

Pangan Pintar (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep): Inovasi Edukasi Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi

Dice Shafira Nendrasari, Yedida Gracia Sandika, Ayik Mirayanti Mandagi

Universitas Airlangga, Indonesia

Email: ayikm@fkm.unair.ac.id

Abstrak:

Stunting masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang krusial di Indonesia, terutama di wilayah pedesaan dengan tingkat literasi gizi dan akses pangan bergizi yang terbatas. Program pengabdian masyarakat bertajuk PANGAN PINTAR (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep) dilaksanakan oleh mahasiswa Universitas Airlangga di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu balita mengenai gizi seimbang serta mendorong pemanfaatan bahan pangan lokal melalui kegiatan edukasi interaktif dan demonstrasi masak. Metode pelaksanaan mencakup *pre-test*, penyuluhan oleh ahli gizi, demo masak MP-ASI berbasis bahan lokal, kuis interaktif, dan *post-test* evaluatif. Kegiatan diikuti oleh 25 peserta yang terdiri dari ibu balita dan kader kesehatan setempat. Hasil perbandingan nilai peserta saat *pre-test* dan *post-test* menunjukkan ada perbedaan signifikan ($p < 0.05\%$) antar data nilai *pre-test* dan *post-test*. Ini menandakan ada perubahan tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah menerima materi. Ini menandakan adanya peningkatan signifikan terhadap pemahaman peserta mengenai prinsip gizi seimbang, pentingnya 1.000 hari pertama kehidupan, serta penerapan bahan pangan lokal dalam menu keluarga sehari-hari. Kesimpulannya, program PANGAN PINTAR efektif dalam memperkuat edukasi gizi berbasis masyarakat, mengoptimalkan pemanfaatan pangan lokal, serta berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting di wilayah pedesaan.

Kata kunci: gizi seimbang; pangan lokal; MP-ASI; pencegahan stunting; pemberdayaan masyarakat

Abstract:

Stunting remains a critical public health issue in Indonesia, particularly in rural areas where nutritional literacy and access to balanced food are limited. This community engagement program, entitled "PANGAN PINTAR (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep)," was implemented by Universitas Airlangga students in Karangmulyo Village, Tegalsari District, Banyuwangi Regency. The program aimed to enhance mothers' knowledge of balanced nutrition and promote the utilization of local food ingredients through interactive education and cooking demonstrations. The method included pre-test, nutrition education by health experts, cooking demonstrations of local-based complementary foods (MP-ASI), interactive quizzes, and post-test evaluation. The activity involved 25 participants consisting of mothers with infants under one year old and local health cadres. The comparison of participants' pre-test and post-test scores revealed a significant difference ($p < 0.05\%$) between the pre-test and post-test scores. This indicates a change in participants' understanding before and after receiving the material. This indicates a significant increase in participants' understanding of the principles of balanced nutrition, the importance of the first 1,000 days of life, and the application of local food ingredients in daily meals. In conclusion, PANGAN PINTAR proved effective in strengthening community-based nutrition education, promoting local food utilization, and contributing to stunting prevention efforts in rural settings.

Keywords: *balanced nutrition; local food; MP-ASI; stunting prevention; community empowerment*

Corresponding: Dice Shafira Nendrasari

E-mail: ayikm@fkm.unair.ac.id



PENDAHULUAN

Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi yang diwujudkan oleh mahasiswa Universitas Airlangga melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) (Kurniawan & Budi, 2022; Siregar et al., 2025; Wahyuseptiana et al., 2020). Pada tahun 2025, Universitas Airlangga melaksanakan KKN BBK 6 yang berlokasi di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi. Desa ini dipilih sebagai salah satu lokasi KKN karena potensi dan tantangan kesehatannya yang masih memerlukan pendekatan edukatif dan intervensi promotif-preventif berbasis masyarakat. Salah satu program unggulan yang diinisiasi dalam kegiatan ini adalah PANGAN PINTAR (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep).

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang dapat menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak, serta berdampak negatif pada masa depan mereka (Arifuddin et al., 2023; Kurniawati et al., 2025; Nugroho et al., 2023). Isu terkait stunting kini menjadi perhatian nasional, sehingga perlu peran aktif seluruh pihak untuk penanganannya. Berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan (Dinkes) Banyuwangi kejadian stunting di tahun 2023 yang terdata kurang lebih ada 2.300 anak, jumlah ini diketahui menurun signifikan dari jumlah 2.780 anak stunting yang tercatat di tahun 2022 (Cahya, 2024). Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, Kabupaten Banyuwangi Tingkat stunting sebesar 18,8 %, masih di bawah target nasional RPJMN 2022 – 2024 yakni sebesar 14 % (Fundrika, 2023).

Stunting merupakan kondisi terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak yang terjadi akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang, seringnya mengalami infeksi, serta kurangnya stimulasi psikososial yang memadai (Budury et al., 2022; Haile & Headey, 2023; Rahmadhita, 2020; Wahyudi, 2018). Berdasarkan UNICEF (2018), stunting mencerminkan kegagalan proses tumbuh kembang yang bermula sejak masa kehamilan dan tampak nyata ketika anak berusia sekitar dua tahun. Dampak dari stunting mencakup berbagai aspek, mulai dari fisik, kemampuan kognitif, hingga kondisi ekonomi. Di Indonesia, stunting masih menjadi permasalahan kesehatan yang serius, meskipun telah dilakukan berbagai upaya untuk menurunkan angka kejadiannya (Afrida & Aryani, 2022; Hoddinott et al., 2013).

Stunting adalah salah satu dari banyak masalah kesehatan yang dihadapi Indonesia sebagai negara berkembang. Stunting adalah masalah gizi buruk yang sangat memprihatinkan bagi kesehatan masyarakat, khususnya pada anak usia di bawah lima tahun. Namun, faktor risiko yang paling sering dikaitkan dengan stunting terutama terkait dengan karakteristik anak, karakteristik ibu, pendidikan dan tingkat lapangan kerja ibu, masalah sosial ekonomi, dan faktor lingkungan (Harahap et al., 2024; Sayekti et al., 2025; Yuliarni et al., 2023).

Menurut data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,6%, meskipun menunjukkan tren penurunan namun masih berada di atas ambang batas WHO (<20%). Stunting terutama disebabkan oleh kekurangan asupan gizi pada periode 1.000 hari pertama kehidupan, diperparah oleh rendahnya ketahanan pangan dan pola konsumsi yang tidak seimbang.

Data BPS tahun 2023 mencatat 8,49% penduduk Indonesia masih berada dalam kondisi rawan pangan, yang berdampak langsung pada kualitas gizi ibu hamil dan anak. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesehatan individu, tetapi juga berimplikasi luas terhadap

pembangunan nasional karena menurunkan produktivitas dan meningkatkan beban ekonomi jangka panjang.

