

PEMBERDAYAAN IBU BALITA DALAM MENYIAPKAN MAKANAN BERNILAI GIZI
TINGGI BERBASIS KEARIFAN LOKAL: UBI JALAR DAN IKAN LELE DI DESA
MEKAR AGUNG KECAMATAN CIBADAK KABUPATEN LEBAK

Siti Rusyanti^{1*}, Nani Yuningsih²

¹⁻²Poltekkes Kemenkes Banten

Email Korespondensi: sitirusyanti@yahoo.co.id

Disubmit: 14 Juni 2026 Diterima: 31 Agustus 2026 Diterbitkan: 01 Oktober 2026
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i10.26495>

ABSTRAK

Kabupaten Lebak mencatat angka stunting yang tinggi, termasuk di Desa Mekar Agung yang mengidentifikasi adanya 7 balita stunting. Pola pemenuhan gizi yang tidak optimal dipicu oleh keterbatasan pengetahuan dan kemampuan ibu balita dalam mengolah makanan yang bervariasi. Di sisi lain, komoditas kearifan lokal seperti ubi jalar dan ikan lele sangat melimpah, murah, dan kaya gizi namun belum dimanfaatkan optimal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan ibu balita melalui edukasi nutrisi dan pelatihan pengolahan makanan berbasis bahan lokal guna mencegah stunting. Metode: Kegiatan ini melibatkan 10 ibu balita di Desa Mekar Agung sebagai mitra sasaran serta didampingi oleh 3 mahasiswa kebidanan. Metode pelaksanaan mencakup analisis situasi, *pre-test*, edukasi pemahaman nutrisi, praktik langsung pembuatan variasi menu (nugget lele, rolade lele, puding ubi ungu), *post-test*, serta monitoring evaluasi berkala melalui kunjungan rumah bersama Bidan Pembina Desa. Hasil kegiatan menunjukkan lonjakan pengetahuan kategori "Baik" dari semula 20% saat *pre-test* menjadi 90% setelah *post-test*. Mitra sasaran juga 100% menjadi sangat terampil dalam mempraktikkan teknik *fillet*, pengolahan higienis, dan pengemasan inovasi menu. Tahap monitoring mengonfirmasi perubahan perilaku ibu dalam diversifikasi menu harian balita yang berdampak pada peningkatan daya terima anak dan tren kenaikan berat badan (BB) balita rata-rata sebesar 0,2 kg hingga 0,5 kg. Pemberdayaan masyarakat secara mandiri melalui pemanfaatan bahan pangan kearifan lokal efektif meningkatkan kapasitas kognitif dan psikomotorik ibu serta mendukung perbaikan status gizi anak balita.

Kata Kunci: Gizi, Ikan Lele, Kearifan Lokal, Stunting, Ubi Jalar.

ABSTRACT

Lebak Regency recorded a high stunting rate, including Mekar Agung Village, which identified 7 stunted toddlers. Suboptimal nutritional fulfillment is triggered by limited knowledge and skills of mothers in preparing varied food. On the other hand, local wisdom commodities such as sweet potatoes and catfish are highly abundant, affordable, and nutrient-dense but have not been optimally utilized. This community service activity aimed to empower mothers of toddlers through nutritional education and food processing training based on local ingredients to prevent stunting. This activity involved 10 mothers of toddlers in Mekar Agung Village as target partners, assisted by 3 midwifery

students. The implementation methods included situation analysis, pre-test, nutritional education, hands-on practice in making varied menus (catfish nuggets, catfish rolade, purple sweet potato pudding), post-test, and regular monitoring-evaluation through home visits with the Village Midwife. The results showed a significant increase in the "Good" knowledge category from 20% during the pre-test to 90% after the post-test. Target partners also became 100% highly skilled in practicing filleting techniques, hygienic processing, and innovative menu packaging. The monitoring phase confirmed behavioral changes in mothers regarding daily menu diversification, leading to improved child food acceptance and a positive trend in toddler weight gain by an average of 0.2 kg to 0.5 kg. Community empowerment through the utilization of local wisdom foodstuffs effectively improves mothers' cognitive and psychomotor capacities and supports the nutritional status improvement of toddlers.

Keywords: Catfish, Local Wisdom, Nutrition, Stunting, Sweet Potato.

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi rendahnya tinggi badan dibandingkan dengan standar tinggi badan pada usia tertentu. Standar tinggi badan menurut umur yang saat ini digunakan di berbagai negara mengacu pada standar pertumbuhan WHO. Stunting merupakan salah satu indikator kekurangan gizi kronis pada anak. Secara global, stunting masih menjadi masalah gizi yang banyak dialami oleh anak usia di bawah lima tahun (Sanyaolu et al., 2023).

Perspektif terbaru menunjukkan bahwa intervensi berbasis lipid atau suplementasi mikronutrien saja belum cukup untuk mengatasi stunting secara optimal. Hal ini menunjukkan pentingnya memperhatikan kualitas dan keragaman zat gizi dalam makanan anak, termasuk kecukupan protein dan pangan sumber protein hewani. Pola konsumsi dengan kualitas protein yang rendah berkaitan dengan gangguan pertumbuhan dan risiko terjadinya stunting (Black et al., 2023; Huffman et al., 2022). Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang hingga kini masih menjadi tantangan pada tingkat global, nasional, regional, hingga kabupaten/kota.

