

Penguatan Pengetahuan Gizi Ibu melalui Edukasi MP-ASI pada 1000 Hari Pertama Kehidupan

Improving Maternal Nutrition Knowledge through MP-ASI Education in the First 1,000 Days of Life

Ulinuha Aufa Rahmah

Iffah Indri Kusmawati

Noviyati Rahardjo Putri *

Dita Cahaya Ningrum

Department of Midwifery, Faculty of
Medicine, Sebelas Maret University,
Jawa Tengah, Indonesia

email: novirahardjo@staff.uns.ac.id

Kata Kunci

Edukasi MP-ASI
Pengetahuan Ibu
Pencegahan Stuntin

Keywords:

Complementary Feeding Education
Maternal Knowledge
Stunting Prevention

Received: April 2026

Accepted: June 2026

Published: August 2026

Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang berdampak pada kualitas sumber daya manusia, salah satunya disebabkan oleh praktik pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu yang belum optimal. Kegiatan pemberdayaan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita usia 0-12 bulan mengenai pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu sebagai upaya pencegahan stunting melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat. Metode yang digunakan berupa edukasi kesehatan dengan pendekatan ceramah interaktif, pembagian leaflet, serta penggunaan peraga tekstur makanan bayi, disertai evaluasi menggunakan pretest dan posttest. Kegiatan diikuti oleh 20 ibu balita yang telah didata sebelumnya. Hasil menunjukkan adanya peningkatan rerata nilai pengetahuan peserta dari 7,6 pada pretest menjadi 8,8 pada posttest. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan menunjukkan potensi peningkatan dalam pemahaman ibu, terutama terkait waktu pemberian, tekstur sesuai usia, dan kecukupan gizi. Secara keseluruhan, kegiatan pemberdayaan masyarakat ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita dan berpotensi mendukung praktik pemberian makan yang lebih tepat sebagai upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan. Disarankan agar kegiatan pemberdayaan masyarakat dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi guna.

Abstract

Stunting remains a major public health problem affecting human resource quality, one of the causes of which is suboptimal complementary feeding practices. This community empowerment activity aimed to improve the knowledge of mothers of infants aged 0-12 months regarding complementary feeding as an effort to prevent stunting. The method used was health education through interactive lectures, distribution of leaflets, and food texture demonstration tools, accompanied by pretest and posttest evaluation. The activity involved 20 mothers who had been previously registered. The results showed an increase in the average knowledge score from 7.6 in the pretest to 8.8 in the posttest. This improvement indicates that the education provided effectively enhanced mothers' understanding, particularly regarding the timing of feeding, age-appropriate food texture, and nutritional adequacy. Overall, this community empowerment activity contributed to improving maternal knowledge and has the potential to support appropriate feeding practices to prevent stunting sustainably. It is recommended that community empowerment activities be conducted in a sustainable, integrated manner to expand the reach of complementary feeding (MP-ASI) education to a broader population of mothers of young children.



© 2026 Ulinuha Aufa Rahmah, Iffah Indri Kusmawati, Noviyati Rahardjo Putri*, Dita Cahaya Ningrum. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i8.12654>

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia dan berdampak langsung terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan, karena stunting merupakan salah satu bentuk masalah gizi yang terjadi

How to cite: Rahmah, U. A., Kusmawati, I. I., Putri, N. R., & Ningrum, D. C. (2026). Penguatan Pengetahuan Gizi Ibu melalui Edukasi MP-ASI pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 11(8), 2344-2351. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v11i8.12654>

akibat kekurangan asupan zat gizi dalam jangka waktu yang lama (kronis). Kondisi ini ditandai dengan nilai indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) yang memiliki skor-Z kurang dari -2 (Kurniawan *et al.* 2022). Meskipun telah terjadi penurunan dari tahun 2018 sebesar 30,8% menjadi 24,4% pada tahun 2021, sedangkan berdasarkan hasil dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 (Kemenkes RI 2023), prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2023 adalah sebesar 21,5%. Capaian-capaian tersebut masih belum memenuhi target nasional penurunan stunting hingga 14% (Kemenkes RI 2021).