Di tingkat daerah, stunting masih menjadi tantangan serius di Kabupaten Banyuwangi, dengan tercatat 4.371 balita mengalami stunting pada tahun 2021 dan ribuan kasus pada periode Februari–Agustus 2022 di seluruh kecamatan, termasuk Tegalsari, yang menunjukkan fluktuasi kasus setiap bulannya. Menurut BAPPEDA 2025, kompleksitas permasalahan gizi di Banyuwangi dipengaruhi oleh faktor sosial, ekonomi, pendidikan, dan perilaku kesehatan, di mana rendahnya rata-rata lama sekolah serta keterbatasan tenaga gizi di wilayah pedesaan menjadi hambatan utama percepatan penurunan stunting, meskipun angka harapan hidup relatif tinggi dan telah ada program Banyuwangi Tanggap Stunting (BTS).

Sejalan dengan tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya Kehidupan Sehat dan Sejahtera, penanggulangan stunting menjadi prioritas penting karena berdampak langsung pada kualitas sumber daya manusia di masa depan, sehingga peran keluarga, terutama ibu, dalam pemenuhan gizi anak melalui ASI, MP-ASI, imunisasi, kebersihan diri, dan pemantauan pertumbuhan menjadi sangat krusial.

Dalam konteks tersebut, Desa Karangmulyo di Kecamatan Tegalsari menjadi lokasi strategis intervensi edukasi gizi berbasis potensi lokal melalui program PANGAN PINTAR yang diinisiasi mahasiswa KKN Universitas Airlangga, yang memadukan edukasi dan praktik pengolahan pangan lokal bergizi melalui pendekatan edutainment dan demo masak, sehingga berkontribusi nyata dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita serta memperkuat kolaborasi antara mahasiswa, tenaga kesehatan, dan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting dan pembangunan kesehatan desa.

Program **Pangan Pintar (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep)** ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat Desa Karangmulyo, khususnya ibu dan keluarga, dalam memahami serta menerapkan prinsip gizi seimbang melalui pemanfaatan pangan lokal secara optimal dan berkelanjutan. Program ini dirancang untuk mengintegrasikan pemahaman nilai gizi dengan keterampilan pengolahan dan penyusunan resep yang sehat, aman, dan sesuai dengan kebutuhan gizi keluarga, terutama bayi dan balita.

Manfaat kegiatan ini secara edukatif diharapkan mampu memperkuat literasi gizi masyarakat dan mendorong perubahan perilaku konsumsi menuju pola makan yang lebih seimbang dan bergizi. Secara praktis, program ini memberikan keterampilan langsung dalam mengolah pangan lokal menjadi menu bernilai gizi tinggi, ekonomis, dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, kegiatan ini berkontribusi pada penguatan ketahanan pangan lokal, pencegahan masalah gizi, serta pemberdayaan masyarakat desa melalui pendekatan inovatif yang berbasis potensi lokal dan partisipatif.

METODE PENELITIAN

Pada tanggal 18 Juli 2025 telah dilaksanakan kegiatan sosialisasi dan demo masak makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI) kepada ibu-ibu di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur, Indonesia. Kegiatan ini dihadiri oleh 25 orang

ibu dengan anak berusia dibawah 1 tahun dan kader desa setempat. Analisis data sosialisasi dilakukan secara kuantitatif.

Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan yang saling berkesinambungan, dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi kegiatan. Pada tahap persiapan, dilakukan penyusunan materi sosialisasi dan demonstrasi memasak Makanan Pendamping ASI (MP-ASI), kolaborasi dengan ahli gizi dari Puskesmas Tegalsari sebagai narasumber, serta kerja sama dengan Desa Karangmulyo untuk mengundang ibu yang memiliki bayi dan balita sebagai peserta. Tahap pelaksanaan diawali dengan pemberian *pre-test* untuk mengukur tingkat pemahaman awal peserta, dilanjutkan dengan penyampaian materi MP-ASI oleh ahli gizi, demonstrasi memasak MP-ASI oleh mahasiswa, sesi tanya jawab berhadiah, dan diakhiri dengan *post-test* untuk menilai peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan.

Tahap evaluasi dilakukan dengan menggali umpan balik peserta mengenai kebermanfaatan kegiatan serta membandingkan hasil *pre-test* dan *post-test* guna menilai efektivitas sosialisasi dan demonstrasi. Capaian keberhasilan kegiatan ditunjukkan oleh tingkat kehadiran ibu yang memiliki bayi dan balita sesuai jumlah sasaran, antusiasme peserta yang mencapai 100% ditandai dengan respons positif berupa pertanyaan dan umpan balik, serta adanya peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang bayi dan balita, dengan pengecualian peserta yang tidak mengikuti *pre-test* dan/atau *post-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 18 Juli 2025 di Balai Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi. Kegiatan ini dihadiri oleh 13 ibu oleh 13 orang ibu dengan anak berusia dibawah 1 tahun dan kader desa setempat. Selain itu juga dihadiri perwakilan PPKBD (Pembantu Pembina Keluarga Berencana Desa) Karangmulyo, Puskesmas Tegalsari dan salah satu mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat untuk mengisi sambutan, pemateri utama, dan pemateri kedua. Penyuluhan diawali dengan pengisian absensi, pemberian *leaflet*, susu, dan konsumsi, berikut dokumentasi kegiatan bagian awal:



(a)

(b)

(c)

Gambar 1. (a), (b), (c) Pengisian absensi, pemberian *leaflet*, susu, dan konsumsi

Bagian awal dari pelaksanaan program kerja unggulan bertajuk PANGAN PINTAR (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep) yang menjadi fokus kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi. Kegiatan ini dirancang sebagai upaya promotif-preventif untuk meningkatkan pengetahuan gizi masyarakat, khususnya bagi ibu balita, melalui penyuluhan dan praktik langsung pengolahan pangan lokal yang bergizi seimbang.

Secara kegiatan yang terekam dalam gambar (a), (b), dan (c) memperlihatkan suasana awal pelaksanaan penyuluhan yang berjalan dengan sistematis dan terencana. Kegiatan dimulai dengan pengisian absensi peserta, sebagaimana tergambar pada foto (a), di mana para ibu yang hadir melakukan registrasi kedatangan mereka. Tahapan ini tidak hanya berfungsi administratif, tetapi juga menjadi bentuk pendataan partisipasi masyarakat agar tim pelaksana dapat memetakan jumlah dan karakteristik peserta. Pengisian absensi dilakukan dengan pendampingan mahasiswa KKN Universitas Airlangga yang bertugas di pos registrasi, menandai dimulainya kegiatan dengan tertib dan terstruktur.