Kabupaten Lebak merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Banten dengan kasus stunting pada tahun 2025 sebanyak 4.580 balita. Pemenuhan kebutuhan gizi keluarga sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya pengetahuan, sikap, budaya, serta kondisi sosial dan ekonomi keluarga. Pemberian makanan menjadi salah satu faktor yang sangat krusial dalam pencegahan stunting di masyarakat. Desa Mekar Agung, yang berlokasi di wilayah kerja Puskesmas Mandala-Rangkasbitung, merupakan salah satu desa dengan kasus stunting terbanyak, yaitu sebanyak 7 kasus. Untuk menekan dan mencegah kasus stunting, sangat dibutuhkan peran serta berbagai pihak, selain pemerintah pusat dan daerah, juga pihak swasta, BUMN, perguruan tinggi, dan masyarakat. Tumbuh kembang anak sangat perlu diperhatikan karena usia dini merupakan periode penting dalam pertumbuhan dan perkembangan yang dapat memengaruhi kondisi fisik, mental, maupun intelektual anak pada masa mendatang. Upaya pencegahan stunting melalui intervensi berbasis masyarakat menjadi salah satu strategi penting dalam meningkatkan status gizi dan kualitas tumbuh kembang anak (J. R. F. et al., 2022).

Kabupaten Lebak merupakan daerah yang memiliki komoditas ubi jalar dan ikan lele (*Clarias gariepinus*) yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber

pangan lokal untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Ketersediaan bahan pangan lokal dapat mendukung pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat karena relatif mudah diperoleh dan terjangkau, termasuk bagi keluarga dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah (Diana et al., 2022; Lestari et al., 2023).

Ikan lele merupakan salah satu sumber protein hewani yang banyak dikonsumsi masyarakat. Ikan lele memiliki kandungan protein yang cukup tinggi sehingga berpotensi dimanfaatkan sebagai bahan pangan untuk mendukung pemenuhan kebutuhan protein. Pemanfaatan ikan lele sebagai sumber pangan lokal juga memiliki potensi dalam mendukung diversifikasi pangan dan peningkatan asupan protein hewani pada balita (Djonu et al., 2021).

Ikan lele dapat diolah menjadi berbagai jenis produk pangan. Bagian ikan yang dapat dimanfaatkan meliputi daging dan bagian lainnya yang dapat dikembangkan menjadi berbagai produk olahan. Daging ikan lele, misalnya, dapat diolah menjadi nugget, stik ikan, bakso, dan berbagai produk pangan lainnya. Diversifikasi produk berbahan dasar ikan lele dapat meningkatkan nilai guna dan penerimaan ikan lele sebagai sumber pangan masyarakat (Afriani et al., 2022).

Ubi jalar memiliki kandungan zat gizi yang cukup beragam dan berpotensi dikembangkan sebagai bahan pangan lokal. Ubi jalar mengandung karbohidrat, serat, vitamin, mineral, serta berbagai komponen bioaktif, termasuk karotenoid dan antosianin yang memiliki aktivitas antioksidan. Selain memiliki nilai gizi, ubi jalar juga memiliki potensi yang besar untuk dikembangkan menjadi berbagai produk pangan karena telah dikenal dan dikonsumsi oleh masyarakat. Oleh karena itu, inovasi pengolahan ubi jalar dapat meningkatkan nilai tambah sekaligus mendukung diversifikasi pangan berbasis sumber daya lokal (Neela & Fanta, 2020; Rosidah, 2014).



Gambar 1. Ubi Jalar



Gambar 2. Ikan Lele

Kearifan lokal (*local wisdom*) merupakan identitas atau kepribadian budaya yang dimiliki oleh masyarakat, hal ini dapat berupa aneka ragam macam strategi kehidupan yang berwujud aktivitas yang dilakukan oleh warga lokal dalam menjawab dilema pada pemenuhan kebutuhan mereka. *Local wisdom* berkaitan erat dengan *local knowledge* (kecerdasan setempat lokal), aneka macam manajemen dilakukan oleh masyarakat setempat untuk menjaga tradisinya. Kondisi alam dan geografis desa ini sangat menunjang kelestarian kearifan lokal yang dari hari ke hari dibutuhkan sentuhan ataupun penguatan agar masyarakat terus dapat memberdayakan dirinya dengan memaksimalkan potensi kearifan lokal tersebut. Nilai-nilai yang diwariskan dari generasi ke generasi tersebut serta berbagai faktor yang memengaruhinya sangat perlu dilestarikan dengan baik agar masyarakat dapat terus survive dalam menjalani kehidupan di daerahnya sendiri dengan memaksimalkan potensi yang dimilikinya (Taufan et al., 2023).

Pemberdayaan masyarakat merupakan salah satu upaya yang sangat strategis dalam pemecahan masalah kesehatan di masyarakat, khususnya dalam mencegah penyakit tidak menular, masalah Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). (9). Pada beberapa tahun yang lalu, pihak Puskesmas Mandala-Rangkasbitung menyelenggarakan edukasi pemenuhan gizi Balita dengan sasaran kader kesehatan dengan memanfaatkan bahan makanan kearifan lokal, yaitu ikan lele, dengan harapan para kader yang sudah dilatih dapat meneruskan hasil pelatihannya, yaitu cara membuat makanan berbahan dasar Ikan Lele kepada Ibu Balita di Desa Mekar Agung, namun dalam perjalanannya, karena beberapa kendala seperti keterbatasan waktu dan biaya, sehingga belum semua Ibu yang mempunyai Balita terpapar dengan hasil pelatihan tersebut. Poltekkes Kemenkes Banten hadir untuk kembali melakukan pemberdayaan langsung kepada Ibu Balita dalam kegiatan edukasi gizi Balita sebagai upaya pencegahan stunting dengan melakukan keterampilan menyiapkan makanan bernilai gizi tinggi berbahan dasar Ubi Jalar dan Ikan Lele.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tim melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat skema program kemitraan masyarakat melalui kegiatan Pemberdayaan Ibu Balita dalam Menyiapkan Makanan Bernilai Gizi Tinggi Berbahan Dasar Kearifal Lokal: Ubi Jalar dan Ikan Lele, Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. Adapun solusi permasalahan yang dilakukan adalah diawali dengan sosialisasi kegiatan kepada masyarakat

sasaran (10 mitra sasaran ibu yang memiliki Balita) dan ketua kelompok mitra (Bidan Pembina Desa), kemudian dilaksanakan kegiatan pelatihan menyiapkan makanan Balita bernilai gizi tinggi berbahan dasar kearifan lokal: ubi jalar dan ikan lele. Peserta diberikan pre dan post test.

