

---

**Edukasi Gizi Seimbang pada Bayi dan Balita untuk Pencegahan Stunting di  
RW 08 Desa Babakan Kecamatan Ciseeng**

*Balanced Nutrition Education for Infants and Toddlers to Prevent Stunting in  
RW 08 Babakan Village, Ciseeng District*

**Nina Yusnia<sup>1\*</sup>, Azzahra Herlyana<sup>2</sup>, Salma Azzahra<sup>3</sup>**

<sup>1-3</sup>Akademi Kebidanan Prima Husada, Bogor, Indonesia

Korespondensi penulis : [ninayusnia2020@gmail.com](mailto:ninayusnia2020@gmail.com)\*

---

**Article History:**

Received: Mei 13, 2025

Revised: Mei 26, 2025

Accepted: Juni 10, 2025

Published: Juni 12, 2025

**Keywords:** *Babies, Balanced Nutrition, Education, Stunting, Toddlers.*

**Abstract:** *According to the World Health Organization (WHO), in 2023 there will be 49 million children under five who will experience malnutrition and almost 17 million children under five will experience malnutrition and the combined estimate of child malnutrition (JME) (UNICEF-WHO-WB) In 2022, there will be 148.1 million children under the age of 5 experience (stunting). The aim of this Community Midwifery Care intervention practice is to provide education to increase knowledge about balanced nutrition for infants and toddlers to prevent stunting in Rw 08 Babagan Village. The method used is lecture. The participants included pregnant women, mothers with babies and toddlers, 32 couples of childbearing age. The results of this midwifery care intervention activity showed that there was a significant influence on balanced nutrition education for babies and toddlers as evidenced by the pre-test scores which showed that the number of people who had poor knowledge was 23 respondents (71.9%) and the post-test results showed the number of people who had 24 respondents (75.0%) had good knowledge. The conclusion: that the health problem in Rw 08 is related to the low knowledge of mothers who have babies and toddlers regarding balanced nutrition.*

---

**Abstrak :**

Menurut *World Health Organization* (WHO), tahun 2023 terdapat 49 juta balita yang mengalami gizi kurang dan hampir 17 juta balita mengalami gizi buruk serta Estimasi gabungan malnutrisi anak (JME) (UNICEF-WHO-WB) Pada tahun 2022, terdapat 148,1 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami (stunting). Tujuan Dari praktik intervensi Asuhan Kebidanan Komunitas ini untuk mengedukasi agar meningkatkan pengetahuan mengenai gizi seimbang pada bayi dan balita untuk pencegahan stunting di Rw 08 Desa babakan. Metode yang digunakan adalah Ceramah. Pesertanya ibu hamil, ibu yang mempunyai bayi dan balita, pasangan usia subur sebanyak 32 orang. Hasil kegiatan Intervensi asuhan kebidanan ini didapatkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap edukasi gizi seimbang pada bayi dan balita dengan dibuktikan nilai pre-test yang menampakkan jumlah Masyarakat memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 23 responden (71.9%) dan hasil post-test menampakkan jumlah orang yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 24 responden (75.0%). Kesimpulannya: bahwa masalah Kesehatan yang ada di Rw 08 mengenai rendahnya pengetahuan ibu yang memiliki bayi dan balita mengenai gizi seimbang.

**Kata Kunci:** Edukasi, Gizi Seimbang, Bayi, Balita, Stunting.

## **1. PENDAHULUAN**

Bidan memiliki peran yang sangat strategis dalam upaya pencegahan gizi kurang, gizi buruk dan stunting. Sebagai tenaga kesehatan yang berhubungan langsung dengan ibu hamil, ibu menyusui, dan anak-anak, bidan memiliki kemampuan untuk memberikan edukasi, konseling, dan intervensi gizi yang tepat. Selain itu, bidan juga berperan dalam pemantauan pertumbuhan anak serta deteksi dini masalah gizi yang dapat berujung pada stunting. Oleh karena itu, pemberdayaan bidan dalam pemberian asuhan gizi merupakan salah satu kunci utama dalam upaya preventif stunting (Risqi Dewi Aisyah & Suparni Suparni, 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO), tahun 2023 terdapat 49 juta balita yang mengalami gizi kurang dan hampir 17 juta balita mengalami gizi buruk serta Estimasi gabungan malnutrisi anak (JME) (UNICEF-WHO-WB) Pada tahun 2022, terdapat 148,1 juta anak di bawah usia 5 tahun mengalami (stunting). Prevalensi tertinggi yang mengalami gizi buruk yaitu di Benua Afrika dan bagian Benua Asia Selatan. Sedangkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi permasalahan gizi di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas 2018 terdapat 17,7% kasus balita kekurangan gizi dan jumlah tersebut terdiri dari 3,9% gizi buruk dan 13,8% gizi kurang (UNICEF et al., 2023).