Selanjutnya pada foto (b) tergambar kegiatan pembagian *leaflet* dan susu kepada peserta penyuluhan. *Leaflet* yang disusun oleh tim mahasiswa berisi informasi tentang gizi seimbang, pentingnya MP-ASI yang berkualitas, serta contoh menu berbasis pangan lokal yang mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pemberian *leaflet* ini menjadi media edukatif yang strategis karena membantu peserta memahami kembali materi setelah kegiatan berakhir. Sementara itu, pemberian susu mencerminkan simbol nyata dari pemenuhan gizi seimbang serta bentuk apresiasi terhadap antusiasme peserta. Dalam konteks kegiatan pengabdian, langkah ini menunjukkan pendekatan edutainment yakni edukasi yang disertai elemen penghargaan dan keterlibatan aktif masyarakat sehingga suasana kegiatan menjadi lebih partisipatif dan menyenangkan.

Gambar (c) menunjukkan momen konsumsi bersama dan interaksi antara peserta dan pelaksana kegiatan. Dalam tahap ini, para ibu tampak berdialog dengan mahasiswa maupun

tenaga kesehatan yang hadir. Situasi tersebut mencerminkan adanya jalinan komunikasi dua arah antara masyarakat dan fasilitator. Kegiatan konsumsi bersama bukan sekadar simbol kebersamaan, tetapi juga sarana untuk mencontohkan praktik konsumsi pangan sehat dalam konteks nyata. Dengan memberikan contoh langsung, peserta diharapkan dapat meniru perilaku tersebut dalam rumah tangga masing-masing.

Kegiatan awal ini memiliki makna yang penting dalam keseluruhan struktur program PANGAN PINTAR. Tahapan tersebut menjadi fondasi bagi keberhasilan sesi inti, yaitu penyampaian materi dan demo masak MP-ASI bergizi berbasis bahan pangan lokal. Pendekatan yang sistematis sejak tahap awal menunjukkan keseriusan pelaksana dalam mengelola kegiatan berbasis masyarakat dengan prinsip pemberdayaan. Proses registrasi, pembagian media edukasi, dan konsumsi bersama juga memperlihatkan penerapan nilai-nilai partisipatif, di mana masyarakat tidak sekadar menjadi penerima informasi, tetapi juga terlibat aktif dalam kegiatan.

Selain itu, kegiatan ini juga merefleksikan sinergi antara mahasiswa, tenaga kesehatan Puskesmas Tegalsari, dan perangkat Desa Karangmulyo sebagai bentuk nyata kolaborasi lintas sektor dalam mendukung tujuan pembangunan berkelanjutan (*Sustainable Development Goals*) khususnya poin ketiga, yaitu *Good Health and Well-being*. Melalui dokumentasi kegiatan tersebut, tampak bahwa proses pengabdian tidak hanya berorientasi pada penyampaian pengetahuan teoritis, tetapi juga pada pembentukan perilaku sehat melalui interaksi sosial yang edukatif.



(a)

(b)

Gambar 2. (a) Halaman luar leaflet, (b) Halaman dalam leaflet

Leaflet ini berfungsi sebagai media komunikasi dan promosi kesehatan yang dikembangkan oleh tim mahasiswa KKN Universitas Airlangga untuk mendukung penyuluhan gizi seimbang dan praktik pengolahan pangan lokal bergizi. Secara visual, gambar (a) menggambarkan halaman luar *leaflet*, sedangkan gambar (b) menunjukkan halaman dalam *leaflet* yang berisi informasi edukatif mengenai prinsip pemberian MP-ASI, nilai gizi bahan pangan lokal, serta ajakan untuk berpartisipasi aktif dalam praktik gizi seimbang di rumah tangga.

Pada gambar (a) memperlihatkan desain yang berorientasi pada *visual learning* dengan penggunaan warna hijau dan kuning yang merepresentasikan kesegaran, kesehatan, serta kearifan pangan lokal. Pada bagian depan *leaflet* tercantum logo Universitas Airlangga dan mitra pelaksana sebagai bentuk legitimasi akademik terhadap kegiatan. Kalimat “Dari Dapur Sehat untuk Balita Hebat” menjadi slogan utama yang menekankan hubungan langsung antara praktik memasak di rumah dengan pencapaian tumbuh kembang anak yang optimal. Di bagian bawahnya terdapat ajakan “Halo Bunda & Kader Hebat!” yang menegaskan peran ibu dan kader sebagai pelaku utama dalam peningkatan status gizi keluarga. Desain ini memperlihatkan pendekatan *behavioral change communication* (BCC), yaitu strategi komunikasi yang dirancang untuk mengubah perilaku masyarakat melalui pesan-pesan positif dan mudah diingat.

Pada halaman luar ini juga ditampilkan *QR code* yang berisi tautan menuju sumber informasi tambahan seperti panduan MP-ASI dan resep berbasis pangan lokal. Inovasi ini menunjukkan bahwa program PANGAN PINTAR tidak hanya mengandalkan penyuluhan konvensional, tetapi juga memanfaatkan teknologi digital untuk memperluas jangkauan edukasi gizi. Informasi tentang manfaat pangan lokal, kandungan gizi, serta alasan mengapa ibu perlu mencoba resep sehat yang disarankan, memberikan dimensi praktis yang relevan bagi kehidupan masyarakat pedesaan. Pesan “Gizi Seimbang, Anak Ceria” yang tertulis di *leaflet* merupakan perwujudan dari visi program PANGAN PINTAR dalam membentuk keluarga yang sadar gizi dan berdaya melalui edukasi berbasis kemandirian pangan.

Sementara itu, gambar (b) menampilkan halaman dalam *leaflet* yang berisi penjelasan lebih mendalam mengenai “Prinsip Pemberian MP-ASI” serta panduan “Ayo Bunda, Masak & Berbagi Ilmu!”. Bagian ini menggambarkan tahapan pemberian MP-ASI yang sesuai usia anak, tekstur makanan, porsi, serta variasi menu untuk memastikan asupan zat gizi makro dan mikro terpenuhi. Desain visual menampilkan kombinasi teks informatif dan ilustrasi makanan yang menarik, sehingga memudahkan peserta untuk memahami isi pesan walaupun dengan tingkat literasi gizi yang beragam.

Selain itu, disertakan juga resep praktis berbahan dasar pangan lokal seperti nasi, sayuran hijau, telur, dan ikan bahan yang mudah ditemukan di Desa Karangmulyo. Pendekatan ini sejalan dengan konsep *local food-based nutrition education*, yang menekankan pentingnya memanfaatkan potensi pangan daerah dalam pemenuhan kebutuhan gizi keluarga.

