

Produksi Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) Sehat Berbasis Potensi Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting

**Haryuni¹, Endang Suprapti¹, Mugi Harsono², Siti Mardhika Sari^{1*}, Sindi Suryani¹,
Finda Armaya¹**

¹Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta (UTP)

²Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Sebelas Maret Surakarta

*Email: mardhikasari.siti@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih banyak ditemui di Indonesia, termasuk di wilayah pedesaan seperti Desa Jirapan, Kecamatan Masaran, Kabupaten Sragen. Kondisi ini terjadi akibat kurangnya asupan gizi yang optimal, terutama pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Faktor penyebabnya meliputi rendahnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pemberian makanan bergizi, keterbatasan akses terhadap sumber pangan berkualitas, serta belum optimalnya pemanfaatan potensi sumber daya lokal. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui edukasi gizi yang disertai dengan inovasi pemanfaatan bahan pangan lokal untuk produksi makanan pendamping ASI (MP-ASI) berupa nugget sayur. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan metode meliputi: 1) sosialisasi mengenai manfaat mengenalkan sayur sejak dini ke balita, 2) pelatihan pembuatan dan formulasi nugget sayur 3) evaluasi efektivitas dan monitoring pembuatan nugget sayur di posyandu, serta 4) pendampingan teknis kepada ibu-ibu posyandu dalam pembuatan nugget sayur. Sayuran lokal seperti bayam dan wortel dipilih karena ketersediaannya yang melimpah dan komoditas ini dibudidayakan oleh masyarakat setempat, harga terjangkau, serta kandungan gizinya yang sesuai kebutuhan pertumbuhan anak. Hasil pelaksanaan kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat tentang konsep gizi seimbang dan praktik pemberian MP-ASI. Selain itu, keterampilan ibu-ibu dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi MP-ASI sehat juga meningkat, ditandai dengan antusiasme tinggi dalam mengikuti pelatihan serta keinginan melanjutkan produksi secara mandiri di rumah. Program ini diharapkan mampu menurunkan risiko stunting melalui pemanfaatan sumber daya lokal secara berkelanjutan, sekaligus mendorong kemandirian pangan masyarakat desa.

Kata Kunci: Penyuluhan, stunting, MP-ASI, nugget, potensi lokal

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh (Anjan et al., 2024) yang merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan serius bagi pembangunan sumber daya manusia di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah dari standar usianya akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga mengganggu perkembangan kognitif (Akbar et al., 2023), meningkatkan risiko penyakit degeneratif, dan menurunkan kualitas hidup pada masa dewasa. Pemerintah Indonesia melalui berbagai program nasional telah menargetkan penurunan prevalensi stunting, namun permasalahan ini masih memerlukan upaya kolaboratif yang berkelanjutan. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2023 yang dirilis Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting secara nasional tercatat sebesar 21,5% (Kementerian Sekretariat Negara Sekretariat Wakil Presiden RI, 2023), menurun dari 24,4% pada tahun 2021, namun masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan WHO yaitu <20%. Angka ini menunjukkan bahwa satu dari lima anak Indonesia

masih mengalami gangguan pertumbuhan, dengan variasi prevalensi antarprovinsi yang cukup signifikan.

Salah satu daerah yang mempunyai isu stunting tinggi adalah Desa Jirapan, Kecamatan Masaran, Kabupaten Sragen. Berdasarkan data yang menunjukkan tingkat stunting di Desa Jirapan sekitar 18,4% dari 205 balita (Dinas Kesehatan Sragen, 2023). Desa Jirapan, yang terletak di Kecamatan Masaran Kabupaten Sragen, memiliki karakteristik wilayah pedesaan dengan mata pencaharian utama penduduk pada sektor pertanian dan buruh harian. Kondisi sosial ekonomi masyarakat yang beragam, dengan sebagian keluarga berpenghasilan rendah, berdampak pada keterbatasan akses terhadap pangan bergizi dan layanan kesehatan yang memadai. Berdasarkan data Kabupaten Sragen, prevalensi stunting masih tergolong tinggi. Tingginya angka stunting di tingkat kabupaten menjadi indikasi bahwa desa-desa, termasuk Jirapan, berpotensi menghadapi masalah serupa. Faktor-faktor seperti rendahnya pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang, kebiasaan konsumsi pangan yang kurang beragam, dan pola asuh yang belum optimal turut meningkatkan risiko stunting pada balita. Selain itu, data di Kecamatan Masaran menunjukkan bahwa hampir 40% ibu hamil masuk dalam kategori risiko tinggi, yang dapat memengaruhi status gizi janin dan bayi yang dilahirkan. Tantangan ini diperparah oleh minimnya inovasi pemanfaatan sumber daya pangan lokal yang sebenarnya melimpah, seperti sayuran, sebagai bahan pangan bergizi tinggi. Kondisi tersebut menjadikan Desa Jirapan sebagai lokasi yang relevan untuk program edukasi pencegahan stunting melalui pengolahan pangan lokal, seperti nugget sayur, guna meningkatkan asupan gizi keluarga sekaligus memberdayakan potensi pangan daerah.