Dampak stunting tidak hanya terlihat pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, kemampuan belajar, daya tahan tubuh, serta produktivitas individu di masa dewasa (Yadika *et al.*, 2019). Oleh karena itu, pencegahan stunting perlu dilakukan sejak dini melalui intervensi gizi spesifik dan sensitif, termasuk praktik pemberian makan bayi dan anak yang optimal. Salah satu penyebab utama stunting adalah asupan gizi yang tidak adekuat selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), terutama pada masa setelah pemberian ASI eksklusif ketika anak mulai memasuki fase pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) (Asmi *et al.* 2024). Pada periode usia 6–24 bulan, kebutuhan energi dan zat gizi anak meningkat pesat, sementara praktik pemberian makan yang kurang tepat dapat menyebabkan defisit zat gizi penting, khususnya protein dan zat besi yang berperan dalam pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak (Das *et al.* 2020).

Menurut Kemenkes RI 2024, Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) merupakan makanan atau minuman yang diberikan kepada bayi mulai usia enam bulan sebagai pelengkap ASI untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi yang semakin meningkat (Aurelia 2024). Pemberian MP-ASI yang tidak tepat, baik terlalu dini maupun terlambat, dapat berdampak negatif terhadap kesehatan anak. Pemberian terlalu dini berisiko menyebabkan gangguan pencernaan karena sistem enzim dan kemampuan oromotor bayi belum matang, sedangkan pemberian terlambat dapat menyebabkan kekurangan zat gizi dan gangguan pertumbuhan (Putri *et al.* 2026). Salah satu faktor rendahnya pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) adalah masih rendahnya pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI yang tepat, baik terkait waktu pemberian, komposisi gizi seimbang, tekstur makanan sesuai usia, maupun pola pemberian makan responsif (Dwi *et al.* 2022).

Di Surakarta sendiri angka stunting pada 2024 mencapai 1.543 kasus dan mengalami penurunan pada 2025 menjadi 1.100 kasus. Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya percepatan pencegahan stunting di Surakarta telah berjalan dengan baik, namun masih perlu diperkuat melalui intervensi yang berkelanjutan dan berbasis masyarakat. Sebagai bagian dari upaya penanganan permasalahan tersebut, pemberdayaan masyarakat menjadi salah satu strategi yang dapat berkontribusi dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI. Upaya mencapai kesehatan yang berkualitas tidak terlepas dari peran penting pemberdayaan masyarakat sebagai salah satu pendekatan utama. Melalui proses ini, masyarakat dibekali pengetahuan, keterampilan, serta akses terhadap sumber daya yang memungkinkan mereka berperan aktif dalam menjaga dan meningkatkan derajat kesehatannya (Angreni *et al.* 2024). Beberapa kegiatan edukasi yang telah dilakukan seperti pada kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Alliyah *et al.* (2024) masih berfokus pada penyampaian informasi secara konvensional dan belum secara optimal memanfaatkan media pembelajaran yang dapat mendukung pemahaman peserta secara berkelanjutan. Kondisi tersebut menyebabkan masih adanya kesenjangan pengetahuan ibu terkait praktik pemberian MP-ASI yang sesuai rekomendasi, sehingga diperlukan pendekatan edukasi yang lebih komprehensif dan berorientasi pada kebutuhan sasaran. Dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat ini, edukasi dan pelatihan kepada ibu difokuskan pada peningkatan pengetahuan mengenai pemberian MP-ASI berbasis bahan pangan lokal, dengan inovasi berupa pemberian leaflet sebagai media materi tertulis kepada peserta. Berbeda dengan pendekatan edukasi sebelumnya, kegiatan pemberdayaan masyarakat ini mengintegrasikan metode ceramah interaktif dengan penggunaan leaflet sebagai media edukasi tertulis, peraga tekstur MP-ASI sesuai usia bayi, serta pemberian contoh resep berbasis bahan pangan lokal. Pemberian leaflet tersebut memungkinkan peserta untuk mendengarkan penjelasan dan membaca ringkasan materi yang disajikan secara bersamaan dengan singkat dan terfokus. Selain itu, media ini memberikan fleksibilitas bagi peserta karena dapat dibawa pulang dan dipelajari kembali, sedangkan peraga tekstur membantu peserta memahami tahapan tekstur makanan secara lebih nyata. Pendekatan ini juga dilengkapi dengan evaluasi terukur