Elemen visual pada *leaflet* tidak hanya berfungsi sebagai hiasan, melainkan sebagai alat untuk memperkuat *knowledge retention* atau daya ingat masyarakat terhadap pesan gizi. Misalnya, adanya infografis mengenai porsi dan tekstur makanan pada tiap tahap usia anak memberikan panduan praktis yang dapat langsung diterapkan oleh ibu di rumah. Bagian *More Information* di akhir *leaflet* juga memuat kontak dan tautan media sosial tim pelaksana, memperlihatkan upaya keberlanjutan edukasi di luar kegiatan tatap muka. Ini menjadi bukti bahwa program PANGAN PINTAR berorientasi pada *long-term empowerment*, bukan hanya sekadar penyuluhan sesaat.

Keterkaitan antara *leaflet* ini dengan keseluruhan program kerja sangat kuat. Dalam konteks kegiatan penyuluhan dan demo masak MP-ASI yang dijelaskan pada dokumen utama, *leaflet* berperan sebagai output edukatif yang dapat dibawa pulang oleh peserta. Fungsinya

bukan hanya sebagai pengingat materi, tetapi juga sebagai media intervensi perilaku untuk mendorong penerapan gizi seimbang di rumah.

Pembuatan *leaflet* juga menjadi bentuk penerapan ilmu komunikasi kesehatan masyarakat yang berbasis pada pendekatan *participatory design*, di mana isi dan tampilan disusun dengan mempertimbangkan kebutuhan serta karakteristik sasaran, yaitu ibu-ibu muda di wilayah pedesaan dengan tingkat literasi yang beragam. Dengan demikian, gambar *leaflet* PANGAN PINTAR tidak hanya merepresentasikan hasil desain visual, tetapi juga menggambarkan keseluruhan filosofi program yang mengintegrasikan unsur edukasi, partisipasi, dan pemberdayaan.

Melalui media ini, pesan-pesan gizi seimbang dikemas secara kontekstual, mudah dipahami, dan menarik, sehingga mampu menjembatani kesenjangan antara pengetahuan dan praktik gizi dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Desa Karangmulyo. *Leaflet* ini menjadi simbol transformasi edukasi kesehatan modern di tingkat desa menggabungkan pendekatan ilmiah, komunikasi visual, dan nilai-nilai lokal untuk menciptakan masyarakat yang lebih sehat, cerdas, dan mandiri dalam memenuhi kebutuhan gizinya. Kegiatan selanjutnya yaitu pengisian *pre-test* menggunakan Google Form untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan.



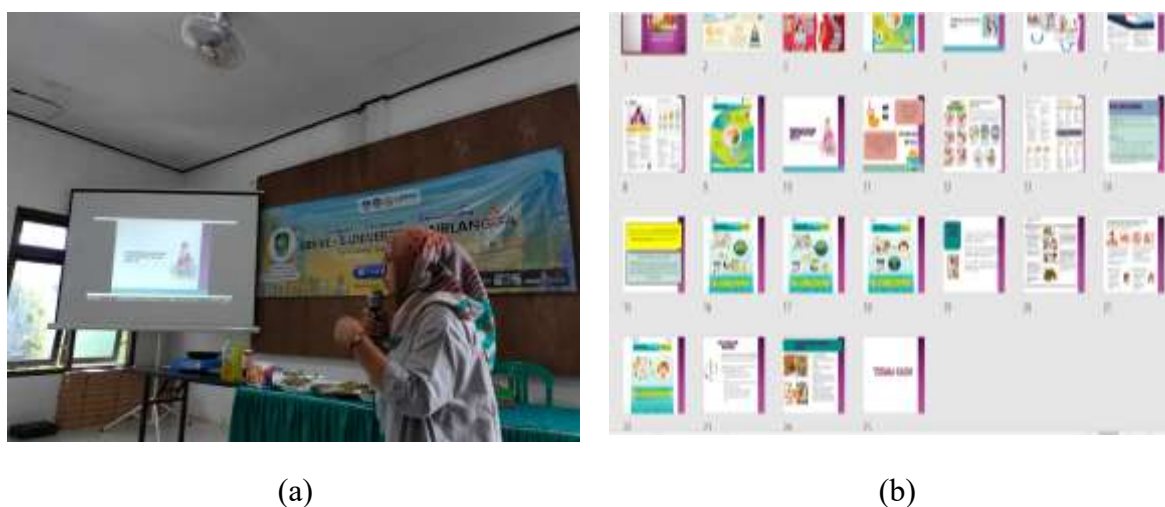
Gambar 3. Pengisian *pre-test* PANGAN PINTAR

Salah satu tahapan penting dalam rangkaian program kerja Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep yang dilaksanakan di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi. Kegiatan ini dilakukan sebelum penyuluhan dimulai, dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal para ibu peserta mengenai konsep gizi seimbang, praktik pemberian MP-ASI (Makanan Pendamping Air Susu Ibu), serta pemanfaatan pangan lokal dalam menu keluarga sehari-hari. Pelaksanaan *pre-test* menggunakan Google Form, seperti yang tertulis pada keterangan gambar, menjadi representasi nyata penerapan teknologi digital dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan *pre-test* ini menjadi titik awal dari proses pembelajaran dua arah yang diusung dalam program PANGAN PINTAR. Melalui tahap ini, tim pelaksana memperoleh gambaran awal mengenai tingkat pemahaman peserta terhadap topik gizi, seperti pentingnya protein

hewani dalam MP-ASI, variasi makanan, hingga pengolahan bahan pangan lokal tanpa kehilangan nilai gizinya. Hasil dari *pre-test* tersebut kemudian digunakan sebagai dasar untuk menyesuaikan penyampaian materi agar lebih kontekstual dan relevan dengan kebutuhan masyarakat Desa Karangmulyo.

Misalnya, apabila hasil *pre-test* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum mengetahui prinsip *Isi Piringku* atau takaran MP-ASI yang sesuai usia, maka materi akan difokuskan pada aspek tersebut selama sesi penyuluhan dan demonstrasi masak. Kemudian setelah kegiatan *pre-test* selesai maka, dilaksanakan penyuluhan mengenai materi “Gizi pada Ibu Hamil dan Pemberian Makanan pada Bayi dan anak (PMBA) oleh ahli gizi Puskesmas Tegalsari”.



Gambar 4. (a) Pemateri ahli gizi Puskesmas Tegalsari, (b) Materi presentasi “Gizi pada Ibu Hamil dan Pemberian Makanan pada Bayi dan anak (PMBA) oleh ahli gizi Puskesmas Tegalsari”

Dalam gambar (a), terlihat seorang narasumber yang merupakan ahli gizi dari Puskesmas Tegalsari sedang memberikan penjelasan di depan peserta. Momen ini mencerminkan sinergi nyata antara akademisi dan tenaga kesehatan lapangan dalam mengedukasi masyarakat desa, sebuah kolaborasi yang menjadi kunci keberhasilan program berbasis pemberdayaan masyarakat. Materi yang disampaikan dalam sesi tersebut mengupas berbagai aspek penting terkait prinsip gizi seimbang pada masa kehamilan, pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), serta cara tepat dalam pemberian MP-ASI sesuai tahapan usia anak.

