta pure jagung manis dan labu kuning. Pemanfaatan sayur sebagai bahan masakan bisa diganti sesuai dengan keinginan dan selera makan, misalnya memanfaatkan daun kelo, bayam, sawi, maupun brokoli. Melalui pelatihan ini, kegiatan ini juga diharapkan menjadi sarana pemberdayaan masyarakat yang mandiri dan memberikan kebermanfaatan.

Ucapan Terima Kasih

Tim Pengabdian kepada Masyarakat Desa Sanggra Agung ini mengucapkan terima kasih kepada DPPM DIKTI yang telah mendukung dan mendanai kegiatan pengabdian sehingga dapat direalisasikan dan memberikan kebermanfaatan kepada masyarakat secara langsung. Tim Pengabdian juga menyampaikan rasa terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Trunojoyo Madura yang juga mendukung serta memfasilitasi tim kami dengan baik. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada Pemerintah Desa Sanggra Agung, Bidan Desa, Kader Posyandu Desa Sanggra Agung, peserta kegiatan serta pihak-pihak yang tidak bisa kami sebut satu persatu yang telah mengsucceskan kegiatan ini sehingga berjalan dengan lancar dan sesuai harapan.

Referensi

- Citrakesumasari., Nasrah., Dian Lestari., Sitti Mutmainah Nur Sahabuddin., Nuur Rahmah., Mita Wijaya., Nur Asysa., Srifa Noevi Hasim., Yessy Kurniati., & Muhammad Rachmat. "Edukasi dan Inovasi Pangan untuk Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan". Jurnal Inovasi Penelitian dan Pengabdian Masyarakat 3, nomor 1(2023): 1-12.
- Dwan Vilcins., Peter D Sly., & Paul Jagals. "Environmental Risk Factors Associated with Child Stunting: A Systematic Review of the Literature". Annals of Global Health 84, nomor 4(2018): 551-562. <https://doi.org/10.29024/aogh.2361>
- Elni & Erna Julianti. "The correlation between feeding habit factor and the Incidence of Stunting in Children under five years". Jurnal Keperawatan Padjajaran 8, nomor 3(2021): 283-291.
- Faith Mandara., Charles Festo., Erick Killel., Samwel Lwambura., Jackline Mrema., Farida Katunzi., Haikal D. Martin., & Ester Elisaria. "The relationship between feeding practices and stunting among children under two years in Tanzania mainland: a mixed-method approach". Bulletin of the National Research Centre 48(2024): 1-12.
- Ira Rahmiyani., Resha resmawati Shahela., Revita Permata Hati., Eva Tisnawati., Rini Harningsih., & Rizki Abdurochman Assidik. "Edukasi Stunting dengan Panduan Makanan Gizi Seimbang Menggunakan Buku Digital dan Audio Visual di LKSA Amanah Kota Tasikmalaya". Jurnal Masyarakat Mandiri 8, nomor 2(2023): 2303-2313.
- Lailatul Muarofah Hanim., M. Masqotul Imam Romadlani., Atik Qurrota A'yunin Alisyrofi., Ardila Safitri, Busstommi R.P. Agnes Madrem., & Virza Tsaniyah. "Pelatihan Psikoedukasi Sadar Gizi Berbasis Pangan Lokal sebagai Prevensi Stunting di Desa Jaddih, Bangkalan". SANTRI: Journal of Student Engagement 4, nomor 2(2025): 193-204.
- Made Darawati., Andi Eka Yuniarto., Tetty Herta Doloksaribu., & AASP Chandradewi. "Formulasi *food bar* berbasis pangan lokal tinggi asam amino esensial untuk anak balita stunting". AcTions: Aceh Nutrition Journal 6, nomor 2(2021): 163-172.
- Mercedes de Onis & Francesco Branca. "Childhood stunting: a global perspective". Maternal & Child Nutrition 12, nomor 1(2016): 12-26.
- Muhammad R D Mustakim., Irwanto., Roedi Irawan., Mira Irmawati & Bagus Setyoboedi. "Impact of stunting on Development of Children between 1-3 Years of Age". Ethiopian Journal of Health Sciences 32, nomor 3(2021): 569-578. <http://dx.doi.org/10.4314/ejhs.v32i3.13>
- Nathasa Weisdania Sihite., Mutiara Balqis., & Mardiana. "Formulasi dan Daya Terima Snack Bar Berbasis Tepung Ikan Lele dan Kedelai Sebagai Alternatif Snack Ibu Hamil dalam Mencegah Stunting". Jurnal Sains dan Teknologi Pangan 9, nomor 5(2024): 7820-7831.

Prayudhy Yushananta., Mei Ahyanti., & Yetti Anggraini. "Risk Factors of Stunting in Children Aged 6–59 Months: A Case-Control Study in Horticulture Area". *Macedonian Journal of Medical Sciences* 10(2022): 1-5. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.7768>

Sevtian Akmalul Khoer., Agnia Rahmawati., Aisyah Indriani Rachmat., Mareta Arum Purwita Sari., Putri Adri Sindoro Hakim., Wilda Apriani., Tria Wulandari., Muhammad Ari Suryana., & Muhammad Fakhri Kurniawan. "Inovasi Pmt (Pemberian Makanan Tambahan) Sebagai Bentuk Gerakan Cegah *Stunting* Di Desa Ciderum Kecamatan Caringin Kabupaten Bogor". *KREATIF: Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara* 3, nomor (2023): 253-261.

Windy Rizkaprilisa., Rhema Alicia., Martina Widhi Hapsari., Novia Anggraeni., Paulus Damar Bayu Murti., & Anggara Mahardika. "Potensi Pangan Lokal sebagai Snack Bar Mpasi Balita: Systematic Review". *Science, Technology and Management Journal* 3, nomor 1(2023): 1-5.

Website

<https://pustaka.kbjatim.id/index.php?p=fstream-pdf&fid>

Penulis 1	: M. Masqotul Imam Romadlani	Email:	masqotul.romadlani@trunojoyo.ac.id
Penulis 2	: Lailatul Muarofah Hanim	Email:	lailatul.mhanim@trunojoyo.ac.id
Penulis 3	: Atik Qurrota A'yunin Alisyrofi	Email:	atikqurrotaa@unusa.ac.id