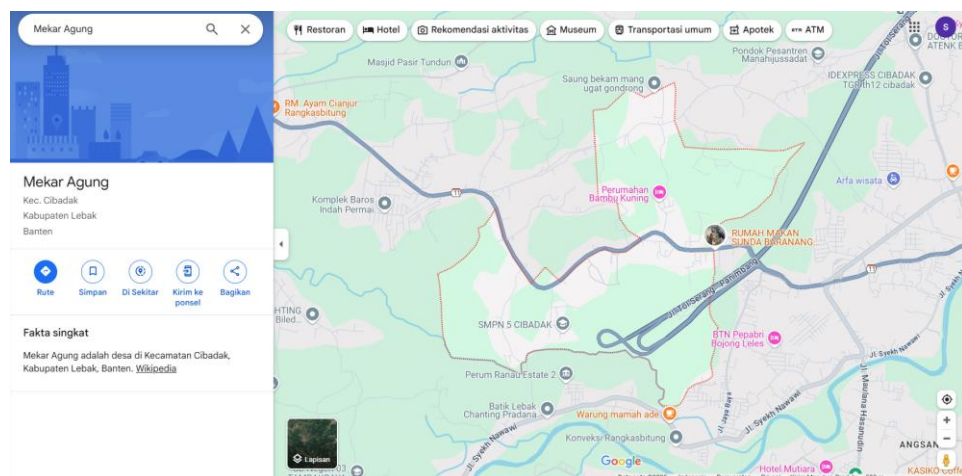
2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masalah aktual yang terjadi di lapangan adalah jumlah kasus stunting yang tinggi di Kabupaten Lebak, terutama di Desa Mekar Agung, di mana ada 7 balita yang terkena stunting. Salah satu faktor utamanya adalah pola pemenuhan gizi keluarga yang kurang baik karena ibu tidak tahu dan tidak mahir mengolah makanan. Sebaliknya, ibu balita belum menggunakan sepenuhnya kearifan lokal tentang ubi jalar dan ikan lele, yang sangat murah dan kaya gizi. Selain itu, karena kendala waktu dan biaya, edukasi gizi dari puskesmas sebelumnya belum menjangkau semua ibu balita.

Berdasarkan masalah aktual di atas, pertanyaan yang dirumuskan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- Bagaimanakah ibu balita di Desa Mekar Agung tahu tentang pentingnya nutrisi berbasis kearifan lokal sebelum dan sesudah tes?
- Bagaimanakah ibu balita di Desa Mekar Agung dapat meningkatkan kemampuan mereka untuk mengubah makanan lokal tradisional, seperti ubi jalar dan ikan lele, menjadi menu yang sehat dan disukai anak-anak?
- Bagaimanakah kegiatan pemberdayaan berdampak pada perubahan perilaku ibu dan perkembangan berat badan (BB) anak balita setelah dilaksanakan?

Berikut ini peta lokasi mitra sasaran:



Gambar 3. Peta Desa Mekar Agung Kecamatan Cibadak Kabupaten Lebak

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Masalah Stunting pada Balita dan Kebutuhan untuk Pemenuhan Nutrisi

Stunting adalah manifestasi klinis dari kegagalan pertumbuhan linear yang disebabkan oleh kekurangan nutrisi kronis yang berlangsung dalam jangka panjang. Stunting adalah indikator terbaik untuk menilai kekurangan nutrisi berkelanjutan pada anak-anak di bawah usia lima tahun.

Tahapan pemberdayaan dimulai dari upaya agar masyarakat dapat mengembangkan pemikiran mereka dalam berbagai hal untuk meningkatkan kesehatan keluarga. Kemauan untuk mengembangkan diri mereka yang ditunjang dengan keahlian untuk merealisasikan keterampilan yang dimiliki serta pengalaman sehingga mereka merasa percaya diri untuk terus berkembang. Kemampuan serta rasa percaya diri menjadikan masyarakat yang mendapatkan pemberdayaan menjadi mandiri dan terus berusaha untuk meningkatkan kesehatan keluarga, khususnya Balita. Melalui aktifitas pendidikan non formal diharapkan dapat membantu masyarakat berdaya sesuai dengan kebutuhan masyarakat itu sendiri.(13)

Kondisi ini mencakup berbagai bagian dan dipengaruhi oleh banyak faktor sosial yang kompleks di tingkat keluarga, seperti kurangnya pengetahuan hulu, sikap asuh, keterbatasan ekonomi, dan budaya lokal tentang pemenuhan gizi. Kecukupan nutrisi sangat penting selama fase awal perkembangan anak (usia 0 hingga 5 tahun), atau masa keemasan, karena stunting menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, motorik, dan intelektual. Jika tidak ada intervensi, penurunan kualitas kesehatan ini akan berlanjut hingga anak-anak tumbuh dewasa dan menjadi sumber daya manusia yang tidak produktif. Ini secara makro dapat mengancam keberhasilan pembangunan jangka panjang negara.