Dalam gambar (b), slide presentasi yang berisi infografis dan materi visual terkait gizi ibu hamil, kebutuhan zat besi, sumber protein, serta panduan menu seimbang untuk bayi dan balita. Secara substansial, kegiatan penyuluhan oleh ahli gizi ini merupakan manifestasi dari tujuan utama program PANGAN PINTAR, yaitu mengintegrasikan teori nutrisi dengan praktik nyata dalam konteks lokal. Materi “Gizi pada Ibu Hamil dan PMBA” sangat relevan dengan situasi di Desa Karangmulyo yang menurut data Dinas Kesehatan Banyuwangi dan BAPPEDA 2025 masih menghadapi kasus stunting serta tantangan dalam pemenuhan gizi keluarga.

Penyuluhan ini tidak hanya memberikan pemahaman teoritis, tetapi juga membuka ruang diskusi antara peserta dan pemateri, di mana para ibu dapat bertanya secara langsung mengenai masalah gizi yang dihadapi anak mereka, kendala ekonomi dalam pemilihan bahan pangan, serta alternatif pengolahan makanan yang sesuai dengan ketersediaan lokal. Dengan demikian, kegiatan ini menjadi wahana transfer pengetahuan yang kontekstual, partisipatif, dan aplikatif.

Lebih dari sekadar penyampaian materi, kegiatan ini juga menunjukkan penerapan pendekatan *edutainment* dan *behavior change communication (BCC)*, di mana pesan-pesan gizi dikemas dalam bentuk cerita, contoh kasus, dan visual menarik untuk meningkatkan pemahaman peserta. Ahli gizi dari Puskesmas Tegalsari berperan sebagai fasilitator perubahan perilaku, bukan sekadar penyampai informasi. Peserta diberikan contoh konkret tentang bagaimana gizi ibu hamil memengaruhi pertumbuhan janin, bagaimana pemberian MP-ASI yang tepat dapat mencegah stunting, serta bagaimana memanfaatkan bahan pangan lokal seperti ubi, pisang, telur, dan sayur sebagai sumber energi dan protein anak.

Dalam konteks pelaksanaan program kerja, sesi ini memiliki nilai strategis karena memperkuat kolaborasi lintas sektor antara mahasiswa Universitas Airlangga, tenaga kesehatan Puskesmas Tegalsari, kader posyandu, serta pemerintah desa. Dengan menghadirkan tenaga ahli sebagai pemateri, program ini mempertegas posisi PANGAN PINTAR sebagai kegiatan yang tidak hanya berbasis edukasi masyarakat, tetapi juga memiliki dasar ilmiah dan praktik profesional dalam bidang gizi masyarakat. Sinergi tersebut menunjukkan model intervensi kesehatan masyarakat yang komprehensif. Hal ini juga mengintegrasikan pada pemateri ke dua mengenai demo masak MPASI dan pengenalan PANGAN PINTAR yang disampaikan oleh mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat UNAIR.



(a)



(b)

Gambar 5. (a) Pengenalan PANGAN PINTAR dan demo masak, (b) Materi presentasi PANGAN PINTAR

Rangkaian kegiatan merupakan representasi nyata dari pelaksanaan program kerja unggulan PANGAN PINTAR (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep) di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi. Program ini menjadi manifestasi langsung dari upaya pengabdian masyarakat berbasis edukasi gizi yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu balita mengenai pengolahan makanan bergizi seimbang dengan memanfaatkan potensi bahan pangan lokal.

Pada gambar bagian kiri (a), terlihat kegiatan pengenalan PANGAN PINTAR dan demo masak MP-ASI yang dilaksanakan di Balai Desa Karangmulyo. Kegiatan ini

menghadirkan mahasiswa pelaksana program bersama tenaga kesehatan dari Puskesmas Tegalsari sebagai narasumber. Dalam momen tersebut, salah satu mahasiswa memperagakan cara memasak menu MP-ASI bergizi menggunakan bahan sederhana namun bernutrisi tinggi seperti ikan, telur, sayuran, dan nasi tim. Sementara di belakang terlihat layar proyektor yang menampilkan materi presentasi gizi seimbang, yang menjadi panduan utama selama kegiatan berlangsung. Demo masak ini bukan sekadar pertunjukan kuliner, tetapi dirancang sebagai metode pembelajaran aktif bagi para ibu untuk memahami prinsip pemenuhan gizi anak pada masa 1.000 hari pertama kehidupan masa yang sangat krusial untuk mencegah stunting.

Sedangkan gambar bagian kanan (b) memperlihatkan materi presentasi PANGAN PINTAR yang digunakan dalam kegiatan sosialisasi dan pelatihan. Materi yang ditampilkan mencakup topik gizi seimbang, pentingnya MP-ASI, konsep Isi Piringku, serta edukasi mengenai kandungan energi, protein, dan lemak dari menu MP-ASI yang dipraktikkan. Salah satu resep yang didemonstrasikan adalah nasi tim ikan, telur, dan sayuran, dengan komposisi 5 sendok nasi, 2 butir telur puyuh, 1 sendok makan ikan, 2 sendok tomat cincang, dan 1 sendok sawi hijau, dimasak dengan kaldu ayam. Resep ini menggambarkan prinsip gizi seimbang yang sederhana namun padat nutrisi, sesuai dengan kebutuhan bayi dan balita. Setelah pemaparan materi yang kedua dilanjutkan oleh kuis berhadiah untuk 3 orang pemenang. Hadiah yang diberikan tersebut berisi paket peralatan rumah tangga dan kalender “LENTERA GIZI 2025”.



(a)



(b)



(c)



(d)



(e)



(f)

Gambar 6. (a) Pelaksanaan kuis berhadiah, (b) Desain kalender yang diberikan, (c) Pemberian hadiah kuis 1, (d) Pemberian hadiah kuis 2, (e) Pemberian hadiah kuis 3, (f) Pemberian hadiah kepada pemateri

Pada gambar bagian kiri (a), tampak suasana sesi kuis interaktif dan evaluasi kegiatan yang diadakan setelah penyampaian materi gizi dan demo masak MP-ASI selesai dilaksanakan. Dalam momen ini, peserta yang terdiri dari ibu-ibu balita duduk berkelompok dengan penuh perhatian, sementara fasilitator dari tim mahasiswa dan narasumber tenaga gizi memandu jalannya kuis. Kegiatan ini menjadi bentuk pendekatan *edutainment* sebuah metode pembelajaran yang menggabungkan unsur edukasi dan hiburan.

