

## **Pentingnya Gizi Balita dan Praktik Pembuatan Bubur Jagung Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Teloyo, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Klaten**

**Muhammad Irfan Arifai<sup>1</sup>, Sani Khoirunnisa Novidya Romadhoni<sup>2</sup>, Farhah Kamila Rosyidi<sup>3</sup>, Husna Auliya<sup>4</sup>, Irza Fahrur Rohim<sup>5</sup>, Hamiidah Mutmainah<sup>6</sup>, Zulfa Nur Ash Sholihah<sup>7</sup>, Ika Suryani<sup>8</sup>, Halima Anjayani<sup>9</sup>, Abimanyu Pamungkas<sup>10</sup>, Shofiyah Alif Hanifah<sup>11</sup>, Apriliya Dita Nurmawati<sup>12</sup>**

*<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12</sup> UIN Raden Mas Said Surakarta, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Muhammad Irfan Arifai

**E-mail:** [muhirfanarifai04@gmail.com](mailto:muhirfanarifai04@gmail.com)

### **Abstrak**

*Program edukasi gizi balita dan praktik pembuatan bubur jagung di Desa Teloyo dilaksanakan sebagai wujud pengabdian mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) dalam mendukung pencegahan stunting di tingkat desa. Kegiatan bertujuan meningkatkan pemahaman ibu balita tentang gizi seimbang dan pemanfaatan bahan pangan lokal. Dilaksanakan pada 25 Juli 2025 di Polindes Desa Teloyo, kegiatan ini melibatkan bidan desa, tenaga pendukung dan ibu pendamping balita. Metode pelaksanaan mencakup penyampaian materi interaktif dan praktik langsung pembuatan bubur jagung. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan serta keterampilan peserta dalam mengolah bahan lokal menjadi makanan bergizi. Kegiatan ini juga mempererat hubungan sosial dan menumbuhkan semangat kebersamaan, sekaligus menjadi contoh nyata edukasi sederhana yang efektif untuk pencegahan stunting di tingkat desa.*

**Kata kunci** - edukasi gizi, bubur jagung, balita, pencegahan stunting

### **Abstract**

*The toddler nutrition education program and corn porridge making practice in Teloyo Village was carried out as a form of community service by students participating in the Community Service Program (KKN) to support stunting prevention at the village level. The activity aimed to improve mothers' understanding of balanced nutrition and the use of local food ingredients. Held on July 25, 2025, at the Teloyo Village Health Center, the activity involved village midwives, support staff and mothers accompanying their toddlers. The implementation method included interactive material delivery and hands-on corn porridge making practice. The results showed an increase in participants' knowledge and skills in processing local ingredients into nutritious food. This activity also strengthened social relationships and fostered a spirit of togetherness, while serving as a concrete example of simple yet effective education for stunting prevention at the village level.*

**Keywords** - nutrition education, corn porridge, toddlers, stunting prevention

## **PENDAHULUAN**

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan pada anak yang ditandai dengan tinggi badan lebih rendah dari standar usianya (Imeldawati, 2025). Menurut kriteria WHO yang dikutip dalam laman Kemenkes (2022), anak dikategorikan stunting apabila tinggi atau panjang badannya berada di bawah dua standar deviasi ( $<-2$  SD) dari kurva pertumbuhan. Masa balita merupakan periode emas (*golden age*) yang menentukan kualitas pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan daya tahan tubuh anak di masa depan Kemenkes (2023). Pada masa ini, pemenuhan gizi seimbang yang mencakup karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang optimal serta mencegah berbagai penyakit (Wandini et al., 2022).

Sayangnya, banyak wilayah pedesaan di Indonesia, masih ditemukan kasus gizi kurang pada balita akibat pola makan yang tidak seimbang. Hal ini dapat dipicu oleh kurangnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya gizi seimbang serta keterbatasan dalam mengakses bahan pangan bergizi. Edukasi gizi menjadi salah satu strategi penting untuk mencegah masalah gizi kurang dan stunting pada balita. Kegiatan penyuluhan dan pendampingan di tingkat desa, khususnya di posyandu atau polindes, terbukti mampu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu balita dalam menyediakan menu sehat sehari-hari (Pusmaika et al., 2024).

Indonesia masih menghadapi tantangan tingginya angka stunting. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, angka stunting nasional turun dari 21,5% pada 2023 menjadi 19,8%, melampaui target 20,1% (Kemenkes, 2025). Pemerintah menargetkan penurunan hingga 14,2% pada 2029, terutama di enam provinsi dengan kasus tertinggi (Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Sumatera Utara, Nusa Tenggara Timur dan Banten). Meski menurun, stunting tetap menjadi masalah serius akibat kekurangan gizi kronis dan pola makan yang kurang tepat. Upaya penanganan dilakukan melalui perbaikan gizi sejak kehamilan, peningkatan layanan Posyandu, pemberian makanan tambahan dan ASI eksklusif. Selain itu, penyuluhan gizi seimbang berbasis bahan pangan lokal menjadi salah satu solusi efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat (Kartika et al., 2021).