Menurut perspektif kontemporer dalam penanganan stunting, intervensi yang hanya bergantung pada suplemen mikronutrien atau formula berbasis lipid yang dibuat oleh perusahaan komersial seringkali memiliki efek yang sangat kecil atau bahkan tidak ada dalam mengurangi prevalensi stunting di komunitas. Hasil ini menunjukkan secara jelas bahwa penanganan harus difokuskan pada peningkatan kualitas diet makanan harian dengan memastikan pemenuhan zat gizi esensial yang lengkap. Pola asuh yang mengonsumsi protein rendah telah dikaitkan dengan stunting rumah tangga. Oleh karena itu, memastikan bahwa balita mendapatkan asupan gizi yang seimbang, tinggi asam amino protein hewani, dan mikronutrien fungsional yang mudah diserap oleh tubuh adalah strategi utama untuk menekan dan mencegah stunting di tingkat rentan.

b. Profil Nutrisi Ikan Lele (*Clarias gariepinus*) sebagai Sumber Protein Hewani Tinggi

Komoditas hewani lokal seperti ikan lele (*Clarias gariepinus*), yang memberikan nutrisi berkualitas tinggi, menawarkan solusi strategis yang sangat baik untuk mengatasi stunting balita. Saat dikonsumsi, ikan lele memiliki rasa gurih dan tekstur daging yang lembut, yang menjadikannya sumber protein hewani berkualitas tinggi. Tidak ada keraguan ilmiah tentang profil gizi dan kandungan gizi ikan lele. Pada 100 gram daging ikan lele segar, terdapat makronutrien dan mikronutrien esensial seperti energi 145 kalori, protein 15,45 gram, lemak 9,09 gram, natrium 65 miligram, kolesterol 82 miligram, dan asam lemak jenuh.

Selain nilai gizinya yang bagus, ikan lele juga mudah diolah. Anatomi ikan lele, yang terdiri dari bagian kepala, kulit, daging, dan duri, sebenarnya dapat dioptimalkan dan diproses menjadi berbagai macam variasi olahan yang dapat diandalkan dan bergizi tinggi. Karakteristik serat daging ikan lele membuatnya cocok untuk membuat berbagai makanan baru yang disukai anak-anak, seperti rolade lele, nugget ikan,

dan puding ubi jalar. Pengolahan daging ikan lele menjadi jenis makanan modern ini sangat penting untuk meningkatkan daya terima makan anak balita. Ini akan membantu mengatasi masalah penolakan makanan (picky eating) dan memberi tubuh balita pasokan protein hewani yang baik dengan harga terjangkau.

c. Kandungan Zat Gizi Fungsional Ubi Jalar untuk Mendukung Pertumbuhan Anak

Ubi jalar adalah salah satu makanan karbohidrat lokal yang sangat baik untuk mendukung kecukupan gizi balita. Komoditas ini mengandung banyak zat gizi, dan beberapa di antaranya memiliki fungsi fisiologis yang unik dan penting bagi metabolisme tubuh anak. Sebagai contoh, senyawa karotenoid dan antosianin berfungsi sebagai antioksidan alami untuk melawan radikal bebas, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, dan melindungi sel-sel tubuh balita dari kerusakan oksidatif. Ubi jalar juga memiliki serat rafinosa. Sebagai prebiotik alami, serat rafinosa ini membantu pertumbuhan bakteri baik (probiotik) di usus balita. Ini menjaga kesehatan saluran pencernaan anak dan memudahkan penyerapan zat gizi mikro dari makanan.

Tingginya daya terima masyarakat terhadap produk berbasis ubi jalar adalah manfaat strategis tambahan dari penggunaan ubi jalar di masyarakat. Karena ubi jalar adalah bahan makanan tradisional yang populer dan akrab di lidah masyarakat umum, pengembangannya tidak akan menghadapi hambatan budaya. Pengolahan ubi jalar hanya membutuhkan inovasi dan kreativitas agar komoditas ini tidak membosankan dan dapat meningkatkan minat konsumsi balita. Mengubah ubi jalar menjadi produk olahan sekunder yang menarik, seperti puding ubi ungu atau produk roti yang kaya gizi, terbukti efektif. Ini membuatnya sebagai makanan pendamping pangan lokal yang penuh energi dan kaya mikronutrien, yang sangat penting untuk mengejar ketertinggalan pertumbuhan (catch-up growth) pada anak stunting.