Mirisnya, Indonesia menjadi negara dengan jumlah kekurangan gizi tertinggi di Asia Tenggara dengan jumlah 11,40% pada tahun 2021. Hasil Survei Status Gizi Indonesia tahun 2022 di Provinsi Jawa Barat prevalensi balita underweight berada di angka 14,2% dengan prevalensi tertinggi di Kabupaten Cirebon sebesar 19,7% dan Kota Bekasi dengan prevalensi terendah dengan angka 8,1%. Prevalensi balita stunting berada di angka 20,2% dengan prevalensi tertinggi di Kabupaten Sumedang sebesar 27,6% dan prevalensi terendah di Kota Bekasi sebesar 6,0%. Sementara itu, prevalensi balita wasting sebesar 6% dengan prevalensi tertinggi di wilayah Kota Cirebon sebesar 12,6% dan terendah di wilayah Kabupaten Tasikmalaya sebesar 2,4%. Hasil survei SSGI tahun 2022 di Kota Bandung, yaitu prevalensi underweight sebesar 12,15%, prevalensi angka stunting sebesar 19,4%, dan prevalensi wasting berada di angka 4,2%. Hasil survey status gizi yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik tahun 2022 jumlah bayi dan balita dengan gizi kurang menurut Kabupaten/Kota - bps Provinsi Jawa barat sejumlah 12.537 orang (Badan Pusat Statistik, 2024).

Gizi kurang, gizi buruk, dan stunting di Indonesia disebabkan oleh berbagai faktor, di antaranya: asupan gizi yang tidak memadai, lingkungan yang tidak sehat, akses terhadap pelayanan kesehatan yang terbatas, kondisi ekonomi keluarga yang tidak memadai, pola

asuh yang kurang baik, infeksi berulang, kekurangan vitamin dan mineral, keragaman pangan dan sumber protein hewani yang buruk, dan jarak kelahiran anak yang terlalu dekat (Emmaria et al., 2024).

Sebagian warga RW 08 kurang mengetahui tentang gizi seimbang. Kami telah melakukan survey untuk melakukan wawancara dengan memberikan pertanyaan variasi mengenai gizi seimbang pada 9 ibu yang mempunyai bayi dan balita, didapatkan hasil bahwa pengetahuan ibu terkait gizi seimbang masih kurang. Beberapa penyebabnya yaitu, minimnya kesadaran dan pengetahuan terkait nutrisi makanan, pengetahuan ibu terkait gizi dan pola asuh yang masih kurang, kurangnya edukasi penyuluhan yang diberikan oleh puskesmas setempat, dan banyak nya ibu yang bekerja sehingga pola makan dan cara pengolahan makanan tidak terkontrol.

RW 08 Desa Babakan Kecamatan Ciseeng adalah salah satu RW yang ada di Desa Ciseeng Kecamatan Ciseeng yang berada dibagian Kabupaten Bogor. RW 08 Terdapat 3 RT yaitu RT 07, RT 08, dan RT 09. Berdasarkan data di RW 08 terdapat 8 anak (7,2%) yang mengalami gizi kurang pada bulan Januari – Desember 2024, yang terdiri dari 2 stunting (1,8%) dan 6 gizi kurang (5,4%).

