

EDUKASI GIZI DAN PELATIHAN PUDING PAKCOY SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI NAGARASARI

**Tria Ramadani*, Priscilla Windy Aurelia, Nanda Agustina, Indah Mulyani, Regina Rostarina
Julyanti, Brigita Fauziastuti Sasmita, Nazzal Nurhakim, Indri Ayu Widiyanti**

Pendidikan Masyarakat/Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi

*Email: 232103095@student.unsil.ac.id

Naskah diterima: 08-06-2026, disetujui: 15-07-2026, diterbitkan: 24-07-2026

DOI: <http://dx.doi.org/10.29303/jppm.v9i3.12343>

ABSTRACT

Stunting remains a nutritional problem that requires serious attention because it can affect children's growth and development in the long term. One way to prevent stunting is through nutrition education and the promotion of nutritious local foods to the community. This community service activity aimed to improve the knowledge and skills of mother volunteers and the surrounding community in preventing stunting through nutrition education and a local food innovation in the form of pakcoy pudding, "PuCoy." The activity was held on April 19, 2026, at the Balai Riung Kampung KB Bantarsari in Tasikmalaya City, involving 25 participants. The method used was participatory education based on community empowerment through the delivery of materials, demonstrations, discussions, and evaluations. The results of the activity showed an increase in participants' understanding of balanced nutrition and the importance of preventing stunting. In addition, participants acquired the skills to process local foods into healthy and nutritious snacks. The PuCoy innovation received a positive response from participants because it is easy to make, nutritionally valuable, and has the potential to serve as an alternative to supplementary feeding (PMT) at Posyandu clinics. This activity demonstrates that participatory education is effective in raising community awareness and skills regarding the use of local foods for stunting prevention.

Keywords: *stunting, community empowerment, food innovation, 1,000 HPK*

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan gizi yang memerlukan perhatian yang serius karena dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak dalam jangka panjang. Salah satu upaya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui edukasi gizi dan pemanfaatan pangan lokal bergizi kepada masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu kader serta masyarakat sekitar dalam pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan inovasi pangan lokal berupa puding pakcoy "PuCoy". Kegiatan dilaksanakan pada 19 April 2026 di Balai Riung Kampung KB Bantarsari, Kota Tasikmalaya, dengan melibatkan 25 peserta. Metode yang digunakan adalah pendidikan partisipatif berbasis pemberdayaan masyarakat melalui penyampaian materi, demonstrasi, diskusi dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai gizi seimbang dan pentingnya pencegahan stunting. Selain itu, peserta memperoleh keterampilan mengolah pangan lokal menjadi camilan sehat dan bergizi. Inovasi PuCoy mendapatkan respon positif dari peserta karena mudah dibuat, bernilai gizi dan berpotensi menjadi alternatif PMT di Posyandu. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi partisipatif efektif dalam meningkatkan kesadaran dan keterampilan masyarakat terkait pemanfaatan pangan lokal untuk pencegahan stunting.

Kata kunci: *stunting, pemberdayaan masyarakat, inovasi pangan, 1000 HPK*

LATAR BELAKANG

Salah satu indikator keberhasilan pembangunan sumber daya manusia adalah Indeks Pembangunan Manusia (IPM), dimana Indonesia pernah berada pada peringkat 108

dari 169 negara di dunia. Rendahnya nilai IPM dipengaruhi oleh kondisi gizi dan kesehatan masyarakat yang belum ideal. Hal ini terlihat dari tingginya Angka Kematian Bayi (AKB), Angka Kematian Balita (AKABA), dan Angka

Kematian Ibu (AKI), yang menunjukkan bahwa usaha untuk meratakan akses layanan kesehatan dan meningkatkan status gizi masyarakat di Indonesia belum maksimal. Situasi ini mengindikasikan bahwa masalah gizi tetap menjadi tantangan signifikan dalam meningkatkan kesehatan nasional, karena status gizi yang baik memegang peranan penting dalam meningkatkan daya tahan tubuh, kualitas hidup, dan produktivitas masyarakat (Ruaida, 2018).

Kekurangan gizi dapat terjadi akibat berbagai faktor, salah satunya kemiskinan dan rendahnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi. Namun, perbaikan gizi pada masa awal kehidupan merupakan fondasi penting dalam membangun kualitas sumber daya manusia yang lebih baik. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun, merupakan Window Of Opportunity yang sangat menentukan tumbuh kembang anak. Barker et al. (2007) menjelaskan bahwa asupan makanan yang kaya zat gizi pada masa tersebut dapat membantu anak mencapai potensi fisik dan kognitif yang optimal. Oleh karena itu, pemenuhan gizi pada periode awal kehidupan menjadi langkah strategis dalam upaya pencegahan masalah gizi, termasuk stunting.