Upaya peningkatan pengetahuan gizi juga penting diterapkan di tingkat desa. Berdasarkan data Desa Teloyo, jumlah balita usia 0-3 tahun mencapai 160 orang atau sekitar 3,53% dari total penduduk. Angka ini menunjukkan bahwa kelompok balita memiliki proporsi yang signifikan dan perlu perhatian khusus terhadap pemenuhan gizi seimbang. Salah satu bentuk dukungan terhadap program pemerintah dalam penurunan stunting diwujudkan melalui Program Kerja Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kelompok 289 Desa Teloyo, UIN Raden Mas Said Surakarta yang berfokus pada edukasi gizi dan praktik pembuatan makanan bergizi berbahan pangan lokal, yaitu jagung.

Jagung merupakan bahan pangan lokal yang kaya nutrisi, mengandung karbohidrat (18,7 g/100 g), protein, lemak, vitamin (A, B kompleks dan C), serta mineral penting seperti zat besi, fosfor dan magnesium (Halodoc, 2022). Pemanfaatan jagung sebagai bahan utama pembuatan bubur balita menjadi langkah strategis untuk memadukan kearifan lokal dengan kebutuhan gizi modern. Melalui kegiatan KKN yang menggabungkan edukasi gizi balita dan praktik pembuatan bubur jagung, diharapkan dapat meningkatkan kualitas kesehatan balita di Desa Teloyo. Kegiatan ini juga memberikan manfaat berkelanjutan karena ibu-ibu tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis dalam mengolah bahan pangan lokal di rumah.

## **METODE**

### **Sasaran Kegiatan**

Sasaran utama kegiatan adalah ibu-ibu yang memiliki balita di Desa Teloyo, Kecamatan Wonosari, Kabupaten Klaten. Peserta terdiri dari ibu pendamping balita, bidan desa, tenaga pendukung bidan dan balita itu sendiri. Kegiatan ini melibatkan sekitar 15 balita dari total 160 balita di desa, dengan tujuan meningkatkan pemahaman orang tua mengenai gizi seimbang dan stunting, serta memberikan keterampilan praktis pembuatan makanan bergizi berbahan lokal.

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

### **Inovasi Kegiatan**

Inovasi yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah praktik pembuatan bubur jagung sebagai alternatif makanan tambahan bergizi untuk balita. Pemilihan jagung didasarkan pada ketersediaan lokal dan kandungan nutrisinya yang kaya akan karbohidrat, serat, vitamin dan mineral.

### **Metode Pelaksanaan**

Metode inovasi dilakukan melalui dua sesi. Pertama, Penyampaian Materi. Jadi, para ibu-ibu mendapatkan materi edukasi tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting yang disampaikan oleh tim KKN yang didampingi bidan desa. Penyampaian dilakukan secara interaktif, disertai sesi tanya jawab untuk memastikan pemahaman peserta. Kedua, Praktik Pembuatan Bubur Jagung. Peserta diajak langsung dalam praktik pembuatan bubur jagung. Selama praktik, Kegiatan berlangsung kondusif dan antusias, bahkan beberapa balita bahkan meminta menambah bubur jagung.

### **Evaluasi Kegiatan**

Untuk mengetahui sejauh mana kegiatan mencapai tujuannya, dilakukan kuis singkat pada akhir kegiatan oleh bidan desa dan mahasiswa KKN. Kuis ini bertujuan menilai tingkat pemahaman peserta terhadap materi gizi seimbang dan pencegahan stunting yang telah disampaikan. Hasil kuis digunakan sebagai dasar evaluasi efektivitas penyuluhan dan pendekatan yang diterapkan selama kegiatan. Analisis hasil dilakukan secara deskriptif kualitatif untuk menggambarkan tingkat pemahaman peserta serta respon mereka terhadap metode penyampaian materi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan edukasi gizi balita dan praktik pembuatan bubur jagung di Desa Teloyo dilaksanakan pada tanggal 25 Juli 2025 di Polindes setempat dengan suasana yang kondusif dan partisipatif. Dari total 160 balita di desa, tercatat sekitar 15 balita hadir bersama ibu pendamping mereka. Adanya bidan desa dan tenaga pendukung membuat informasi yang diberikan lebih meyakinkan dan mudah diterima oleh peserta. Para ibu-ibu terlihat antusias sejak sesi awal, ditampilkan dengan perhatian penuh saat menyampaikan materi dan interaksi aktif melalui pertanyaan.