Prioritas masalah terkait Gizi Seimbang di RW 08 sebagai batasan masalah yang akan dikaji. Berdasarkan data di RW 08 terdapat 8 anak (7,2%) yang mengalami gizi kurang pada bulan Januari – Desember 2024, yang terdiri dari 2 stunting (1,8%) dan 6 gizi kurang (5,4%). Jumlah kujungan ibu hamil, serta ibu yang memiliki bayi dan balita tercatat sebanyak ±50 orang sedangkan dari data posyandu yang ada di Desa Babakan RW 08 yaitu sebesar 110 orang. Hal tersebut menandakan bahwa partisipasi masyarakat dalam meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan masih kurang.

## **2. METODE**

Metode Ceramah, penyampaian materi mengenai Edukasi gizi seimbang pada bayi dan balita untuk pencegahan stunting Dengan menggunakan Bookleat, PPT.

Metode Tanya Jawab, sebelum dan setelah pemaparan materi responden diberikan pertanyaan (Kuesioner) seputar Edukasi gizi seimbang pada bayi dan balita untuk pencegahan stunting.

### 3. HASIL

Berdasarkan hasil penyuluhan yang kami adakan pada hari Sabtu, 25 Januari 2025, didapatkan hasil evaluasi kegiatan dari pelaksanaan pretest dan posttest bahwa peningkatan terjadi pada hasil akhir dimana kategori tingkat pengetahuan diukur dari nilai rata-rata yang didapatkan dari pretest dan posttest yang telah dilakukan. Hal ini menandakan bahwa intervensi mahasiswa dalam mengimplementasikan ilmu dalam kegiatan praktik kebidanan komunitas ini berhasil.

Berikut hasil yang didapatkan sebelum dan sesudah diadakannya penyuluhan :

**Tabel 1.** Distribusi frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Pretest

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Baik	9	28,1	24	75,0
Kurang Baik	23	71,9	8	25,0
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100.0</b>	<b>32</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 1 hasil pretest menunjukkan responden paling besar berpengetahuan kurang baik berjumlah 23 orang (71,9%) dan hasil posttest paling besar berpengetahuan baik berjumlah 24 orang (75,0%).

**Tabel 2.** Skor Pretest dan Posttest

Pengetahuan	Mean	Standar Deviasi
Pretest	1.72	.457
Posttest	1.25	.440

Berdasarkan tabel 2. Uji analisis sample paired test yang diperoleh dengan hasil pretest 1,72 menjadi 1,25 dengan jumlah penurunan 0,47.

**Tabel 3.** Hasil Analisis Uji T

Pengetahuan	Rata-rata selisih	Standar Deviasi	Nilai T	$\rho$ - Value
Pretest posttest	-0.469	0.507	-5.230	0.000
Posttest				

Berdasarkan tabel 3. Diperoleh nilai T sebesar -5.230 dengan  $\rho$  value = 0,000 ( $\rho < \rho = 0,05$ ) sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya adanya pengaruh mengenai

peningkatan pengetahuan Gizi Seimbang sebagai pencegahan stunting.

#### **4. DISKUSI**

Hasil Pengabdian Masyarakat ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Wati & Musnadi, 2022) dimana hasil penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan antara pemberian asupan gizi dengan kejadian stunting pada anak bayi dan balita. Bayi dan Balita dengan asupan gizi rendah memiliki kemungkinan 1,28 kali lebih besar untuk mengalami stunting dibandingkan balita dengan gizi cukup. Hal ini sesuai dengan kerangka teori UNICEF yang menyatakan bahwa konsumsi makanan yang tidak mencukupi merupakan salah satu faktor kemungkinan terjadinya stunting.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Perlu upaya meningkatkan pengetahuan pola makan pada bayi dan balita. Kurangnya edukasi mengenai masalah gizi dapat mengakibatkan rendahnya pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya gizi yang baik untuk pertumbuhan anak. Akibatnya, praktik makan yang tidak sehat dan tidak memadai dapat terjadi. Kondisi ini berpotensi menyebabkan stunting pada anak. Dari penerlitan tersebut diperoleh hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu mengenai nutrisi gizi seimbang pada bayi dan balita.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh peningkatan kesadaran masyarakat dilakukan dengan edukasi dalam Pencegahan Stunting. Akibatnya Kekurangan nutrisi dapat terjadi sejak dalam kandungan hingga awal kehidupan setelah lahir. Tingkat pendidikan ibu juga berkaitan dengan fenomena stunting karena mempengaruhi cara ibu mengatur pola makan dan menyebabkan stunting