Stunting atau gangguan pertumbuhan merupakan dampak dari masalah gizi kronis yang terjadi pada anak-anak, khususnya di negara berkembang. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama sehingga menyebabkan tinggi badan anak lebih pendek dibandingkan anak seusianya. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan otak, kemampuan belajar, produktivitas, serta kualitas kesehatan anak di masa depan. Administrative Committee on Coordination/

Sub-Committee on Nutrition (ACC/SCN) (2000) menjelaskan bahwa stunting berhubungan dengan meningkatnya risiko morbiditas dan mortalitas, penurunan perkembangan motorik dan mental, serta menurunkan kapasitas fisik individu. Selain itu, Stewart et al. (2013) menjelaskan bahwa stunting disebabkan oleh kurangnya asupan gizi pada periode 1000 HPK yang dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak, pertumbuhan massa tubuh dan gangguan metabolisme tubuh. (Intan et al., n.d.)

Indonesia masih menghadapi permasalahan stunting yang cukup tinggi. Data Riskesdas menunjukkan prevalensi stunting pada balita secara nasional sebesar 36,8% pada tahun 2007, mengalami penurunan menjadi 35,6% pada tahun 2010, namun kembali meningkat menjadi 37,2% pada tahun 2013. Tingginya prevalensi stunting tersebut menunjukkan bahwa masalah gizi pada anak masih menjadi tantangan serius yang memerlukan penanganan komprehensif. UNICEF menjelaskan bahwa stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti asupan makanan, penyakit infeksi, pola asuh, akses layanan kesehatan, sanitasi lingkungan, pendidikan, dan kondisi sosial ekonomi keluarga (Bloem et al., 2013). Rendahnya edukasi pengasuh juga memiliki hubungan erat dengan status gizi anak karena ibu memiliki peran utama dalam menentukan pola konsumsi dan pemenuhan kebutuhan nutrisi keluarga (Intan et al., n.d.)

Kelurahan Nagarasari, khususnya Kampung KB Bantarsari, memiliki potensi masyarakat yang aktif melalui kegiatan kader PKK dan posyandu dalam mendukung kesehatan keluarga dan anak. Namun, berdasarkan hasil observasi awal, masih ditemukan rendahnya inovasi dalam pengolahan makanan sehat untuk anak serta kurangnya variasi camilan bergizi yang

menarik. Anak-anak cenderung lebih menyukai makanan instan dan camilan tinggi gula dibandingkan sayuran sehingga konsumsi sayur harian belum terpenuhi secara optimal. Selain itu, masih terdapat keterbatasan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang baik, serta pemanfaatan pangan lokal sebagai alternatif makanan sehat bagi anak. Kondisi ini menunjukkan perlunya program edukasi dan pemberdayaan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Sejalan dengan upaya peningkatan kualitas kesehatan masyarakat, program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengintegrasikan ilmu pengetahuan perguruan tinggi dengan permasalahan nyata di masyarakat melalui edukasi gizi dan inovasi pangan sehat berbasis lokal. Pendekatan pemberdayaan partisipatif dipilih karena memungkinkan masyarakat, khususnya ibu-ibu kader, untuk secara aktif mengekspresikan kebutuhan, potensi, serta berpartisipasi dalam pelaksanaan dan keberlanjutan program. Pendekatan ini terbukti efektif dalam menciptakan program yang inklusif dan responsif terhadap kebutuhan masyarakat (Nuryana et al., 2025). Pemberdayaan masyarakat hanya dapat tercapai ketika masyarakat diberikan kesempatan, kepercayaan dan dukungan untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran dan pengambilan keputusan.

Untuk mengatasi permasalahan tersebut, program pengabdian masyarakat ini dirancang secara holistik dengan fokus pada edukasi gizi, inovasi pangan lokal dan praktik partisipatif dalam pencegahan stunting. Kegiatan ini dikemas melalui program SEHATI (Sehatkan Anak Melalui Edukasi Gizi dan Inovasi Pangan) sebagai bentuk upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menyediakan makanan sehat bagi anak.

1. Edukasi Gizi dan Pencegahan *Stunting*

Edukasi gizi menjadi salah satu langkah penting dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kebutuhan nutrisi anak. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2010), pencegahan *stunting* dapat dilakukan melalui pemenuhan gizi sejak masa kehamilan, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, pemberian MP-ASI bergizi, pemantauan tumbuh kembang anak, serta menjaga kebersihan lingkungan. Selain itu, praktik pengasuhan yang baik dan pemahaman mengenai 1000 HPK menjadi faktor penting dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Sosialisasi dan literasi *stunting* juga terbukti mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pencegahan *stunting* sejak dini sehingga dapat mendukung terwujudnya anak yang sehat, bergizi, dan cerdas.