menggunakan pretest dan posttest untuk menilai perubahan pengetahuan peserta setelah intervensi diberikan. Melalui rangkaian kegiatan edukasi MP-ASI dalam program pemberdayaan masyarakat ini, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) pada ibu. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan mampu mendukung pencegahan stunting secara berkelanjutan melalui penguatan peran keluarga dan masyarakat sebagai garda terdepan pemantauan gizi anak.

METODE

Jenis kegiatan praktik yang dilakukan merupakan kegiatan pemberdayaan masyarakat berupa edukasi kesehatan kepada ibu balita usia 0–12 bulan mengenai pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) sebagai upaya pencegahan stunting. Pemilihan sasaran kegiatan dilakukan pada ibu yang berada di wilayah kerja Puskesmas Ngoresan, Surakarta, mengingat masih adanya kasus stunting di Kota Surakarta sehingga diperlukan upaya pencegahan berbasis masyarakat melalui peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI. Kegiatan ini dilakukan pada hari Sabtu, 07 Februari 2026 di Ruang Kebugaran Lantai 2 Medical Center Universitas Sebelas Maret (UNS), dengan target peserta 20 ibu balita usia 0-12 bulan.

Tabel I. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
<25 tahun	5	25%
26 – 34 tahun	13	65%
35 – 44 tahun	2	10%
Pendidikan terakhir		
SD	0	0%
SMP	5	25%
SMA/SMK	11	55%
Sarjana/Diploma	4	20%
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	18	90%
Karyawan Swasta	1	5%
Buruh	1	5%
Paritas		
1	6	30%
2	6	30%
3	7	35%
>3	1	5%

Kegiatan pemberdayaan yang dilakukan tidak hanya berupa penyuluhan, tetapi juga disertai dengan pemberian contoh tekstur MP-ASI sesuai usia dan evaluasi peningkatan pengetahuan peserta menggunakan desain one-group pretest-posttest, yaitu pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pemberian edukasi untuk mengetahui perubahan pengetahuan yang terjadi setelah intervensi. Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan pemberdayaan masyarakat ini meliputi:

1. Persiapan

Persiapan kegiatan pemberdayaan edukasi MP-ASI ini dilakukan dengan menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan. Alat yang harus dipersiapkan adalah laptop dan bahan presentasi yang digunakan sebagai penyampaian materi edukasi kepada peserta, sehingga mendukung efektivitas komunikasi informasi. Lalu, mikrofon digunakan untuk memperjelas penyampaian materi oleh pemateri agar dapat didengar dengan baik oleh seluruh peserta. Serta bolpoin yang digunakan oleh peserta untuk mengisi lembar kuesioner. Bahan yang dipersiapkan untuk kegiatan pemberdayaan ini yang paling utama adalah leaflet edukasi MP-ASI yang berfungsi sebagai media informasi tertulis yang memuat ringkasan materi secara terstruktur, sehingga membantu peserta dalam memahami materi selama penyampaian materi dan memungkinkan untuk dipelajari kembali secara mandiri. Kemudian, lembar kuesioner pretest dan posttest sebagai instrumen evaluasi untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah

pemberian materi, sehingga dapat diketahui efektivitas kegiatan edukasi yang dilaksanakan. Serta, daftar hadir peserta sebagai alat dokumentasi untuk mencatat kehadiran peserta, yang selanjutnya dapat digunakan sebagai data pendukung dalam pelaporan kegiatan. Persiapan juga dilakukan dengan berkoordinasi bersama Puskesmas Ngoresan Surakarta sebagai penghubung dengan mitra dan pengarah dalam keberjalanannya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pengisian kuesioner pretest oleh peserta untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum diberi materi. Selanjutnya, dilakukan penyampaian materi mengenai pemberian MP-ASI berbasis bahan pangan lokal dengan cakupan materi yang diberikan adalah