Nugget sayur merupakan salah satu inovasi pangan yang potensial sebagai bahan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) untuk mendukung pencegahan stunting. Sebagai produk olahan yang memadukan berbagai jenis sayuran lokal, nugget sayur memiliki kandungan vitamin, mineral, serat, dan antioksidan yang penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa emas kehidupannya. Wortel dan bayam sebagai bahan dasar pembuatan nugget sayur memiliki kandungan vitamin yang tinggi, penambahan sayur ini dapat meningkatkan daya terima konsumsi sayur pada anak (Ariwibowo & Ayuningtyas, 2023). Pemberian MP-ASI perlu diperhatikan kandungannya agar tidak menimbulkan diare dan gangguan pertumbuhan (Anggraeni et al., 2022).

Selain kondisi sosial ekonomi dan tantangan gizi, partisipasi aktif ibu-ibu usia produktif di Desa Jirapan menjadi faktor penting yang mendukung pelaksanaan program pencegahan stunting. Sebagian besar ibu di desa ini berada pada rentang usia produktif, sehingga memiliki potensi besar untuk menerima edukasi, mempraktikkan pola asuh dan pemberian makan yang tepat, serta menjadi agen perubahan di tingkat keluarga maupun komunitas.

METODE

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan terstruktur. Pertama, dilakukan sosialisasi kepada ibu-ibu posyandu mengenai pentingnya mengenalkan sayur sejak dini kepada balita sebagai upaya pencegahan stunting, melalui penyuluhan interaktif dan diskusi gizi. Kedua, diadakan pelatihan pembuatan dan formulasi nugget sayur, yang memanfaatkan sayuran lokal sebagai bahan utama, untuk meningkatkan keterampilan ibu-ibu dalam mengolah makanan bergizi yang disukai anak. Pembuatan nugget sayur. Tahap ketiga berupa evaluasi efektivitas dan monitoring pembuatan nugget sayur di posyandu, dengan

cara mengamati praktik pembuatan, menilai penerapan resep, serta meninjau respon anak terhadap produk. Terakhir, dilakukan pendampingan teknis secara berkala kepada ibu-ibu posyandu, guna memastikan keberlanjutan kegiatan, memperbaiki teknik pengolahan, dan mendorong kebiasaan konsumsi nugget sayur sebagai MP-ASI di lingkungan keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi Pencegahan Stunting dan Pelatihan Pembuatan Nugget Sayur

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi pencegahan stunting yang diikuti oleh ibu-ibu anggota PKK dan kader posyandu usia produktif menunjukkan dampak yang sangat positif baik dari sisi pengetahuan, kesadaran, maupun motivasi peserta. Sosialisasi merupakan suatu metode yang dapat dilakukan guna mengubah cara berfikir maupun perilaku seseorang (Maria, 2019). Kegiatan ini berhasil menarik perhatian dan partisipasi aktif para peserta yang selama ini memiliki peran penting dalam upaya peningkatan kesehatan keluarga dan masyarakat. Melalui pemaparan materi yang interaktif, para peserta mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai konsep stunting, faktor penyebabnya, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan sejak masa kehamilan hingga anak mencapai usia dua tahun (periode 1.000 hari pertama kehidupan). Materi yang disampaikan mencakup pentingnya pemenuhan gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, pengolahan MP-ASI yang bergizi, pemanfaatan bahan pangan lokal seperti sayur-sayuran dan sumber protein nabati maupun hewani, serta penerapan pola hidup bersih dan sehat yang sangat berhubungan erat dengan kualitas kehidupan (Madong et al., 2025).