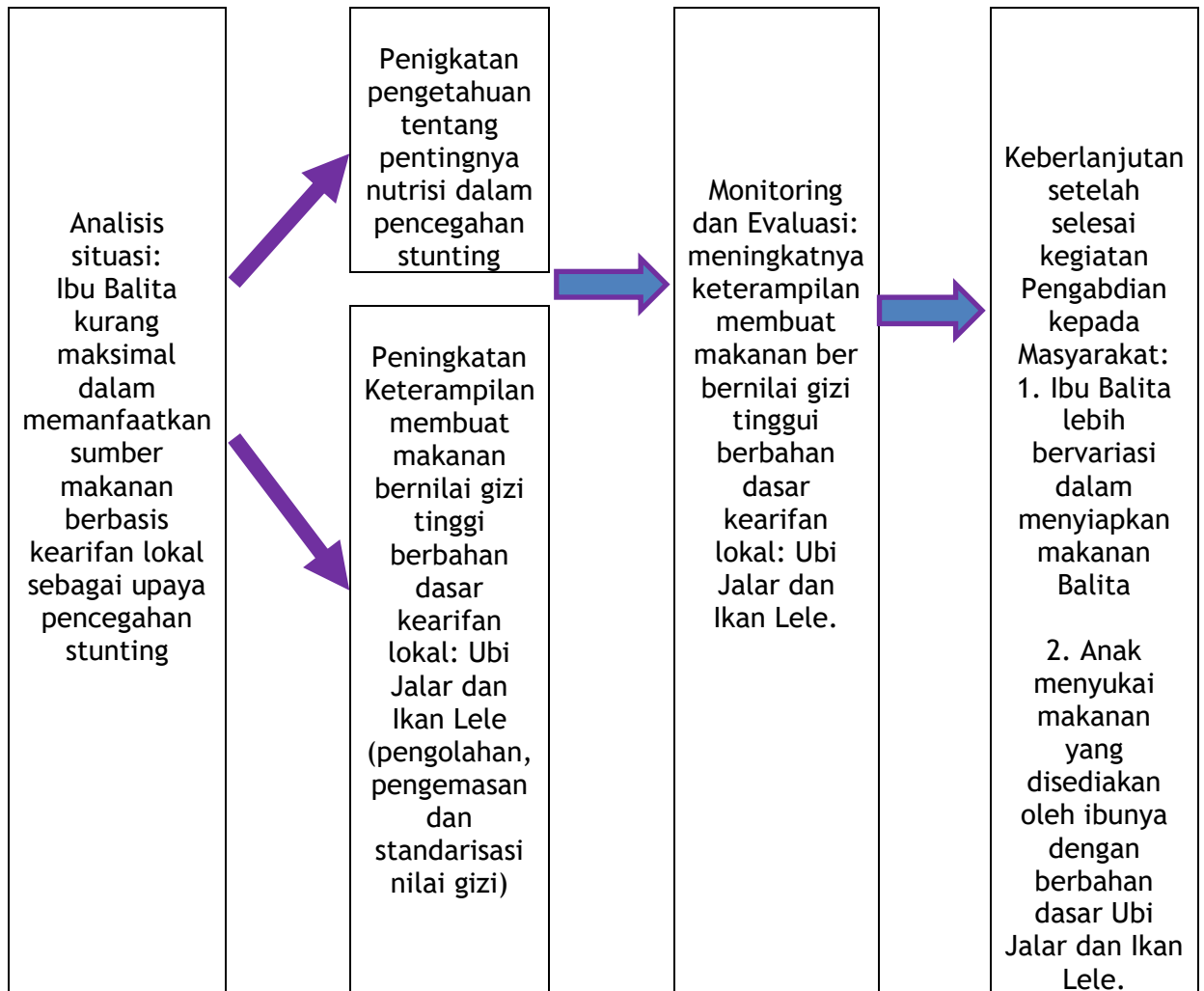
d. Urgensi Pemberdayaan Ibu Balita dalam Pencegahan Stunting Berbasis Kearifan Lokal

Salah satu strategi yang paling penting dan berkelanjutan untuk memecahkan berbagai akar masalah kesehatan masyarakat adalah pemberdayaan masyarakat. Ini terutama berlaku untuk masalah pemenuhan gizi buruk dan kesehatan ibu dan anak (KIA). Pemberdayaan masyarakat pada dasarnya adalah proses edukasi nonformal yang bertujuan untuk mengajarkan orang-orang untuk belajar berpikir kritis, menemukan potensi, dan meningkatkan kesehatan keluarga secara mandiri. Penguatan keahlian psikomotorik serta pengalaman praktis harus mendorong kemauan masyarakat yang kuat untuk merubah nasib kesehatan mereka. Ini harus menumbuhkan rasa percaya diri yang tinggi untuk terus berkembang dan mengaplikasikan keterampilan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk mencegah stunting, sasaran utama pemberdayaan harus ditujukan langsung kepada ibu balita karena mereka adalah pengasuh utama dan memegang kendali penuh atas pola asuh dan menu makanan keluarga. Terbukti bahwa intervensi melalui pendidikan nonformal dan pelatihan keterampilan memasak ini sangat efektif dalam membantu ibu memenuhi kebutuhan riil mereka. Kearifan lokal (local wisdom) yang

murah dan melimpah di sekitarnya, seperti ubi jalar dan ikan lele, dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan keterampilan ibu dalam membuat makanan yang kaya nutrisi. Kemampuan mandiri dan rasa percaya diri yang diperoleh ibu balita dari pemberdayaan ini akan mendorong mereka untuk secara konsisten dan kreatif menyajikan makanan sehat yang disukai anak di rumah. Dalam jangka panjang, ini akan memungkinkan ibu balita untuk mewujudkan kemandirian kesehatan keluarga dan mewujudkan komunitas yang tidak lagi stunting.

Berikut ini gambaran IPTEK yang dilakukan:



Bagan 1. Gambaran IPTEK yang akan dilakukan

4. METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat terdiri dari:

- 1) Tahap persiapan, meliputi survey lapangan untuk menentukan masalah yang akan ditangani melalui kegiatan pengabdian masyarakat, kemudian mengurus perizinan ke Kesbangpol Kabupaten Lebak dan pihak Desa Mekar Agung Kecamatan Cibadak Kabupaten Lebak.
- 2) Tahap pelaksanaan, yaitu:

- a. Peserta diberikan pre test dan post test
 - b. Pemberian materi tentang makanan bernilai gizi tinggi untuk mencegah stunting berbasis kearifan lokal
 - c. Memberikan keterampilan cara membuat makanan berbahan dasar ubi jalar dan ikan lele, yang disukai oleh anak, kepada 10 mitra sasaran ibu yang mempunyai Balita.
- 3) Tahap monitoring dan evaluasi, dengan cara observasi untuk mengukur perubahan perilaku ibu Balita dalam menyiapkan makanan bergizi tinggi dan dilakukan post test serta melakukan monitoring terhadap peningkatan BB anak.