2. Inovasi Pangan Lokal Berbasis Sayuran Pakcoy

Pemanfaatan pangan lokal menjadi salah satu alternatif penting dalam mendukung pemenuhan gizi keluarga. Sayuran pakcoy memiliki kandungan vitamin A, vitamin C, serat, kalsium, dan antioksidan yang baik bagi pertumbuhan dan kesehatan anak. Akan tetapi, pengolahan pakcoy di masyarakat masih terbatas sebagai menu sayur biasa sehingga kurang diminati anak-anak. Menurut Dekker *et al.* (2010), kualitas makanan yang buruk dan rendahnya keberagaman pangan menjadi salah satu faktor yang memengaruhi masalah gizi pada anak. Oleh karena itu, diperlukan inovasi pangan yang kreatif agar sayuran dapat diolah menjadi makanan yang lebih menarik dan mudah diterima anak. Program ini menghadirkan inovasi Puding Pakcoy “PuCoy” Puding Pakcoy sebagai alternatif camilan sehat berbahan dasar pakcoy yang memiliki rasa lebih menarik dan dapat menjadi alternatif dalam program Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Kreativitas dalam pengolahan bahan

lokal dinilai mampu menciptakan nilai tambah tanpa membutuhkan sumber daya yang besar (Wahyuningsih & Satriani, 2019).

3. Praktik Partisipatif dan Pembelajaran Langsung

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui penyuluhan, diskusi, demonstrasi dan praktik langsung pembuatan PuCoy bersama ibu-ibu kader dan ibu-ibu PKK. Pendekatan langsung atau *experiential learning* dinilai efektif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat karena peserta memperoleh pengalaman nyata selama proses pembelajaran berlangsung (Pinasti, 2023). Selain itu, penggunaan media edukasi seperti *leaflet* dan demonstrasi praktik juga membantu masyarakat memahami pentingnya gizi seimbang dan inovasi pangan sehat secara lebih mudah. Pendekatan ini sejalan dengan teori *behavioristik* yang menjelaskan bahwa proses belajar terjadi melalui interaksi antara stimulus dan respons yang menghasilkan perubahan perilaku (Wahyudin, 2024).

Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini memberikan kontribusi yang signifikan terhadap peningkatan literasi gizi masyarakat dan pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pencegahan *stunting*. Diharapkan melalui program SEHATI (Sehatkan Anak Melalui Edukasi Gizi dan Inovasi Pangan), ibu-ibu kader dan ibu-ibu PKK dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah makanan sehat, menjadi lebih aktif dalam mendukung pemenuhan gizi anak, serta mampu menerapkan inovasi pangan sehat secara berkelanjutan di lingkungan keluarga dan posyandu.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menerapkan pendekatan pendidikan partisipatif yang berpusat pada pemberdayaan

masyarakat secara langsung. Pemilihan metode ini bertujuan untuk memastikan agar sasaran terlibat secara langsung di setiap fase program, memberikan gambaran lengkap tentang pelaksanaan, tingkat keterlibatan, serta perubahan keterampilan peserta setelah mengikuti rangkaian kegiatan. Program ini dilaksanakan di Balai Riung Kampung KB Bantarsari, Jalan Sukagenah, Kelurahan Nagarasari, Kecamatan Cipedes, Kota Tasikmalaya, dengan melibatkan 25 orang Ibu-ibu Kader dan masyarakat setempat. Para peserta dipilih secara khusus berdasarkan peran penting mereka dalam pengelolaan gizi keluarga, sehingga partisipasi yang terjalin sangat sesuai dengan tujuan peningkatan ketahanan pangan di tingkat rumah tangga.

Dalam mendukung proses pemberdayaan, alat yang digunakan meliputi lembar observasi partisipatif yang berfungsi untuk mengawasi keaktifan dan pemahaman peserta tentang materi, serta pedoman diskusi untuk menggali harapan mengenai manfaat program secara praktis. Dokumen lain yang dihasilkan adalah foto-foto dan catatan lapangan yang dilengkapi dengan pembagian media edukatif serta *leaflet* penyuluhan, yang berfungsi sebagai panduan mandiri bagi masyarakat. Semua alat ini dirancang untuk memastikan bahwa proses transfer pengetahuan dapat terukur melalui keterlibatan langsung peserta di lapangan.