Sesi penyampaian materi membahas konsep gizi seimbang, pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan, serta hubungan antara kekurangan gizi dengan risiko stunting. Materi yang diberikan disusun berdasarkan Buku Saku Kader Pintar Cegah Stunting yang diterbitkan oleh Kemenkes (2020) dan difokuskan pada pemenuhan gizi balita usia 0-3 tahun. Selanjutnya, pada sesi praktik pembuatan bubur jagung menjadi bagian yang paling diminati peserta. Jagung dipilih bukan hanya karena ketersediaannya secara lokal, tetapi juga kandungan nutrisinya yang kaya karbohidrat, serat, vitamin A, B kompleks, C, serta mineral seperti zat besi, fosfor dan magnesium (Halodoc, 2022).

Selama kegiatan praktik, mahasiswa KKN terlebih dahulu mendemonstrasikan cara mengolah jagung menjadi bubur bergizi yang dapat dikonsumsi oleh seluruh balita yang hadir. Setelah itu, para ibu balita diberi kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung pembuatan bubur jagung sesuai panduan yang telah diberikan.



**Gambar 1.**

Penyampaian Materi Oleh Mahasiswa KKN



**Gambar 2.**

Praktik Pembuatan Bubur Jagung

Hasil pengamatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu-ibu dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan tambahan yang bergizi. Beberapa peserta mengakui baru mengetahui bahwa jagung dapat menjadi sumber zat besi yang bermanfaat bagi perkembangan otak anak. Pengetahuan ini sejalan dengan pandangan WHO (2020) yang menegaskan bahwa kekurangan zat besi pada anak dapat menurunkan kemampuan berpikir dan belajar. Selain itu, menurut Alfarisi et al. (2019), status gizi ibu hamil yang baik juga merupakan faktor penting dalam mencegah stunting. Dengan demikian, edukasi ini tidak hanya bermanfaat bagi ibu yang memiliki balita, tetapi juga bagi calon ibu di masa mendatang.

Kegiatan ini juga memberikan dampak sosial yang positif. Interaksi antarpeserta selama praktik menciptakan suasana belajar bersama, di mana ibu-ibu saling berbagi pengalaman dalam mengolah dan menyajikan bubur jagung hasil praktik bagi balita. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa proses belajar tidak hanya terjadi secara satu arah, tetapi juga melalui pertukaran pengalaman antarpeserta. Hal ini sejalan dengan temuan Wigati et al. (2023) yang menyebutkan bahwa interaksi sosial dalam kegiatan edukasi gizi dapat memperkuat penerapan pengetahuan di rumah, karena ibu-ibu lebih termotivasi setelah melihat praktik edukasi gizi secara langsung.

Selain itu, hasil evaluasi melalui kuis singkat menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu-ibu mengenai gizi seimbang dan manfaat jagung. Sebagian besar peserta mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh bidan desa dan mahasiswa KKN dengan benar, menandakan bahwa materi dapat terserap dengan baik. Hasil ini sejalan dengan temuan Ramadhan et al. (2021), yang menyatakan bahwa pelatihan singkat dengan metode interaktif dapat meningkatkan pengetahuan kader posyandu dan ibu balita dalam waktu relatif singkat.

Meskipun hasil kegiatan menunjukkan dampak positif, cakupannya masih terbatas karena baru menjangkau sebagian kecil balita di desa. Harapannya, kegiatan serupa dapat dikembangkan dengan menjangkau lebih banyak keluarga dan melibatkan kader posyandu secara berkelanjutan agar dampaknya lebih luas. Secara keseluruhan, kegiatan KKN ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita, tetapi juga memperkuat semangat kebersamaan dalam mewujudkan gizi seimbang di masyarakat. Pendekatan edukasi yang disertai praktik langsung, dukungan tenaga kesehatan dan pemanfaatan bahan pangan lokal seperti jagung dapat menjadi model sederhana namun efektif untuk pencegahan stunting di tingkat desa.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan edukasi gizi balita dan melakukan pembuatan bubur jagung di Desa Teloyo terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita. Materi yang disampaikan secara interaktif, dipadukan dengan praktik langsung, mampu memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting. Pemanfaatan bahan pangan lokal seperti jagung tidak hanya mendukung ketahanan pangan desa, tetapi juga memberikan alternatif makanan tambahan yang bergizi, terjangkau dan mudah dibuat di rumah.