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini sejalan dengan pengabdian Masyarakat yang telah dilakukan oleh Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan merupakan langkah penting dalam upaya pencegahan stunting di tingkat masyarakat. Akibatnya masih kurangnya pengetahuan dan kesadaran orang tua untuk anaknya memberikan M-PASI. Bayi adalah anak manusia yang baru lahir hingga berusia 12 bulan. Balita adalah anak-anak yang berusia 12–59 bulan atau di bawah 5 tahun . Gizi seimbang adalah susunan asupan makanan sehari-hari yang jenis dan jumlah zat gizinya sesuai dengan kebutuhan tubuh. Pemenuhan zat gizi yang diperoleh dari makanan sehari-hari harus memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan mempertahankan berat badan normal guna mencegah masalah gizi. Pada prinsipnya gizi seimbang terdiri dari 4 (empat) pilar yang merupakan upaya untuk

menyeimbangkan antara zat gizi yang keluar dan zat gizi yang masuk dengan mengontrol berat badan secara teratur .

Lingkungan dan keluarga adalah merupakan faktor yang sangat penting dalam kebiasaan makan anak balita. Makanan apa yang menjadi kesukaan dan yang tidak disukainya adalah gambaran dari lingkungan di mana balita tersebut berada. Lingkungan dan keluarga yang memberi teladan makan yang baik akan membuahkan hasil yang baik pula pada diri si anak. Media masa baik elektronik maupun cetak juga berdampak besar pada asupan makan anak Jadwal makan pada balita baik itu makanan utama ataupun snack harus diberikan secara teratur dan terencana. Kondisi ini akan membuat ritme metabolisme menjadi terpola sehingga saluran cerna anak akan bekerja dengan baik. Lama waktu makan maksimum 30 menit. Ketika anak sudah mulai tidak lagi fokus dengan makanannya hentikan pemberian makan .

Pemberian gizi seimbang merupakan suatu upaya dalam penanggulangan stunting yang terjadi pada balita. Pemberian asupan makanan dengan porsi yang baik dan pas akan membantu proses pertumbuhan dan perkembangan seorang balita menjadi lebih optimal. Sehingga seorang balita akan mencapai derajat kesehatan yang lebih baik .

Pada pembahasan topik "Isi Piringku" menggambarkan porsi makan yang dikonsumsi dalam satu piring yang terdiri dari 50 persen buah dan sayur, dan 50 persen sisanya terdiri dari karbohidrat dan protein. Kampanye "Isi Piringku" juga menekankan untuk membatasi gula, garam, dan lemak dalam konsumsi sehari-hari. Dalam perkembangan ilmu gizi yang baru, pedoman "4 Sehat 5 Sempurna" berubah menjadi pedoman gizi seimbang yang terdiri dari 10 pesan tentang menjaga gizi .

Dari 10 pesan tersebut, dikelompokkan lagi menjadi empat pesan pokok yakni pola makan gizi seimbang, minum air putih yang cukup, aktivitas fisik minimal 30 menit per hari, dan mengukur tinggi dan berat badan yang sesuai untuk mengetahui kondisi tubuh.

Selain diagram "Isi Piringku" yang telah disebutkan, kampanye tersebut juga menekankan empat hal penting lainnya yaitu cuci tangan sebelum makan, aktivitas fisik yang cukup, minum air putih cukup, dan memantau tinggi badan dan berat badan .

Isi piringku adalah suatu metode panduan makan sehat yang dikenalkan oleh Kementerian Kesehatan yang dapat menjadi acuan sajian sekali makan. Sebab makan bukan hanya sekedar kenyang, namun juga harus memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh. Keragaman makanan dalam satu piring merupakan hal yang tak bisa ditawar, mencakup protein, karbohidrat, vitamin, dan mineral seimbang .