Antusiasme peserta terlihat dari keterlibatan mereka dalam sesi diskusi dan tanya jawab, di mana banyak pertanyaan yang diajukan terkait masalah gizi balita, cara memanfaatkan bahan pangan yang tersedia di lingkungan sekitar, hingga strategi mengedukasi masyarakat luas agar lebih peduli terhadap pencegahan stunting. Selain itu, peserta juga aktif berbagi pengalaman terkait tantangan yang mereka hadapi dalam mendukung gizi anak di keluarga maupun di posyandu, sehingga kegiatan ini menjadi sarana tukar informasi yang bermanfaat. Hasil pengamatan menunjukkan adanya peningkatan kesadaran peserta akan pentingnya peran mereka sebagai motor penggerak di masyarakat, terutama dalam mengedukasi keluarga dan warga sekitar mengenai pentingnya gizi, pola makan sehat, serta perilaku hidup bersih.

Tahap selanjutnya dalam kegiatan pengabdian ini adalah pelatihan pembuatan nugget sayur yang bertujuan untuk memberikan keterampilan praktis kepada ibu-ibu PKK dan kader posyandu dalam memanfaatkan bahan pangan lokal sebagai alternatif makanan sehat bagi balita dan keluarga. Bahan pangan lokal cenderung mudah didapatkan untuk memenuhi nutrisi (Octavia et al., 2025). Pelatihan ini dirancang sebagai tindak lanjut dari sosialisasi pencegahan stunting, dengan fokus pada pemahaman pentingnya diversifikasi pangan berbasis sayuran yang kaya akan vitamin, mineral, dan serat. Melalui kegiatan ini, peserta tidak hanya memperoleh wawasan mengenai nilai gizi yang terkandung dalam berbagai jenis sayur, tetapi juga diajak untuk lebih kreatif dalam mengolah bahan pangan menjadi produk olahan yang menarik, bergizi, dan disukai anak-anak. Antusiasme peserta terlihat dari keaktifan mereka dalam mengikuti setiap sesi pelatihan, baik dalam mendengarkan penjelasan mengenai manfaat gizi nugget sayur maupun dalam praktik pengolahan bahan secara langsung. Kegiatan ini juga menjadi sarana untuk menumbuhkan kesadaran akan pentingnya pemanfaatan hasil pertanian lokal serta mendorong peserta untuk mengembangkan ide-ide usaha kecil berbasis pangan

sehat, sehingga selain mendukung upaya pencegahan stunting, pelatihan ini juga berpotensi meningkatkan kemandirian ekonomi keluarga dan komunitas.

Proses pembuatan nugget sayur diawali dengan menyiapkan bahan dan alat sebagai berikut:

- a. Daging Ayam - 10-12 potongan dadu (kira-kira 200 gram, potong dadu kecil-kecil) Wortel - 2-3 buah ukuran sedang (sekitar 150-200 gram, diparut halus)
- b. Tepung tapioka - 1 sendok makan
- c. Tepung terigu 5 sendok makan
- d. Tepung panir (remah roti) - secukupnya (untuk pelapis)
- e. Telur - 1 butir
- f. Bawang putih - 2 siung (haluskan)
- g. Bawang merah - 2 siung (haluskan)
- h. Garam - 1/2 sendok teh (setara dengan 1 sendok teh yang dibagi 2)
- i. Merica bubuk - 1/4 sendok teh (setara dengan 1/2 sendok teh yang dibagi 2)
- j. Gula - 1/4 sendok teh (setara dengan 1/2 sendok teh yang dibagi 2)
- k. Minyak goreng - secukupnya (untuk menggoreng)
- l. Air matang secukupnya (jika terlalu kental)
- m. Parutan / pisau / talenan
- n. Kukusan atau panci
- o. Wadah/mangkuk
- p. Cetakan nugget atau loyang kecil
- q. Kompor dan spatula
- r. Blender atau chopper

Setelah bahan siap, selanjutnya langkah pembuatan adalah sebagai berikut:

1. Persiapan Bahan

Siapkan Wortel: Cuci bersih 2-3 buah wortel, lalu parut halus. Tiriskan jika ada udara berlebih.

Siapkan Daging Ayam: Potong daging ayam menjadi dadu kecil (kira-kira 1 cm).

2. Menghaluskan Bahan

Haluskan Daging Ayam: Masukkan potongan daging ayam ke dalam blender atau chopper. Haluskan hingga teksturnya lembut.