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini melibatkan mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Banten sebanyak 3 orang a.n Chelsea Meisya Herliyanti, Fauziah Risliah, dan Desty Awaliah Putri dengan harapan agar mahasiswa mendapatkan pembelajaran melalui pengalaman langsung di masyarakat dari mata kuliah Asuhan pada Balita dan Asuhan Kebidanan Komunitas dalam upaya pencegahan stunting, sehingga mendukung pemecahan masalah KIA di komunitas

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

1) Pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah edukasi nutrisi

Di Desa Mekar Agung, sepuluh ibu yang memiliki balita menerima pendidikan berbasis kearifan lokal tentang pentingnya nutrisi untuk mencegah stunting. Sebelum presentasi materi dilakukan tes pra untuk mengukur pemahaman awal mitra, dan setelah presentasi materi dilakukan tes pasca untuk mengukur efektivitas instruksi. Tabel 1 berikut menunjukkan data tentang perkembangan tingkat pengetahuan mitra sasaran:

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu Balita Sebelum (Pre-test) dan Sesudah (Post-test) Edukasi Nutrisi

Kategori Pengetahuan	Pre-test	Post-test
Baik (Skor 76-100%)	2 orang (20%)	9 orang (90%)
Cukup (Skor 56-75%)	5 orang (50%)	1 orang (10%)
Kurang (Skor <56%)	3 orang (30%)	0 orang (0%)
Total	10 orang (100%)	10 orang (100%)

Tabel 1 menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebagai hasil dari kendala yang terjadi pada program puskesmas sebelumnya, sebagian besar ibu balita yang menjalani pemeriksaan prenatal menunjukkan pengetahuan yang cukup (50%) dan kurang (30%) tentang nutrisi. Namun, tingkat pengetahuan ibu balita meningkat pesat setelah edukasi interaktif yang diberikan oleh tim pengabdian, yang dibantu oleh tiga mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banten. Sembilan puluh persen dari mereka berhasil mencapai kategori Baik setelah tes.



Gambar 4. sosialisasi dan edukasi pemenuhan nutrisi terbaik bagi balita untuk pencegahan stunting yang diikuti secara antusias oleh 10 ibu mitra di Desa Mekar Agung.

2) Keterampilan Ibu Balita dalam Mengolah Bahan Makanan Berbasis Kearifan Lokal (Ubi Jalar dan Ikan Lele)

Fokus peningkatan keterampilan adalah praktik langsung pengolahan ikan lele dan ubi jalar, yang merupakan komoditas lokal dari Kabupaten Lebak, menjadi variasi menu yang menarik selera anak-anak, seperti puding ubi ungu dan nugget lele. Selama pelatihan, lembar observasi psikomotorik digunakan untuk menilai keterampilan. Tabel 2 menggambarkan perkembangan kemampuan ibu balita.

Tabel 2. Evaluasi Keterampilan Praktik Pengolahan Makanan Berbasis Ubi Jalar dan Ikan Lele

Aspek Keterampilan yang Dinilai	Sebelum Pelatihan (Hanya Tahu Teori)	Setelah Pelatihan (Praktik Mandiri)	Keterangan
Teknik Fillet & Pembersihan Ikan Lele	Kurang	Terampil	Mampu memisahkan daging dari duri dengan rapi.
Inovasi Menu (Nugget dan rolade ikan lele, pudding ubi ungu)	Kurang	Sangat terampil	Mampu membentuk adonan menjadi makanan menarik anak.
Standarisasi Nilai Gizi & Higienitas	Cukup	Terampil	Memperhatikan kebersihan alat dan proporsi bahan

10 ibu balita, yang awalnya hanya terbiasa mengolah lele dengan cara digoreng biasa, dan ubi jalar dengan digoreng/dikukus/kolak, kini berhasil mempraktikkan standarisasi pengolahan, pengemasan, dan inovasi bentuk makanan yang disukai balita berkat bantuan intensif dari tim dosen dan mahasiswa kebidanan.



Gambar 5. Pendampingan praktik pembuatan menu inovasi berbahan dasar ikan lele dan ubi jalar oleh tim pengabdi bersama mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banten.

3) Hasil Monitoring dan Evaluasi terhadap Perubahan Perilaku Ibu dan Perkembangan Berat Badan (BB) Anak Balita

Setelah kegiatan, tahap pemantauan dan evaluasi dilakukan secara berkala melalui kunjungan rumah bersama Bidan Pembina Desa, yang bertindak sebagai ketua kelompok mitra. Hasil observasi menunjukkan perubahan perilaku yang positif dan pengaruh awal pada kondisi fisik bayi:

- Perubahan Perilaku Ibu:** 100% ibu balita melaporkan telah mengubah cara mereka mengonsumsi makanan di rumah. Memanfaatkan warung sayur di sekitar rumah atau pekarangan untuk mendapatkan ubi jalar dan ikan lele yang murah namun kaya nutrisi telah membuat mereka menjadi lebih beragam dalam membuat makanan pendamping atau camilan untuk balita.
- Daya Terima Anak:** Anak-anak balita menunjukkan respon yang sangat baik dan menyukai variasi menu ikan lele dan ubi jalar yang dimasak ibunya karena rasanya yang lezat dan bentuknya yang menarik.
- Perkembangan Berat Badan (BB) Balita:** Menurut pemantauan selama kurun waktu evaluasi, anak balita dari mitra menunjukkan tren kenaikan berat badan (BB) yang positif, dengan kenaikan rata-rata 0,2 kg hingga 0,5 kg. Ini adalah indikasi awal bahwa perbaikan pola asuh dan pemberian nutrisi yang efektif dapat membantu status gizi balita menuju masyarakat bebas dari stunting.



Gambar 6. Evaluasi daya terima anak balita terhadap produk makanan bergizi tinggi berbasis kearifan lokal yang telah dibuat oleh para ibu balita

b. Pembahasan

Menyajikan pembahasan sesuai dengan urutan rumusan pertanyaan. Pembahasan adalah kegiatan membandingkan (*comparing*) dan mengkontraskan (*contrasting*).