Kegiatan diawali dengan tahap persiapan, di mana dilakukan observasi lapangan dan identifikasi kebutuhan bersama dengan mitra. Tujuan dari tahap ini adalah untuk memahami kondisi objektif masyarakat, terutama mengenai rendahnya minat anak-anak terhadap konsumsi sayuran serta pentingnya pemenuhan gizi untuk pencegahan *stunting*. Berdasarkan hasil yang diperoleh, tim kemudian mengembangkan materi edukasi tentang gizi seimbang dan manfaat spesifik sayur pakcoy,

sembari mempersiapkan perangkat produksi untuk membantu masyarakat dalam membuat camilan sehat yang dinamakan “PuCoy”.

Tahap pelaksanaan inti membahas sesi edukasi dan praktik inovatif. Pada sesi edukasi, peserta diberikan penjelasan mendalam tentang pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan anak. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan praktek langsung berupa pembuatan PuCoy, mulai dari pengolahan bahan mentah hingga cara penyajian produk. Peserta diberi kesempatan penuh untuk mempraktikkannya di bawah bimbingan tim pengabdian, sehingga terjadi peningkatan keterampilan motorik dan pengalaman berharga bagi para ibu.

Di akhir kegiatan, dilakukan tahap evaluasi untuk menilai keberhasilan program melalui observasi dan diskusi bersama. Evaluasi ini fokus pada penilaian sejauh mana pemahaman dan kemandirian peserta dalam membuat PuCoy, serta antusiasme mereka dalam menerapkan inovasi pangan ini di lingkungan keluarga. Semua informasi yang terkumpul kemudian disusun dengan cara deskriptif untuk memberikan gambaran tentang efektivitas pemberdayaan yang telah dilaksanakan. Hasil akhir dari proses ini diharapkan memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan pemahaman gizi dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya memanfaatkan bahan lokal seperti pakcoy sebagai solusi pangan sehat untuk mencegah *stunting*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian ini dilaksanakan oleh mahasiswa Pendidikan Masyarakat dengan sasaran masyarakat sebanyak 25 orang. Kegiatan ini merupakan bentuk implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi dalam upaya pemberdayaan masyarakat, khususnya dalam pencegahan *stunting* melalui edukasi gizi dan inovasi pangan lokal. Program yang

dilaksanakan yaitu SEHATI (Sehatkan Anak Melalui Edukasi Gizi dan Inovasi Pangan) yang berfokus pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pemenuhan gizi anak.

Rangkaian kegiatan pengabdian diawali dengan pengisian daftar hadir, kemudian dilanjutkan dengan pembukaan kegiatan. Setelah itu, kegiatan inti berupa penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah interaktif, dilanjutkan dengan demonstrasi, diskusi/tanya jawab, refleksi dan penutup.

Peserta yang hadir dalam kegiatan pengabdian mendapatkan edukasi mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), gizi seimbang, serta pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pencegahan *stunting*. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sering disebut sebagai *window of opportunity* atau periode emas (*golden period*) karena pada masa janin hingga anak usia dua tahun terjadi proses tumbuh kembang yang sangat cepat dan tidak terjadi pada fase kehidupan lainnya. Status gizi pada periode ini akan berpengaruh terhadap kualitas kesehatan, kemampuan intelektual, serta produktivitas individu di masa mendatang. Oleh karena itu, ibu dan bayi memerlukan asupan gizi yang cukup dan berkualitas untuk menjamin perkembangan motorik, sosial, kognitif, serta kemampuan belajar di masa depan (Wahyuningsih *et al.*, 2026).



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan 1000 hari pertama kehidupan

Selain itu, peserta juga diberikan pemahaman mengenai gizi seimbang sebagai pedoman konsumsi pangan sehari-hari. Gizi seimbang merupakan susunan makanan yang mengandung zat gizi dalam jumlah dan jenis yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), aktivitas fisik, serta pemantauan berat badan secara teratur (Amalia & Putri, 2022, dalam Fardiansyah *et al.*, 2026). Pemahaman mengenai gizi seimbang menjadi dasar penting dalam upaya pemenuhan kebutuhan nutrisi anak secara optimal.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan mengenai gizi seimbang dan pemanfaatan inovasi pangan lokal sayuran pakcoy

Edukasi yang diberikan dalam kegiatan ini mengacu pada teori belajar *behavioristik*, yang menekankan bahwa proses belajar merupakan hasil dari interaksi antara stimulus dan respons yang menghasilkan perubahan perilaku (Wahyudin, 2024). Penyampaian materi, penggunaan media *leaflet*, serta demonstrasi praktik langsung berperan sebagai stimulus yang mendorong peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta. Hal ini diperkuat dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat, di mana peserta didorong untuk berperan aktif dalam memanfaatkan potensi lokal guna meningkatkan kualitas kesehatan keluarga.