## 5. KESIMPULAN

Setelah pelaksanaan praktek intervensi kebidanan komunitas mahasiswa Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor yang berlangsung dari tanggal 20 Januari sampai 31 Januari 2025 di RW 08 Desa Babakan Kecamatan Ciseeng Kabupaten Bogor dapat diambil kesimpulan bahwa masalah kesehatan yang ada di RW 08 yaitu mengenai rendahnya pengetahuan ibu yang memiliki bayi dan balita mengenai gizi seimbang.

## PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Pengabdian Masyarakat ini dapat dilaksanakan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu mengucapkan Terima kasih kepada Akbid Prima Husada Bogor, Dosen pembimbing, tokoh Masyarakat di RW 08 Desa babakan Kec.Ciseeng, Dan Kader yang telah memberikan Kerjasama yang baik dalam Pengabdian Masyarakat ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, R. D., & Suparni, S. (2022). Peran kolaboratif bidan dalam pencegahan stunting di era adaptasi baru. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 5(3), 642–652. <https://doi.org/10.33096/woh.vi.84>
- Aisyah, R. D., & Suparni, S. (2022). Peran kolaboratif bidan dalam pencegahan stunting di era adaptasi baru. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 5(3).
- Annisa, N. (2023). Faktor risiko masalah gizi kurang pada balita di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat dan Sosial*, 1(2), 17–25. <https://doi.org/10.59024/jikas.v1i2.285>
- Badan Pusat Statistik. (2024). *Prevalensi balita gizi kurang menurut provinsi di Indonesia*.
- Casnuri, E. L. (2023). *Cegah stunting*. PT. Pena Persada Kerta Utama.
- Emmaria, R., Sinaga, K., Manurung, B., Tobing, R. A. L., Lubis, R. D., & Sihombing, P. A. (2024). Edukasi penanganan dan pencegahan gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Rantang Kota Medan tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Kolaborasi dan Inovasi IPTEKS*, 2(4), 1309–1314. <https://doi.org/10.59407/jpki2.v2i4.1168>
- Hanifah, L., Kartini, F., & Ratnaningsih, S. (2024). Faktor–faktor yang berhubungan dengan perkembangan balita di wilayah Puskesmas Sibela Surakarta. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 15(1), 153. <https://doi.org/10.36419/jki.v15i1.998>
- Hasanuddin, A., Alwi, M. K., Nindrea, R. D., & Asrianto, L. O. (2023). Fokus grup diskusi metode efektif pencegahan gizi buruk pada bayi dan balita di Kota Makassar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 2(1), 130–135. <https://doi.org/10.54832/judimas.v2i1.237>
- Maryuni, Lutfi, Handayani, Hastin, & Trustisari, M. (2024). *BUTATING: Buku pintar cegah stunting* (M. K. Widi Arti, Ed.).

- Munir, R., Sunarti, Khairan Nisa, A., Raksi, D., Halipah, H., Oktari, P., Ayuni, P., & Sulistiani, S. (2023). Edukasi mengenai gizi seimbang anak usia dini. *KREASI: Jurnal Inovasi dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 85–95. <https://doi.org/10.58218/kreasi.v3i1.507>
- 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>
- Solikhah, & Nindy, V. (2024). Mengatasi tantangan gizi: Peran kunci masyarakat dalam pencegahan stunting. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 73–79. <https://doi.org/10.47575/apma.v4i2.575>
- UNICEF, WHO, & World Bank. (2023). *Levels and trends in child malnutrition*. World Health Organization.
- Wahyuni, R., Syukur, N. A., & Suryani, H. (2024). Pemberdayaan keluarga pada balita gizi kurang dalam pengolahan menu untuk pencegahan stunting di Kelurahan Karang Asam Ilir Kota Samarinda. *Empowerment of Families with Malnourished Toddlers in Menu Preparation for Stunting Prevention in Karang Asam Ilir S*, 2024(6), 4–10.
- Wati, L., & Musnadi, J. (2022). Hubungan asupan gizi dengan kejadian stunting pada anak di Desa Padang Kecamatan Manggeng Kabupaten Aceh Barat Daya. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 44–52. <https://doi.org/10.32672/jbe.v10i1.4116>
- Widhawati, R., Lubis, V. H., & Komalasari, O. (2024). *Jurnal Peduli Masyarakat. Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 4(September), 171–178.