Melalui kuis, peserta diajak untuk mengingat kembali materi yang telah disampaikan, seperti konsep 1.000 hari pertama kehidupan, pentingnya MP-ASI, dan prinsip “Isi Piringku” yang sesuai dengan kebutuhan usia anak. Antusiasme peserta terlihat jelas dari ekspresi dan interaksi yang hidup, mereka berlomba menjawab pertanyaan dengan cepat karena tiga peserta tercepat akan mendapatkan hadiah berupa paket peralatan rumah tangga dan kalender edukatif “Lentera Gizi 2025”.

Sementara itu, gambar bagian kanan (b) memperlihatkan dokumentasi dari kalender “Lentera Gizi 2025”, yang merupakan hasil inovasi media promosi kesehatan. Kalender tersebut dirancang dengan tampilan visual berwarna cerah, ilustratif, dan mudah dipahami oleh masyarakat umum. Setiap lembar kalender memuat pesan-pesan edukatif seputar gizi seimbang, porsi ideal “Isi Piringku”, tips penyajian MP-ASI, serta anjuran pola makan sehat bagi keluarga.

Media ini bukan hanya berfungsi sebagai alat bantu visual selama kegiatan, tetapi juga sebagai bentuk tindak lanjut (*follow-up media*) yang dapat digunakan masyarakat secara berkelanjutan di rumah. Dengan demikian, pesan gizi yang disampaikan tidak berhenti pada saat kegiatan berlangsung, melainkan terus diingat melalui penggunaan kalender sehari-hari. Pada gambar (c), (d), (e), (f) melakukan sesi dokumentasi kepada penerima hadiah di rangkaian kegiatan PANGAN PINTAR. Tahap terakhir dari rangkaian kegiatan yaitu kegiatan *post-test* yang dilakukan oleh semua peserta yang hadir.



(a)



(b)

Gambar 7. (a) Pemandu sesi *post-test* sekaligus penutup acara, (b) Foto bersama

Sesi *post-test* dalam rangkaian kegiatan PANGAN PINTAR (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep) merupakan bagian penting dari tahap evaluasi akhir yang berfungsi untuk mengukur sejauh mana peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta setelah mengikuti seluruh kegiatan pelatihan, mulai dari penyuluhan materi gizi, demo masak MP-ASI, hingga sesi kuis interaktif. Kegiatan ini tidak hanya menjadi alat ukur formal, tetapi juga menjadi refleksi keberhasilan metode edukatif yang diterapkan oleh mahasiswa KKN BBK 6 Universitas Airlangga di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi.

Pelaksanaan *post-test* dilakukan setelah seluruh rangkaian kegiatan inti selesai, ketika peserta sudah mendapatkan penjelasan menyeluruh mengenai konsep gizi seimbang, prinsip Isi Piringku, pentingnya 1.000 hari pertama kehidupan, serta praktik pengolahan bahan pangan lokal menjadi menu sehat. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa membagikan tautan Google Form berisi sejumlah pertanyaan pilihan ganda yang telah disusun berdasarkan materi yang sebelumnya disampaikan oleh narasumber ahli gizi dari Puskesmas Tegalsari dan pemateri mahasiswa. Pertanyaan tersebut mencakup aspek pengetahuan dasar gizi, pemahaman tentang MP-ASI, serta penerapan prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari.

Suasana pelaksanaan *post-test* berlangsung kondusif dan penuh semangat. Para ibu balita yang menjadi peserta tampak antusias menjawab setiap pertanyaan, menunjukkan keterlibatan aktif dan rasa ingin tahu yang tinggi. Berbeda dengan *pre-test* yang menggambarkan kondisi pengetahuan awal, *post-test* ini menjadi bukti nyata adanya peningkatan pemahaman setelah melalui proses pembelajaran yang menyenangkan. Berdasarkan observasi mahasiswa dan hasil rekapitulasi jawaban, terlihat adanya peningkatan signifikan pada aspek pemahaman konsep dasar gizi, seperti kapan waktu yang tepat untuk pemberian MP-ASI, komposisi makanan yang seimbang, serta contoh bahan pangan lokal yang dapat diolah menjadi sumber karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral bagi anak-anak.

Hasil jawaban *pre-test* dan *post-test* peserta diolah menggunakan SPSS versi 18. Dibandingkan jawaban sebelum mendengarkan materi dan sebelum mendengarkan materi. Ada 25 orang yang mengisi *pretest*, namun dari ke-25 orang tersebut hanya 13 diantaranya yang mengisi *post-test* sehingga digunakan data ke-13 orang tersebut untuk mengukur tingkat pemahaman peserta.

Tabel 2. Gambaran deskriptif hasil

Jenis Tes	Rata-rata	Minimum	Maksimum	Standar Deviasi
Pres-test	86.92	70	100	10.316
Post-test	99.23	90	100	2.774

Didapatkan rata-rata *pre-test* ke-13 peserta yang mengerjakan kedua tes sebanyak 86.92 dan rata-rata *post-test* ke-13 peserta yang mengerjakan kedua tes sebanyak 99.23.

Tabel 3. Test normalitas Shapiro-Wilk

Jenis Tes	Statistik	Sig.
Pre-test	0.888	0.093
Post-test	0.311	0.000

Data nilai peserta dicek normalitas sebagai syarat penggunaan statistik independent t-test. Digunakan Shapiro-Wilk karena data dibawah 50. Terlihat data *pre-test* normal ($p > 0.05$) dengan nilai sig. sebesar 0.093 dan data *post-test* tidak normal dengan nilai sig. sebesar 0.000. Oleh karena salah satu kelompok tidak normal, maka digunakan uji statistik non-parametrik *Mann-Whitney*.

Tabel 4. Uji Statistik Mann-Whitney

Mann-Whitney U	23.500
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.000

Berdasarkan hasil uji non-parametrik Mann-Whitney didapatkan nilai sig. sebesar 0.000 ($p < 0.05$) yang berarti ada perbedaan signifikan antar data nilai *pre-test* dan *post-test*. Ini menandakan ada perubahan tingkat pemahaman peserta sebelum dan sesudah menerima materi.

Evaluasi tiap pertanyaan

Pertanyaan ke-1, “Ikan apa yang terkenal dengan kandungan proteinnya yang tinggi dan sering direkomendasikan untuk pola makan sehat?”

Tabel 5. Jawaban pertanyaan ke-1

Jawaban	Jumlah pada pre-test	Jumlah pada post-test
Ikan Lele	2 (15,38%)	0 (0%)
Ikan Kembung	10 (76,92%)	13 (100%)
Ikan Patin	1 (7,69%)	0 (0%)
Ikan Mujair	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “ikan kembung”. Pada *pre-test* peserta yang menjawab “ikan kembung” hanya sebesar 10 dari 13 peserta (76,92%). Sedangkan pada *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “ikan kembung”. Pertanyaan ke-2, “Berapa nilai Energi dari Menu MPASI RESEP NASI TIM, IKAN, TELUR, SAYURAN?”