1) Pengetahuan ibu balita sebelum dan sesudah edukasi nutrisi

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kategori pengetahuan "Baik" meningkat secara signifikan dari hanya 20% saat pre-test menjadi 90% setelah post-test. Sebelum intervensi, sebagian besar ibu balita berada di kategori "Cukup" (50 persen) dan "Kurang" (30 persen). Kondisi awal ini sejalan dengan kenyataan bahwa sikap dan tingkat pengetahuan, serta paparan informasi, adalah faktor sosial utama yang memengaruhi pola asuh gizi di tingkat keluarga. Fakta bahwa program edukasi Puskesmas Mandala-Rangkasbitung baru-baru ini hanya berkonsentrasi pada kader kesehatan dan belum mencapai seluruh populasi ibu balita secara merata adalah faktor lain yang menyebabkan pemahaman awal yang buruk ini. Ini karena kendala yang terkait dengan operasi, waktu, dan sumber daya keuangan.

Jika dilihat secara empiris bahwa kurangnya literasi gizi jangka panjang berisiko memperburuk kualitas diet anak dan menyebabkan stunting. Sebaliknya, pemahaman ibu tentang pentingnya kecukupan nutrisi meningkat setelah tim dosen dari Poltekkes Kemenkes Banten dan tiga mahasiswa Jurusan Kebidanan menggunakan pendekatan edukasi interaktif langsung. Keberhasilan lompatan kognitif ini menunjukkan bahwa pendidikan non formal atau penyuluhan yang aplikatif dan berbasis pada kebutuhan komunitas dapat mempercepat penyerapan informasi. Para ibu dapat mempersiapkan diri secara konseptual untuk mengatasi masalah gizi balitanya dengan transfer pengetahuan yang optimal.

2) Keterampilan Ibu Balita dalam Mengolah Bahan Makanan Berbasis Kearifan Lokal (Ubi Jalar dan Ikan Lele)

Terbukti bahwa pemberdayaan yang dilakukan berhasil meningkatkan kemampuan ibu balita untuk memanfaatkan potensi yang ada di sekitar mereka. Sebelum pelatihan, para ibu hanya menggunakan teknik pengolahan konvensional, seperti menggoreng ikan lele atau mengukus dan membuat kolak dari ubi jalar. Metode ini membuat anak tidak tertarik untuk makan. Data penilaian psikomotorik yang dikumpulkan setelah pelatihan menunjukkan bahwa seratus persen mitra sasaran telah berkembang menjadi sangat mahir dalam teknik fillet, menjaga higienitas, dan membuat menu kreatif dengan nugget lele, rolade lele, dan puding ubi ungu yang menggugah selera anak-anak.

Strategi pemanfaatan komoditas kearifan lokal Kabupaten Lebak yang melimpah, murah, dan mudah diakses oleh pedagang keliling harian mendorong peningkatan keterampilan ini. Secara ilmiah, ikan lele (*Clarias gariepinus*) memiliki profil nutrisi yang luar biasa. Ini memiliki kadar protein yang tinggi, berkisar antara 14,57% dan 17,39%, dan memiliki banyak asam amino esensial yang sangat penting untuk pengobatan balita stunting.

Ubi jalar dengan kandungan zat gizi makro dan mikro yang berguna, seperti serat rafinosa yang berfungsi sebagai prebiotik alami, dan senyawa antioksidan seperti karotenoid dan antosianin, memenuhi kebutuhan nutrisi anak. Menurut perbandingan dengan penelitian

sejenis, pembuatan produk makanan lokal yang diterima masyarakat adalah kunci keberhasilan upaya gizi. Mengubah bahan dasar yang telah dikenal oleh masyarakat menjadi menu baru (seperti nugget dan puding) telah terbukti berhasil mengatasi penolakan makanan balita. Ini juga memastikan bahwa asupan protein yang tinggi dapat diakses dengan biaya yang terjangkau bagi anggota ekonomi menengah ke bawah.

3) Hasil Monitoring dan Evaluasi terhadap Perubahan Perilaku Ibu dan Perkembangan Berat Badan (BB) Anak Balita

Tetap ada internalisasi perilaku kesehatan di tingkat rumah tangga, seperti yang ditunjukkan oleh fase monitoring bersama Bidan Pembina Desa. Semua ibu balita (100%) mengubah pola asuh mereka dengan secara konsisten memasukkan ikan lele dan ubi jalar ke dalam menu harian anak-anak mereka. Perubahan perilaku ini secara linier meningkatkan daya terima balita, yang menikmati rasa gurih ikan lele dan tampilan menu baru yang menarik. Dengan hasil yang positif, pemantauan antropometri menunjukkan tren pertumbuhan fisik yang positif, dengan kenaikan berat badan (BB) balita rata-rata antara 0,2 kg dan 0,5 kg selama masa evaluasi.

Munculnya kemandirian dan rasa percaya diri masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan keluarga adalah tanda tahapan pemberdayaan yang sukses. Ibu balita akan didorong secara mandiri untuk menjaga pemenuhan nutrisi anak mereka secara berkelanjutan ketika mereka dibekali keahlian psikomotorik yang mapan dan didukung oleh ketersediaan bahan baku lokal. Peningkatan BB balita dalam kegiatan ini menguatkan argumen bahwa pencegahan stunting di tingkat komunitas tidak harus bergantung pada intervensi lipid atau suplemen mikronutrien buatan komersial yang mahal dan kadang-kadang tidak efektif. Sebaliknya, membantu ibu mengoptimalkan diet mereka dengan protein hewani berkualitas tinggi (seperti lele) dan karbohidrat kaya mikronutrien (seperti ubi jalar) secara mandiri terbukti menjadi langkah yang jauh lebih logis, murah, dan efektif untuk mencegah stunting di tingkat komunitas.