- a. Pengertian MP-ASI
- b. Rekomendasi pemberian MP-ASI berdasarkan WHO
- c. Tanda-tanda kesiapan bayi menerima MP-ASI
- d. Tahapan tekstur sesuai usia
- e. Kandungan gizi penting dalam MP-ASI terutama protein hewani dan zat besi
- f. Contoh resep MP-ASI berbahan lokal.

Penyampaian materi dilakukan melalui metode ceramah interaktif disertai pembagian leaflet sebagai media pendukung sehingga peserta dapat menyimak materi secara langsung sekaligus membaca ringkasan materi dan dilakukan pengenalan contoh tekstur MP-ASI sesuai usia. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi untuk memperdalam pemahaman peserta.

3. Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai hasil dari kegiatan yang telah dilaksanakan. Evaluasi dilakukan melalui pengisian kuesioner posttest guna mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah diberikan materi edukasi, dengan hasil pengisian kuesioner menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai pemberian MP-ASI setelah mengikuti kegiatan edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan edukasi MP-ASI dalam rangka pemberdayaan masyarakat ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 07 Februari 2026 di Ruang Kebugaran Lantai 2 Medical Center Universitas Sebelas Maret (UNS). Peserta kegiatan ini adalah ibu yang memiliki balita usia 0–12 bulan yang telah didata sebelumnya dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi yang berjumlah 20 peserta. Kegiatan diawali dengan registrasi ulang peserta dan pembagian kuesioner pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal ibu mengenai MP-ASI.



Gambar 1. Pengisian Pretest

Setelah peserta yang hadir mengisi pretest, kegiatan dibuka secara singkat oleh pembawa acara dan sambutan dari dosen pembimbing, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi MP-ASI.



Gambar 2. Penyampaian Materi.

Materi yang diberikan meliputi pengertian MP-ASI, rekomendasi pemberian MP-ASI berdasarkan WHO yang terdiri dari empat prinsip, yaitu tepat waktu, adekuat, aman, dan responsif. Tepat waktu berarti MP-ASI diberikan pada usia enam bulan ketika sistem pencernaan bayi mulai matang. Adekuat berarti makanan mengandung zat gizi makro dan mikro yang seimbang. Aman berkaitan dengan kebersihan makanan dari mulai persiapan, pembuatan, hingga penyajian, sedangkan responsif berarti pemberian makan mengikuti sinyal lapar dan kenyang anak. Kemudian materi lainnya terkait tanda-tanda kesiapan bayi menerima MP-ASI yaitu leher mampu menyangga kepala dengan baik, duduk dengan baik (menumpu/tidak menumpu tangan), membuka mulut jika sendok datang, meraih mainan ke arah mulut, jarinya sudah mampu meraih mainan atau makanan, lidah sudah mampu menggerakkan makanan padat dari depan ke belakang untuk ditelan (bukan dilepoh). Serta materi terkait tahapan tekstur sesuai usia yang dibagi menjadi 3, saat bayi berusia 6-8 bulan, 9-11 bulan, 12-24 bulan. Kandungan gizi penting dalam MP-ASI terutama protein hewani dan zat besi, serta contoh resep MP-ASI berbahan lokal. Penyampaian materi dilakukan melalui metode ceramah interaktif disertai pembagian leaflet sebagai media pendukung dan pengenalan contoh tekstur MP-ASI sesuai usia. Setelah penyampaian materi selama kurang lebih 30–45 menit, kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Setelah sesi edukasi dan diskusi selesai, peserta diminta untuk mengisi kuesioner posttest untuk mengukur tingkat pemahaman setelah diberikan materi.