Campurkan Bahan: Dalam mangkuk, campurkan daging ayam yang telah dihaluskan, parutan wortel, bawang putih dan merah yang dihaluskan, 1/2 sendok teh garam, dan 1/4 sendok teh merica, dan 1/4 sendok teh gula

3. Menambahkan Bahan Pengikat

Tambahkan Tapioka dan Telur: Tambahkan 1 sendok makan tepung terigu dan 1 butir telur ke dalam campuran. Aduk hingga semua bahan tercampur rata dan membentuk adonan yang bisa dibentuk.

4. Membentuk Nugget

Bentuk Adonan: Masukkan kedalam loyang lalu di kukus hingga matang, Setelah matang bentuk sesuai selera,

Lapisi dengan Tepung Panir: Celupkan nugget yang telah dibentuk ke dalam tepung terigu yang telah dilarutkan lalu gulingkan nugget kedalam panir hingga seluruh permukaan tertutup.

5. Menggoreng Nugget

Panaskan Minyak: Panaskan minyak dalam penggorengan dengan api sedang. Goreng Nugget: Masukkan nugget secara perlahan ke dalam minyak panas. Goreng hingga berwarna kecokelatan dan garing, sekitar 3-4 menit setiap sisi.

Tiriskan: Angkat nugget dan tiriskan di atas kertas minyak untuk menghilangkan kelebihan minyak. Nugget siap dikonsumsi.



Gambar 1. Nugget sayur yang siap dipotong



Gambar 2. Nugget setelah diberi tepung panir



Gambar 3. Nugget siap konsumsi

Nugget yang telah selesai dikukus dan dilumuri tepung panir selain dapat dikonsumsi langsung setelah dimasak, nugget sayur juga memiliki keunggulan lain yaitu dapat disimpan dalam keadaan beku sehingga memudahkan penyajian di kemudian hari. Kemampuan nugget untuk disimpan dalam bentuk frozen memberikan banyak manfaat bagi ibu rumah tangga maupun kader posyandu yang ingin menyediakan makanan sehat secara praktis namun tetap bergizi. Proses penyimpanan beku, nugget sayur dapat bertahan lebih lama tanpa kehilangan cita rasa dan kandungan gizinya, asalkan disimpan pada suhu yang sesuai dan dalam wadah tertutup rapat. Hal ini sangat membantu keluarga yang memiliki jadwal padat atau ibu-ibu yang

ingin menyiapkan stok makanan sehat untuk anak-anak tanpa harus memasak setiap hari. Ketika dibutuhkan, nugget sayur beku dapat langsung digoreng atau dikukus sesuai selera, sehingga proses penyajiannya menjadi cepat dan efisien. Metode penyimpanan ini juga mendukung konsep pengelolaan pangan yang lebih hemat dan terencana, karena peserta pelatihan dapat membuat nugget dalam jumlah besar saat bahan baku sayuran sedang melimpah, lalu menyimpannya sebagai persediaan makanan bergizi di rumah.

Evaluasi dan Pendampingan Teknis

Tahap evaluasi efektivitas dan monitoring pembuatan nugget sayur di posyandu merupakan langkah penting untuk menilai sejauh mana kegiatan pelatihan sebelumnya mampu memberikan dampak yang nyata bagi peserta. Evaluasi dilakukan dengan cara mengamati kemampuan ibu-ibu PKK dan kader posyandu dalam mempraktikkan kembali teknik pengolahan nugget sayur sesuai dengan prinsip gizi seimbang, keamanan pangan, serta pemanfaatan bahan pangan lokal. Proses ini tidak hanya menilai hasil produk berupa rasa, tekstur, dan tampilan nugget, tetapi juga menekankan pada pemahaman peserta mengenai kebersihan, pengemasan, dan penyimpanan yang tepat. Melalui evaluasi, penyelenggara dapat mengetahui tingkat keberhasilan transfer ilmu dari pelatihan ke praktik nyata, sekaligus mengidentifikasi kendala yang dihadapi peserta, seperti ketersediaan bahan baku, keterbatasan peralatan, atau kesulitan dalam menjaga kualitas produk saat produksi dalam jumlah besar.