6. KESIMPULAN

Simpulan yang diperoleh dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah:

- a. Meningkatnya pengetahuan ibu balita di Desa Mekar Agung tahu tentang pentingnya nutrisi berbasis kearifan lokal sesudah diberikan edukasi dibandingkan dengan sebelumnya.
- b. Meningkatnya kemampuan/keterampilan ibu balita untuk mengolah makanan lokal tradisional, seperti ubi jalar dan ikan lele, menjadi menu yang sehat dan disukai anak-anak
- c. Terdapat perubahan perilaku ibu dan perkembangan berat badan (BB) anak balita setelah dilaksanakan kegiatan ini.

SARAN

Agar kegiatan pemberdayaan ibu Balita seperti ini dapat dilaksanakan di wilayah lain dengan sasaran yang lebih luas.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Afriani, K., Permana, A. H., Widiana, I., Agustin, P. A., Nurhalisa, I. A., & Az Zahro, H. (2022). Pembuatan aneka produk olahan pangan berbahan dasar ikan lele. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AKA*, 2(1), 30-34.
- Amalia, R., Khomsan, A., & Sukandar, D. (2021). Hubungan pengetahuan gizi, pola asuh pemberian makan, dan kearifan lokal dengan status gizi balita. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 16(2), 89-98.
- Black, R. E., Heidkamp, R., Sun, Y., et al. (2023). Global prevalence of stunting and the crucial role of animal-source foods in toddler development. *The Lancet Global Health*, 11(5), e672-e681.
- Darawati, M., Yunianto, A. E., Doloksaribu, T. H., & Chandradewi, A. (2021). Formulasi food bar berbasis pangan lokal tinggi asam amino esensial untuk anak balita stunting. *AcTion: Aceh Nutrition Journal*, 6(2), 163.
- Diana, R., Adi, A. C., & Rachmayanti, R. D. (2022). Pemanfaatan ikan lele (*Clarias gariepinus*) dalam diversifikasi pangan lokal sebagai upaya pemenuhan protein hewani balita. *Media Gizi Indonesia*, 17(1), 45-53.
- Djonu, A., Nursayam, H., & Boikh, I. L. (2021). Profil nutrisi dan analisis usaha produk nugget ikan lele pada UKM Rukun 201. *Jurnal Bahari Papadak*, 2(2), 212-216.
- Huffman, S. L., Harika, R. K., Eilander, A., & Osendarp, S. J. (2022). Essential fats and proteins in catfish: A logic strategy for catching up growth in stunted children. *Maternal & Child Nutrition*, 18(Suppl. 1), e13290.
- Junus, N., & Mamu, K. J. (2022). Pelatihan pemanfaatan buah pisang sebagai makanan pencegah stunting berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang di Desa Lamu. *DAS SEIN: Jurnal Pengabdian Hukum dan Humaniora*, 2(1), 1-12. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/dassein/article/view/12067>
- Komariah, M., Pratiwi, Z. S., Budhiyanti, H., & Adithia, A. (2020). Sereal untuk. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(1), 51.
- Lestari, W., Margawati, A., & Rahfiludin, M. Z. (2023). Faktor risiko stunting pada anak umur 6-24 bulan di daerah komoditas pertanian dan perikanan lokal. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(3), 112-121.
- Neela, S., & Fanta, S. W. (2020). Review on nutritional composition of sweet potatoes and their role in combating micronutrient malnutrition in developing countries. *Open Agriculture*, 5(1), 47-58.
- Rahayu, S., & Handayani, S. (2024). Pemberdayaan ibu balita melalui kelas inovasi menu MP-ASI berbasis kearifan lokal di area rural. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 15(2), 134-142.
- Reskiaddin, L. O., Yulia Anhar, V., Sholikhah, S., & Wartono, W. (2020). Tantangan dan hambatan pemberdayaan masyarakat dalam pengendalian penyakit tidak menular di daerah semi-perkotaan: Sebuah *evidence-based practice* di Padukuhan Samirono, Sleman Yogyakarta. *Jurnal Kesmas Jambi*, 4(2), 43-49.
- Rosidah. (2014). Potensi ubi jalar sebagai bahan baku industri pangan. *Teknobuga*, 1(1), 44-52.
- Sa'adah, R. W., & Silvia, S. (2022). Modifikasi labu kuning (*Cucurbita moschata*) pada permen gummy jelly sebagai camilan tinggi vitamin A untuk anak stunting. *Amerta Nutrition*, 6(1SP), 266-274.
- Sanyaolu, A., Okorie, C., Qi, X., et al. (2023). Childhood stunting in developing countries: Governance, determinants, and effective

community-based interventions. *Frontiers in Public Health*, 11, 108250.

- Sanuri, S. (2020). Pemberdayaan ekonomi kreatif berbasis kearifan lokal masyarakat dengan pendekatan outcome mapping. *JPPM (Jurnal Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 7(2), 101-114.
- Sari, I., Novikasari, L., & Setiawati, S. (2023). Peningkatan status gizi balita melalui pemberian daun kelor (*Moringa oleifera* L.) pada masa pandemi COVID-19. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 17(3), 189-195.
- Taufan, A., Nendissa, J. I., Sinurat, J., Bormasa, M. F., Tita, H. M. Y. T., & Surya, A. D. (2023). *Kearifan lokal (local wisdom) Indonesia*. Widina Media Utama.
- Warsini, S., & Widaryanti, R. (2021). Efektivitas pemberian biskuit ubi jalar ungu terhadap peningkatan berat badan dan status gizi balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 201-210.
- World Health Organization. (2021). *Global strategy on infant and young child feeding: Focus on local wisdom and community empowerment*. World Health Organization.
- Yasni, S. (2014). *Pengembangan produk getuk kaya protein sebagai pencegah stunting pada anak*. Departemen Ilmu dan Teknologi Pangan, Fakultas Teknologi Pertanian, IPB University.