Gambar 3. Pengisian Posttest.

Tabel II. Evaluasi Keberhasilan Edukasi MP-ASI

Kategori	Rata-rata Nilai	Nilai Minimal	Nilai Maksimal
Pre Test	7.6	4	10
Post Test	8.8	5	10

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita setelah diberikan edukasi MP-ASI. Berdasarkan hasil pretest dan posttest menggunakan kuesioner yang berisi 10 soal terkait waktu pemberian MP-ASI, tekstur sesuai usia, kandungan gizi, serta tanda kesiapan bayi menerima MP-ASI, diperoleh rerata skor peserta meningkat dari 7,6 pada pretest

menjadi 8,8 pada posttest. Peningkatan skor sebesar 1,2 poin menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai praktik pemberian MP-ASI yang tepat. Peningkatan tersebut terjadi sejalan dengan penyampaian materi yang telah dilakukan pada kegiatan pemberdayaan ini melalui kombinasi penyampaian materi dengan metode ceramah, diskusi, pemberian leaflet, dan pemberian contoh tekstur MP-ASI. Kombinasi penyampaian materi tersebut memungkinkan peserta memperoleh informasi secara audio maupun visual sehingga mempermudah peserta dalam memahami materi. Setelah edukasi, peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik terutama terkait risiko ketidaktepatan waktu pemberian MP-ASI serta tahapan tekstur makanan sesuai usia bayi. Pada pretest, masih ditemukan pemahaman yang kurang tepat terkait risiko ketidaktepatan waktu pemberian MP-ASI terbukti pada nomor tersebut sebesar 25% peserta menjawab salah dan setelah pemberian materi didapatkan peningkatan skor sebesar 90% peserta menjawab benar, aspek materi ini merupakan aspek dengan nilai peningkatan paling tinggi dibandingkan dengan aspek materi lainnya. Kemudian pemahaman terkait tahapan tekstur makanan sesuai usia sesuai rekomendasi dari WHO dengan 30% peserta menjawab salah pada nomor tersebut dan meningkat sebesar 80% peserta menjawab benar pada posttest. Serta pengetahuan terkait kecukupan gizi anak usia 6 - 12 bulan dilihat dari persentase peserta yang menjawab salah pada nomor tersebut sebesar 30% dan meningkat sebesar 90% peserta menjawab benar setelah pemberian materi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Putri, Septiana, and Larasati 2024), bahwa pengetahuan ibu bayi dan kader kesehatan setelah dilakukan edukasi mengalami peningkatan. Sebelum dilakukan edukasi nilai rata-rata peserta sebesar 5,7 dengan nilai minimal adaah 4 dan nilai maksimalnya 7. Kemudian setelah dilakukan edukasi terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 7,3 dengan nilai minimal 7 dan nilai maksimalnya 8. Hal tersebut menunjukkan bahwa edukasi berupa penyuluhan terkait materi MP-ASI terbukti berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan ibu bayi maupun kader kesehatan. Hasil serupa juga ditemukan pada kegiatan ini terjadi, peningkatan rerata skor pengetahuan dari 7,6 pada pretest menjadi 8,8 pada posttest menunjukkan bahwa edukasi MP-ASI yang diberikan mampu memperkuat pemahaman ibu terkait praktik pemberian makan bayi yang tepat. Meski demikian, rerata nilai pretest peserta pada kegiatan ini sudah tergolong cukup baik, yang dapat dipengaruhi oleh karakteristik peserta, dimana sebagian besar ibu telah memiliki pengalaman sebelumnya dalam pemberian MP-ASI. Selain itu, peserta yang didominasi ibu rumah tangga memungkinkan peserta memiliki kesempatan lebih besar untuk mengakses informasi kesehatan dan terlibat secara langsung dalam praktik pemberian makan anak. Oleh karena itu, peningkatan yang terjadi lebih mencerminkan penguatan konsep dan pelurusan miskonsepsi dibandingkan pembentukan pengetahuan baru secara keseluruhan. Selanjutnya, karakteristik pendidikan peserta yang didominasi oleh lulusan SMA (55%), diikuti SMP (25%) dan perguruan tinggi (20%), juga menunjukkan bahwa kegiatan edukasi perlu menggunakan media yang mudah dipahami oleh berbagai latar belakang pendidikan. Penggunaan leaflet dan peraga tekstur MP-ASI dalam kegiatan ini mendukung penyampaian materi secara lebih nyata dan aplikatif.