Monitoring dilakukan secara berkala melalui kunjungan langsung ke posyandu sebagai pusat kegiatan masyarakat. Monitoring merupakan bagian penting dari suatu kegiatan secara keseluruhan (Trzeciak & Jonek-Kowalska, 2021). Tim pendamping melakukan pengamatan terhadap proses produksi yang dijalankan oleh peserta, mulai dari persiapan bahan, pengolahan, hingga penyimpanan nugget sayur yang dihasilkan. Setiap kunjungan dimanfaatkan untuk memberikan umpan balik yang konstruktif terkait teknik pengolahan, penyesuaian resep, atau cara penyajian agar produk yang dihasilkan tidak hanya enak tetapi juga tetap bergizi dan aman dikonsumsi oleh balita. Monitoring ini juga berfungsi untuk menumbuhkan semangat berkelanjutan, karena peserta merasa diperhatikan dan didukung dalam setiap prosesnya. Melalui pemantauan yang konsisten, anggota PKK dan kader posyandu menjadi lebih termotivasi untuk menjaga kualitas hasil produksi dan terus melakukan perbaikan dari waktu ke waktu.

Sebagai tindak lanjut dari evaluasi dan monitoring, pendampingan teknis diberikan secara intensif untuk membantu peserta mengatasi kendala yang dihadapi serta meningkatkan keterampilan yang telah diperoleh. Pendampingan ini meliputi bimbingan dalam pemilihan bahan baku berkualitas, cara menjaga kebersihan selama proses produksi, hingga strategi pengemasan agar nugget sayur dapat disimpan dalam bentuk beku dengan daya simpan yang lebih lama tanpa mengurangi nilai gizi. Pendampingan teknis ini dilakukan secara personal maupun dalam kelompok kecil, sehingga setiap peserta dapat memperoleh perhatian dan saran yang sesuai dengan kondisi mereka masing-masing.

Melalui evaluasi, monitoring, dan pendampingan teknis ini, ibu-ibu PKK dan kader posyandu tidak hanya semakin percaya diri dalam memproduksi nugget sayur sebagai pangan sehat bagi keluarga dan balita, tetapi juga memiliki bekal keterampilan yang dapat dikembangkan menjadi usaha produktif. Dampak yang diharapkan tidak hanya berhenti pada pemenuhan gizi keluarga, tetapi juga meluas ke peningkatan kesejahteraan ekonomi masyarakat melalui pemanfaatan hasil pertanian lokal sebagai bahan utama nugget sayur.

Dengan adanya pendampingan berkelanjutan, diharapkan tercipta kemandirian dalam penyediaan makanan sehat di tingkat rumah tangga sekaligus terciptanya model usaha kecil yang dapat menjadi contoh bagi desa-desa lain dalam upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pembuatan Nugget Sayur Berdasarkan Pengamatan Selama Kegiatan

Aspek yang Dievaluasi	Hasil Evaluasi	Keterangan/Temuan Penting
Pemahaman Materi Gizi dan Stunting	Sebagian besar peserta ($\pm 90\%$) mampu menjelaskan hubungan gizi seimbang, konsumsi sayur, dan pencegahan stunting.	Peserta sudah memahami pentingnya nugget sayur sebagai alternatif pangan sehat bagi balita, meskipun beberapa masih memerlukan penguatan informasi terkait variasi menu gizi seimbang.
Keterampilan Pengolahan Nugget Sayur	$\pm 85\%$ peserta dapat memproduksi nugget dengan rasa, tekstur, dan bentuk yang sesuai standar pelatihan.	Sebagian kecil peserta masih memerlukan pendampingan untuk menyesuaikan takaran bahan agar hasil lebih konsisten.
Kebersihan dan Keamanan Pangan	Seluruh peserta menunjukkan kesadaran tinggi terhadap kebersihan, seperti mencuci tangan, menggunakan sarung tangan, dan menjaga kebersihan peralatan.	Beberapa posyandu masih memerlukan fasilitas tambahan seperti meja khusus untuk proses pengemasan.
Pengemasan dan Penyimpanan	$\pm 80\%$ peserta berhasil mengemas nugget secara rapi dan menyimpannya dalam kondisi beku sesuai arahan.	Perlu sosialisasi lebih lanjut mengenai teknik penyimpanan beku jangka panjang untuk menjaga kualitas gizi dan rasa.
Partisipasi dan Antusiasme Peserta	Tingkat partisipasi sangat tinggi; hampir seluruh peserta aktif dalam diskusi dan praktik.	Peserta menunjukkan minat besar untuk memproduksi nugget sayur secara mandiri sebagai stok makanan sehat.
Rencana Tindak Lanjut	Terbentuk 3 kelompok ibu-ibu PKK yang berkomitmen memproduksi nugget sayur secara rutin untuk kegiatan posyandu.	Beberapa peserta menyatakan minat untuk mengembangkan nugget sayur beku sebagai produk usaha rumah tangga.