Agar dampak dari kegiatan ini lebih luas, diharapkan untuk menyertakan program edukasi gizi dan praktik pembuatan makanan bergizi ini ke dalam agenda rutin posyandu atau kegiatan desa. Selain itu, diperlukan pelatihan lanjutan dengan variasi resep berbahan lokal lainnya, sehingga ibu balita memiliki lebih banyak pilihan menu sehat. Pelibatan kader posyandu dan tokoh masyarakat juga penting untuk memastikan keberlanjutan program dan memperkuat upaya pencegahan stunting di Desa Teloyo secara berkelanjutan.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Kelompok 289 Desa Teloyo, UIN Raden Mas Said Surakarta, dapat terlaksana dengan lancar sesuai dengan tujuan yang telah direncanakan. Keberhasilan

kegiatan ini tidak terlepas dari kerja sama, dukungan dan partisipasi berbagai pihak. Dengan penuh rasa hormat, kami menyampaikan terima kasih kepada:

1. Mayana Ratih Permatasari, M.Si., selaku Dosen Pembimbing Lapangan, yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi selama proses pelaksanaan kegiatan.
2. Pemerintah Desa Teloyo, beserta seluruh perangkat desa, tokoh masyarakat dan kader posyandu yang telah memberikan sambutan hangat serta dukungan penuh selama kegiatan berlangsung.
3. Warga Desa Teloyo, khususnya para ibu balita, atas antusiasme dan partisipasinya dalam kegiatan edukasi gizi dan praktik pembuatan bubur jagung.
4. Rekan-rekan Kelompok KKN 289 TeloyoFamily, atas kerja sama, semangat kebersamaan dan dedikasi yang tinggi dalam menyukkseskan seluruh program kerja.

Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat nyata bagi masyarakat Desa Teloyo dan menjad pengalaman berharga bagi seluruh mahasiswa dalam mengamalkan ilmu di tengah masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfarisi, R., Nurmalasari, Y., & Nabilla, S. (2019). Status Gizi Ibu Hamil Dapat Menyebabkan Kejadian Stunting Pada Balita. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(3), 271–278. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1404>
- Halodoc. (2022, August 18). *Ibu, Ini Manfaat Jagung bagi Perkembangan Anak*. Halodoc.Com. <https://www.halodoc.com/artikel/ibu-ini-manfaat-jagung-bagi-perkembangan-anak>
- Imeldawati, R. (2025). Dampak Terjadinya Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak : Literature Review. *Jurnal Medika Nusantara*, 3(1), 101–107. <https://doi.org/10.59680/medika.v3i1.1632>
- Kartika, R. C., Selviyanti, E., Umbaran, D. P. A., Fitriyah, D., & Yuanta, Y. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Untuk Mencegah Permasalahan Gizi Pada Balita di Kabupaten Jember. *Journal of Community Development*, 2(2), 91–96. <https://doi.org/10.47134/comdev.v2i2.52>
- Kemkes. (2020). *Buku Saku Kader Pintar Cegah Stunting*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemkes. (2022, August 26). *Mengenal Apa Itu Stunting...* Kementerian Kesehatan RI. [https://keslan.kemkes.go.id/view\\_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting](https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/1388/mengenal-apa-itu-stunting)
- Kemkes. (2023, August 23). *Optimalkan Golden Age Anak untuk Generasi Bebas Stunting*. Kementerian Kesehatan RI. [https://keslan.kemkes.go.id/view\\_artikel/2713/optimalikan-golden-age-anak-untuk-generasi-bebas-stunting](https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/2713/optimalikan-golden-age-anak-untuk-generasi-bebas-stunting)
- Kemkes. (2025, May 26). *SSGI 2024: Prevalensi Stunting Nasional Turun Menjadi 19,8%*. Kementerian Kesehatan RI. <https://kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi-198>
- Pusmaika, R., Novfrida, Y., & Nurbayani, R. (2024). Edukasi Pedoman Makan “Isi Piringku” untuk Gizi Seimbang pada Balita. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 83–90. <https://doi.org/10.37402/abdimaship.vol5.iss2.332>
- Ramadhan, K., Maradindo, Y. E., Nurfatimah, & Hafid, F. (2021). Kuliah Kader Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan Kader Posyandu Dalam Pencegahan Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(4), 1751–1759. <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i4.5091>
- Wandini, K., Kurniawan, S. S., Angesti, A. N., & Prikhatina, R. A. (2022). Penyuluhan Gizi Seimbang Balita Untuk Meningkatkan Peran Aktif Kader Posyandu. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 2(1), 44–49. <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v2i1.1260>
- WHO. (2020, April 20). *WHO guidance helps detect iron deficiency and protect brain development*. World Health Organization. <https://www.who.int/news/item/20-04-2020-who-guidance-helps-detect-iron-deficiency-and-protect-brain-development>
- Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwanto, T. (2023). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 155–162.