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh melalui kegiatan edukasi ini merupakan salah satu landasan dalam pembentukan perilaku kesehatan karena pengetahuan merupakan salah satu faktor predisposisi yang dapat memengaruhi perilaku Kesehatan. Seperti yang dijelaskan oleh Thaifur and Yaumil (2024) dalam penelitiannya terkait studi perubahan perilaku kesehatan yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan prasyarat penting dalam proses perubahan perilaku. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa sebelum individu mengubah perilaku kesehatannya, mereka harus terlebih dahulu memahami fakta dasar mengenai masalah kesehatan, risiko yang mungkin terjadi, serta manfaat dari tindakan pencegahan yang dilakukan. Dengan demikian, pemberian materi mengenai manfaat MP-ASI yang tepat serta risiko pemberian MP-ASI terlalu dini atau tidak adekuat merupakan strategi yang sesuai dalam mendorong perubahan perilaku ibu. Kemudian, edukasi yang dilakukan melalui metode ceramah interaktif dan pembagian leaflet juga sejalan dengan konsep promosi kesehatan sebagai upaya pembelajaran yang bertujuan meningkatkan kemampuan masyarakat untuk menolong dirinya sendiri (Thaifur and Yaumil 2024). Pengetahuan yang meningkat diharapkan menjadi dasar terbentuknya perilaku pemberian makan bayi yang lebih baik di lingkungan keluarga. Secara keseluruhan, peningkatan skor pretest ke posttest menunjukkan bahwa kegiatan edukasi MP-ASI berpengaruh dalam meningkatkan

pengetahuan ibu balita. Namun, untuk mencapai perubahan perilaku yang lebih berkelanjutan, diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan praktik dan integrasi edukasi ke dalam kegiatan posyandu secara rutin.

KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pemberdayaan masyarakat berupa edukasi MP-ASI pada ibu balita usia 0–12 bulan di Ruang Kebugaran Lantai 2 Medical Center Universitas Sebelas Maret (UNS), dapat disimpulkan bahwa hasil pretest menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan peserta berada pada skor 7,6, yang menandakan bahwa ibu telah memiliki pengetahuan dasar namun masih terdapat kekurangan pemahaman pada beberapa aspek penting seperti waktu pemberian MP-ASI yang tepat serta tahapan tekstur sesuai usia. Setelah dilakukan intervensi edukasi, hasil posttest menunjukkan peningkatan rata-rata skor menjadi 8,8. Kenaikan sebesar 1,2 poin ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang diberikan berpengaruh dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai materi MP-ASI. Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang terstruktur dan berbasis kebutuhan sasaran mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan menjadi dasar dalam pembentukan praktik pemberian MP-ASI yang lebih tepat dan berkelanjutan dalam mendukung pencegahan stunting. Kegiatan pemberdayaan masyarakat selanjutnya disarankan untuk dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi agar edukasi MP-ASI dapat menjangkau lebih banyak ibu balita. Metode pelaksanaan dapat dikembangkan menjadi lebih interaktif, seperti demonstrasi langsung pembuatan MP-ASI agar partisipasi peserta meningkat. Selain itu, perlu dilakukan pemantauan lanjutan untuk menilai perubahan praktik pemberian MP-ASI di rumah, sehingga tidak hanya terjadi peningkatan pengetahuan, tetapi juga perubahan perilaku. Kolaborasi antara mahasiswa, tenaga kesehatan, dan kader posyandu perlu diperkuat agar program pemberdayaan dapat berjalan secara berkesinambungan sebagai upaya pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis sampaikan kepada pihak Medical Center yang telah memberikan izin penggunaan ruang kebugaran serta dukungan dalam pelaksanaan kegiatan pemberdayaan masyarakat, serta kepada pihak Puskesmas Ngorestan yang telah memberikan arahan, dukungan, dan kerja sama selama kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, serta dosen pembimbing mata kuliah Pemberdayaan Masyarakat yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan dalam pelaksanaan kegiatan maupun penyusunan artikel ilmiah ini. Selain itu, terima kasih juga disampaikan kepada semua pihak yang telah membantu dan berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan serta penyusunan artikel ilmiah ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