Berdasarkan hasil evaluasi pembuatan nugget sayur di posyandu, kegiatan ini menunjukkan capaian yang sangat baik dari segi pemahaman materi, keterampilan praktik, hingga rencana tindak lanjut peserta. Berdasarkan aspek pemahaman gizi dan stunting, mayoritas peserta (sekitar 90%) telah mampu menjelaskan keterkaitan antara pemenuhan gizi seimbang, konsumsi sayur, dan pencegahan stunting pada balita. Hal ini menandakan bahwa materi sosialisasi dan pelatihan sebelumnya tersampaikan dengan efektif, meskipun sebagian kecil peserta masih memerlukan penguatan informasi mengenai variasi menu dan kombinasi bahan pangan bergizi. Dilihat dari aspek keterampilan pengolahan, sekitar 85% peserta berhasil memproduksi nugget sayur dengan rasa, tekstur, dan bentuk sesuai standar pelatihan. Kendati demikian, masih ditemukan beberapa peserta yang perlu bimbingan tambahan untuk menyesuaikan takaran bahan agar kualitas produk lebih konsisten.

Kesadaran peserta terhadap kebersihan dan keamanan pangan tercatat sangat baik. Seluruh peserta mampu menjaga higienitas selama proses produksi, seperti mencuci tangan, menggunakan sarung tangan, serta memastikan kebersihan peralatan dan area kerja. Namun, beberapa posyandu masih membutuhkan fasilitas tambahan, seperti meja khusus pengemasan untuk penyimpanan lebih optimal. Aspek pengemasan dan penyimpanan, sekitar 80% peserta mampu mengemas nugget secara rapi dan menyimpannya dalam kondisi beku sesuai arahan.

Meskipun demikian, diperlukan pendampingan lebih lanjut tentang teknik penyimpanan jangka panjang agar kualitas gizi dan rasa nugget terjaga selama masa penyimpanan.

Kegiatan pendampingan pembuatan nugget sayur ini menjadi salah satu langkah nyata dalam mendukung upaya pencegahan stunting, khususnya pada balita di lingkungan Desa Jirapan. Pencegahan stunting bukan hanya penting untuk memastikan pertumbuhan fisik anak agar sesuai dengan usianya, tetapi juga berperan besar dalam menunjang perkembangan otak yang berdampak langsung pada kecerdasan dan kemampuan kognitif di masa depan. Nugget sayur yang kaya akan vitamin, mineral, protein nabati, dan serat (Bagwan, 2024) merupakan contoh pangan bergizi yang dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi harian balita secara praktis dan menarik. Peningkatan pemahaman ibu-ibu PKK dan kader posyandu mengenai pentingnya gizi seimbang, diharapkan tidak hanya menghasilkan produk pangan sehat, tetapi juga menumbuhkan kesadaran kolektif untuk menyediakan asupan yang mendukung pertumbuhan optimal dan kecerdasan anak sejak dini. Upaya sederhana ini menjadi pondasi penting dalam mencetak generasi yang sehat, cerdas, dan berkualitas di masa mendatang.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui sosialisasi pencegahan stunting dan pelatihan pembuatan nugget sayur untuk MP-ASI berhasil memberikan dampak positif baik dalam peningkatan pengetahuan, keterampilan, maupun kesadaran masyarakat terhadap pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan balita. Sosialisasi yang diikuti oleh ibu-ibu PKK dan kader posyandu mampu menumbuhkan pemahaman mendalam mengenai hubungan antara pola makan bergizi, pencegahan stunting, dan perkembangan kecerdasan anak. Pelatihan pembuatan nugget sayur menjadi tindak lanjut yang efektif untuk mengaplikasikan pengetahuan tersebut melalui pemanfaatan bahan pangan lokal menjadi produk sehat, bergizi, dan disukai anak-anak. kegiatan ini tidak hanya mendukung upaya pencegahan stunting melalui penyediaan pangan bergizi, tetapi juga memperkuat peran ibu-ibu PKK dan kader posyandu sebagai agen perubahan di masyarakat. Setelah kegiatan ini selesai, dan dilakukan evaluasi maka dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman masyarakat akan gizi seimbang meningkat hingga 90%. Masyarakat yang mengikuti kegiatan ini juga dapat secara mandiri praktik di rumah dengan menerapkan metode yang sama dengan waktu pelatihan.