Tabel 6. Jawaban pertanyaan ke-2

Jawaban	Jumlah pada pre-tes	Jumlah pada pre-tes
100 kkal	1 (7,69%)	0 (0%)
120 kkal	7 (53,84%)	0 (0%)
186,3 kkal	5 (38,46%)	13 (100%)
50 kkal	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “186,3 kkal”. Pada *pre-test* peserta yang menjawab “186,3 kkal” hanya sebesar 5 dari 13 peserta (38,46%). Sedangkan pada *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “186,3 kkal”. Pertanyaan ke-3, “Apa pentingnya memberikan MPASI yang bergizi lengkap kepada balita?”

Tabel 7. Jawaban pertanyaan ke-3

Jawaban	Jumlah pada Pre-test	Jumlah Pada post-test
Agar anak bisa makan lebih banyak	0 (0%)	0 (0%)
Untuk melengkapi kebutuhan nutrisi setelah Asi	12 (92,30%)	13 (100%)
Supaya anak tidak rewel saat makan	0 (0%)	0 (0%)
Karena MPASI Adalah makanan utama	1 (7,69%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	0 (0%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Untuk melengkapi kebutuhan nutrisi setelah ASI”. Pada *pre-test* peserta yang menjawab “Untuk melengkapi kebutuhan nutrisi setelah ASI” hanya sebesar 12 dari 13 peserta (92,30%). Sedangkan pada *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “Untuk melengkapi kebutuhan nutrisi setelah ASI”. Pertanyaan ke-4, “Komponen utama yang harus ada dalam MPASI adalah”

Tabel 8. Jawaban pertanyaan ke-4

Jawaban	Jumlah pada pre-test	Jumlah pada post-test
Karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral	12 (92,30%)	13 (100%)
Karbohidrat, lemak, dan gula tambahan	0 (0%)	0 (0%)
Buah, susu, dan makanan cepat saji	1 (7,69%)	0 (0%)
Sayur, gula, dan susu formula	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral”. Pada *pre-test* peserta yang menjawab “Karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral” hanya sebesar 12 dari 13 peserta (92,30%). Sedangkan pada *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “Karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral”. Pertanyaan ke-5, “Apa yang dilakukan Ibu untuk memastikan anaknya menyukai makan sayur dan buah?”

Tabel 9. Jawaban pertanyaan ke-5

Jawaban	Jumlah pada pre-test	Jumlah pada post-test
Memberikan secara terpisah	1 (7,69%)	1 (7,69%)
Memasukkan sayur dan buah dalam MPASI sejak dini	10 (76,92%)	12 (92,30%)
Memaksa anak untuk makan sayur dan buah	1 (7,69%)	0 (0%)

Jawaban	Jumlah pada <i>pre-test</i>	Jumlah pada <i>post-test</i>
Membuat jus buah setiap hari	1 (7,69%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Memasukkan sayur dan buah dalam MPASI sejak dini”. Pada *pre-test* peserta yang menjawab “Memasukkan sayur dan buah dalam MPASI sejak dini” hanya sebesar 10 dari 13 peserta (76,92%). Sedangkan pada *post-test* 12 dari 13 peserta (92,30%) menjawab “Memasukkan sayur dan buah dalam MPASI sejak dini”. Pertanyaan ke-6, “Apa yang dianjurkan Tenaga Kesehatan agar makanan bergizi tetap terjangkau?”

Tabel 10. Jawaban pertanyaan ke-6

Jawaban	Jumlah pada <i>pre-test</i>	Jumlah pada <i>post-test</i>
Membeli bahan makanan impor	0 (0%)	0 (0%)
Memasak dengan bahan lokal yang murah dan kaya nutrisi	13 (100%)	13 (100%)
Mengandalkan makanan instan untuk anak-anak	0 (0%)	0 (0%)
Mengganti MPASI dengan susu formula	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Memasak dengan bahan lokal yang murah dan kaya nutrisi”. Pada *pre-test* dan *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “Memasak dengan bahan lokal yang murah dan kaya nutrisi”. Pertanyaan ke-7, “Mengapa minyak kelapa ditambahkan dalam resep Nasi Tim?”

Tabel 11. Jawaban pertanyaan ke-7

Jawaban	Jumlah pada <i>pre-test</i>	Jumlah pada <i>post-test</i>
Untuk meningkatkan rasa manis pada makanan	0 (0%)	0 (0%)
Sebagai sumber lemak sehat untuk balita	13 (100%)	13 (100%)
Agar makanan lebih cepat matang	0 (0%)	0 (0%)
Supaya makanan tidak lengket di piring	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Sebagai sumber lemak sehat untuk balita”. Pada *pre-test* dan *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “Sebagai sumber lemak sehat untuk balita”. Pertanyaan ke-8, “Apa fungsi ikan kembung dalam resep MPASI ini?”

Tabel 12. Jawaban pertanyaan ke-8

Jawaban	Jumlah pada <i>pre-test</i>	Jumlah pada <i>post-test</i>
Menambahkan rasa pedas	0 (0%)	0 (0%)
Sebagai sumber protein dan omega-3 untuk pertumbuhan anak	13 (100%)	13 (100%)
Memberi warna pada makanan	0 (0%)	0 (0%)
Mengurangi kandungan air dalam makanan	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Sebagai sumber protein dan omega-3 untuk pertumbuhan anak”. Pada *pre-test* dan *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “Sebagai sumber protein dan omega-3 untuk pertumbuhan anak”. Pertanyaan ke-9, “Apa bahan utama yang digunakan dalam membuat Nasi Tim, Ikan, Telur, Sayuran?”

Tabel 13. Jawaban pertanyaan ke-9

Jawaban	Jumlah pada <i>pre-test</i>	Jumlah pada <i>post-test</i>
Nasi, telur puyuh, ikan kembung, sayur, dan kaldu ayam	12 (92,30%)	0 (0%)
Nasi, ikan lele, tomat, dan santan	0 (0%)	0 (0%)
Beras mentah, telur ayam, sawi hijau, dan susu	1 (7,69%)	13 (100%)
Bubur instan, ikan tongkol, dan gula	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Nasi, telur puyuh, ikan kembung, sayur, dan kaldu ayam”. Pada *pre-test* peserta yang menjawab “Nasi, telur puyuh, ikan kembung, sayur, dan kaldu ayam” hanya sebesar 12 dari 13 peserta (7,69%). Sedangkan pada *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “Nasi, telur puyuh, ikan kembung, sayur, dan kaldu ayam”. Pertanyaan ke-10, “Apa tujuan diadakannya kegiatan demo masak dan pentas seni dengan topik masalah gizi pada bayi dan balita?”