REFERENSI

- Alliyah, P. A., Rizqiya, F., Hanifah, H., Zafirah, N., Hayati, R., & Fida, Z. S. (2024). Edukasi makanan pendamping ASI tepat untuk cegah stunting pada balita. *Jurnal Abdimas Kedokteran dan Kesehatan*, 2(1), 6–12. <https://doi.org/10.24853/jaras.2.1.6-12>
- Angreni, W. O. N., Rahagia, R., Setyawati, A., Kamaruddin, M. I., & Suprpto, S. (2024). Partisipasi masyarakat dalam hidup bersih dan sehat sebagai upaya peningkatan kualitas kesehatan. *Abdimas Polsaka*, 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i1.60>
- Asmi, A. S., Tyarini, I. A., Saputra, M. K. F., Putra, J. A., & Son, H. K. (2024). Video media is more effective to improve balanced nutrition knowledge. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 13(2), 242–249. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v13i2.1210>

- Aurelia, Y. (2024). *1000 HPK kunci cegah stunting*. Ayo Sehat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/1000-hpk-kunci-cegah-stunting>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam angka*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/repositori/id/eprint/5539/>
- Das, S., Sanchez, J. J., Alam, A., Haque, M. A., Mahfuz, M., Ahmed, T., & Long, K. Z. (2020). Dietary magnesium, vitamin D, and animal protein intake and their association to the linear growth trajectory of children from birth to 24 months of age: Results from MAL-ED birth cohort study conducted in Dhaka, Bangladesh. *Food and Nutrition Bulletin*, 41(2), 200–210. <https://doi.org/10.1177/0379572119892408>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Buku saku hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
- Kurniawan, E., Setiawan, A. B., Al-Hanif, E. T., Amidi, Mu'arifuddin, Sumardiana, B., Amin, S., & Yuwono, C. (2022). *Buku panduan UNNES GIAT penanganan stunting*. LPPM Universitas Negeri Semarang.
- Laksono, A. D., Wulandari, R. D., & Amaliah, N. (2022). Stunting among children under two years in Indonesia: Does maternal education matter? *PLOS ONE*, 17(7), e0271509. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271509>
- Putri, M. E. M., Aprillia, N. A., Muzayyan, M. R., Gozali, I., & Hady, A. F. (2026). Pemberian MP-ASI pada usia dini menyebabkan risiko. [Nama jurnal belum dicantumkan], 4(1), 584–592.
- Putri, N. R., Septiana, Y. C., Larasati, D., Dharmawan, C., & Amalia, R. (2024). Edukasi MPASI pada ibu bayi usia 0–1 tahun sebagai upaya persiapan dan peningkatan berat badan bayi sesuai dengan kurva pertumbuhan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 1124–1132. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.20632>
- Thaifur, A. Y. B. R. (2024). Studi perubahan perilaku: Literature review. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(1), 349–358. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i1.4878>
- Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*, 8(2), 273–282.