SARAN

Bagi peserta yang tertarik menjadikan nugget sayur sebagai produk komersial, diperlukan pelatihan lanjutan mengenai manajemen usaha kecil, perhitungan biaya produksi, dan strategi pemasaran. Pendampingan ini dapat membantu menciptakan peluang ekonomi baru bagi keluarga dan mendukung kemandirian komunitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktorat Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Riset Dan Pengembangan Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains Dan Teknologi yang telah mendanai kegiatan Pengabdian Skema Skema Pemberdayaan Berbasis Masyarakat Ruang Lingkup Pemberdayaan Masyarakat Oleh Masyarakat dan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dengan Nomor kontrak Induk 123/C3/DT.0500/PM/2025, tanggal 28 Mei 2025 dan Nomor kontrak Turunan

008/LL6/PM/AL.04/2025 tanggal 29 Mei 2025, (003/PK-PkM/E.1/LPPM-UTP/V/2025) tanggal 30 Mei 2025.

REFERENSI

- Akbar, R. R., Kartika, W., & Khairunnisa, M. (2023). The Effect of Stunting on Child Growth and Development. *Scientific Journal*, 2(4), 153–160. <https://doi.org/10.56260/sciena.v2i4.118>
- Anggraeni, R., Aljaberi, M. A. A., Nisha Nambiar, N., Sansuwito, T. Bin, & Wati, N. L. (2022). The Relationship of Supplementary Feeding, Breast Milk (MP-ASI) to Infants with The Event of Diarrhea. *International Journal of Nursing Information*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.58418/ijni.v1i1.9>
- Anjan, D. M., Nurhayati, S., & Immawati. (2024). PENERAPAN PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN IBU TENTANG STUNTING PADA BALITA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS RAWAT INAP BANJARSARI METRO UTARA. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(1), 62–69. <https://doi.org/10.1358/dof.1985.010.01.66960>
- Ariwibowo, F., & Ayuningtyas, P. R. (2023). Acceptance of Vegetable Addition Formulation (Carrot, Spinach, and Broccoli) in Chicken Nugget (NUSA). *Media Gizi Kemas*, 12(1), 53–58. <https://doi.org/10.20473/mgk.v12i1.2023.53-58>
- Bagwan, M. A. (2024). *Process Development of Ready - to - Fry Gluten Free Vegetable Nuggets. September*.
- Dinas Kesehatan Sragen. (2023). *Laporan Tahunan Puskesmas Masaran*.
- Kementerian Sekretariat Negara Sekretariat Wakil Presiden RI. (2023). Rakortek-Rakornas 2023 Pastikan Prevalensi Stunting Turun Menjadi 14% pada 2024. *Konvergensi Buletin Tim Percepatan Penurunan Stunting (TP2S) Sekretariat Wakil Presiden RI. Edisi September-Desember 2023*, 1–10.
- Madong, S., Herlina, H., Bachtiar, M. Y., & Wahira, W. (2025). Implementation of Clean and Healthy Living Behaviors in Early Childhood. *Journal of Health Science and Medical Therapy*, 3(01), 72–79. <https://doi.org/10.59653/jhsmt.v3i01.1449>
- Maria, P. (2019). The importance of socialization process for the integration of the child in the society. *Revista Universitară de Sociologie*, 14(2), 18–26. <https://www.researchgate.net/publication/330076266>
- Octavia, L., Wirawan, N. N., Nirmala, I. R., Sudarma, V., Liman, P. B., Fitriyaningsih, Rahardjo, W., Nurdiani, R., & Wiralis. (2025). Utilizing Local Food Sources in a Sustainable Healthy Diet System and Psychosocial Care to Reduce Malnutrition. *Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition*, 28(2), 135–140. <https://doi.org/10.5223/pghn.2025.28.2.135>
- Trzeciak, M., & Jonek-Kowalska, I. (2021). Monitoring and control in program management as effectiveness drivers in polish energy sector. Diagnosis and directions of improvement. *Energies*, 14(15). <https://doi.org/10.3390/en14154661>