Tabel 14. Jawaban pertanyaan ke-10

Jawaban	Jumlah pada <i>pre-test</i>	Jumlah pada <i>post-test</i>
Untuk menghibur warga desa tanpa pesan khusus	0 (0%)	0 (0%)
Memberikan informasi dan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang untuk bayi dan balita	13 (100%)	13 (100%)
Memperkenalkan makanan mahal untuk balita	0 (0%)	0 (0%)
Meningkatkan minat ibu-ibu desa pada kegiatan seni budaya	0 (0%)	0 (0%)
Total	13 (100%)	13 (100%)

Jawaban benar pada pertanyaan ini adalah “Memberikan informasi dan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang untuk bayi dan balita”. Pada *pre-test* dan *post-test* 13 dari 13 peserta (100%) menjawab “Memberikan informasi dan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang untuk bayi dan balita”.

KESIMPULAN

Program PANGAN PINTAR (Pelatihan Integrasi Nutrisi dan Tata Resep) yang dilaksanakan di Desa Karangmulyo, Kecamatan Tegalsari, Kabupaten Banyuwangi, berhasil menjadi model edukasi gizi berbasis masyarakat yang efektif dan aplikatif. Melalui pendekatan *edutainment* yang menggabungkan teori gizi, demonstrasi masak berbasis bahan pangan lokal, serta penggunaan media promosi kesehatan, kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan ibu-ibu balita dalam mengelola makanan bergizi seimbang untuk keluarga. Hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai pentingnya 1.000 hari pertama kehidupan, prinsip Isi Piringku, serta penerapan MP-ASI yang sesuai usia anak.

Selain aspek edukatif, program ini juga memperkuat kolaborasi lintas sektor antara mahasiswa Universitas Airlangga, tenaga kesehatan Puskesmas Tegalsari, kader posyandu, dan pemerintah desa sebagai upaya sinergis dalam pencegahan stunting. Pemanfaatan bahan pangan lokal seperti ikan, telur, sayuran, dan hasil pertanian desa menjadi bentuk nyata kemandirian pangan sekaligus dukungan terhadap ketahanan pangan berkelanjutan. Dengan demikian, PANGAN PINTAR tidak hanya berperan sebagai kegiatan pengabdian temporer, tetapi juga sebagai strategi pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan keluarga dan mendukung pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan (*SDGs*) terutama poin ke-3, *Good Health and Well-being*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrida, B. R., & Aryani, N. P. (2022). Hubungan stunting terhadap perkembangan motorik balita. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1). <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i1.1846>
- Arifuddin, A., Prihatni, Y., Setiawan, A., Wahyuni, R. D., Nur, A. F., Dyastuti, N. E., & Arifuddin, H. (2023). Epidemiological model of stunting determinants in Indonesia. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2). <https://doi.org/10.22487/htj.v9i2.928>
- Budury, S., Purwanti, N., & Fitriyani, A. (2022). Edukasi tentang stunting dan pemanfaatan puding daun kelor dalam mencegah stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(10). <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.6896>
- Cahaya, A. (2024, February 1). *Tips Pemkab Banyuwangi turunkan angka stunting pada 2024*. Times Indonesia. <https://timesindonesia.co.id/kesehatan/485234/tips-pemkab-banyuwangi-turunkan-angka-stunting-pada-2024>
- Dinas Kominfo Provinsi Jawa Timur. (2022). *BKKBN dukung penuh program Banyuwangi tanggap stunting*. <https://kominfo.jatimprov.go.id/berita/bkkbn-dukung-penuh-program-banyuwangi-tanggap-stunting>
- Fundrika, B. A. (2023, September 5). *Turunkan angka stunting, program Isi Piringku di Banyuwangi terus digenjot*. Suara.com. <https://www.suara.com/health/2023/09/05/093046/turunkan-angka-stunting-program-isi-piringku-di-banyuwangi-terus-digenjot>
- Haile, B., & Headey, D. (2023). Growth in milk consumption and reductions in child stunting: Historical evidence from cross-country panel data. *Food Policy*, 118, Article 102485. <https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2023.102485>
- Harahap, H., Syam, A., Palutturi, S., Syafar, M., Hadi, A. J., Ahmad, H., Sani, H. A., & Mallongi, A. (2024). Stunting and family socio-cultural determinant factors: A systematic review. *Pharmacognosy Journal*, 16(1). <https://doi.org/10.5530/pj.2024.16.39>
- Hoddinott, J., Alderman, H., Behrman, J. R., Haddad, L., & Horton, S. (2013). The economic rationale for investing in stunting reduction. *Maternal & Child Nutrition*, 9(Suppl. 2). <https://doi.org/10.1111/mcn.12080>
- Kurniawan, R., & Budi, M. (2022). Perancangan UI/UX aplikasi manajemen penelitian dan pengabdian kepada masyarakat menggunakan aplikasi Figma. *Jurnal Sistem Informasi*, 5(1).

- Kurniawati, D., Hastono, S. P., Safika, I., & Wahyuningsih, W. (2025). Geographically weighted regression model of stunting determinants in Indonesia. *Journal of Maternal and Child Health*, 10(3). <https://doi.org/10.26911/thejmch.2025.10.03.02>
- Nugroho, E., Wanti, P. A., Suci, C. W., Raharjo, B. B., & Najib. (2023). Social determinants of stunting in Indonesia. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(4). <https://doi.org/10.15294/kemas.v18i4.40875>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1). <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.253>
- Sayekti, E. S., Ardiana, A., & Susanto, T. (2025). Stunting management: A systematic review. *Nursing Information Journal*, 5(1). <https://doi.org/10.54832/nij.v5i1.1045>
- Siregar, S., Mendoza, M. D., Hutajulu, Y. O., Saputra, F., & Fauzani, A. R. (2025). *Pengabdian kepada masyarakat tahun 2024*. Repository UIN Ar-Raniry. <https://repository.ar-raniry.ac.id>
- UNICEF. (2018). *Child stunting: Causes and impacts on growth*. UNICEF.
- Wahyudi, R. (2018). Pertumbuhan dan perkembangan balita stunting. *Jurnal Keperawatan*, 4(1).
- Wahyuseptiana, Y. I., Aje, D. M., & Ayu, S. P. (2020). *Proposal pengabdian kepada masyarakat*. <https://sirisma.unisri.ac.id>
- Yuliarni, S. J., Amayu, R., Sari, M. A., Alamsyah, M., Fadhlani, A. A., & Hasyim, H. (2023). Stunting as a health problem in developing countries: A systematic literature review. *Community Medicine and Education Journal*, 4(3). <https://doi.org/10.37275/cmej.v4i3.403>