Pendekatan ini juga diperkuat dengan konsep pemberdayaan masyarakat. Pemberdayaan merupakan upaya untuk

meningkatkan partisipasi masyarakat dalam aktivitas pembangunan melalui tindakan nyata yang bertujuan mengubah kondisi masyarakat yang masih terbatas, baik dari segi pengetahuan, sikap, maupun praktik, menuju pada penguasaan sikap, mental, serta keterampilan yang lebih baik (Firman, 2021). Dalam konteks kegiatan ini, ibu-ibu kader tidak hanya berperan sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai subjek aktif yang terlibat dalam proses pembelajaran melalui diskusi dan praktik langsung.

Sebagai media pendukung, peserta diberikan *leaflet* yang berisi materi mengenai 1000 HPK, gizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal, serta langkah-langkah pembuatan puding pakcoy. *Leaflet* tersebut memuat informasi alat, bahan, dan proses pembuatan sehingga dapat digunakan kembali oleh peserta sebagai panduan praktis di rumah. Penggunaan media edukasi seperti *leaflet* diketahui efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat karena dapat diakses secara berulang.

Permasalahan *stunting* yang menjadi fokus dalam kegiatan ini merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan anak seusianya akibat kekurangan gizi kronis (Imeldawati, 2025). Kondisi ini umumnya disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam jangka panjang serta infeksi berulang, terutama pada periode 1000 HPK. *Stunting* tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, motorik dan imunitas, sehingga meningkatkan risiko morbiditas, mortalitas, serta rendahnya produktivitas di masa depan (Septarina *et al.*, 2024). Hal tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *stunting* dan gizi kurang terjadi akibat kurangnya asupan makanan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan pertumbuhan anak (Azizah *et al.*, 2023).

Sebagai bentuk intervensi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan camilan sehat berupa puding pakcoy “PuCoy”. Puding pakcoy merupakan inovasi pangan lokal yang memanfaatkan sayuran pakcoy yang mudah diperoleh dan memiliki kandungan gizi yang baik bagi balita. Inovasi ini dirancang sebagai alternatif dalam program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang dapat dibuat secara mandiri oleh ibu di rumah dengan proses yang sederhana.



Gambar 3. PuCoy (Puding Pakcoy)

Adapun bahan yang digunakan dalam pembuatan puding pakcoy meliputi sayuran pakcoy, agar-agar, daun pandan, susu kental manis, santan, vanili, dan gula. Proses pembuatan dimulai dengan memasukkan sayuran pakcoy dan daun pandan ke dalam blender, kemudian ditambahkan air secukupnya dan dihaluskan. Hasil blender disaring untuk memperoleh sari pakcoy. Selanjutnya, sari pakcoy dicampurkan dengan agar-agar dan gula, kemudian dimasak dengan api sedang sambil diaduk hingga mendidih. Setelah itu, adonan dituangkan ke dalam cetakan dan didinginkan hingga mengeras.

Demonstrasi pembuatan puding PuCoy dilakukan secara langsung dengan melibatkan partisipasi aktif peserta. Ibu-ibu kader dan ibu-ibu PKK tidak hanya menyimak, tetapi juga turut berpartisipasi dalam proses pembuatan serta aktif mengajukan pertanyaan. Selain itu, peserta juga diberikan kesempatan untuk

mencicipi hasil olahan puding pakcoy. Cita rasa PuCoy mendapatkan respon positif dari peserta, yang menilai bahwa produk tersebut memiliki rasa yang enak serta berpotensi menjadi alternatif camilan sehat bagi anak.



Gambar 4. Demonstrasi pembuatan puding pakcoy bersama ibu-ibu kader, ibu-ibu PKK, dan Kepala Bidang Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak

Rangkaian kegiatan selanjutnya adalah sesi diskusi dan tanya jawab. Ketertarikan peserta terlihat dari partisipasi aktif dalam menggali informasi terkait materi maupun praktik yang telah dilakukan. Kegiatan diakhiri dengan sesi refleksi, di mana peserta menyampaikan bahwa kegiatan ini memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah makanan sehat berbasis bahan lokal. Selain itu, inovasi puding pakcoy direncanakan akan diterapkan sebagai menu dalam program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Posyandu.



Gambar 5. Dokumentasi bersama seluruh partisipan pengabdian

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dikombinasikan dengan praktik langsung serta pemanfaatan potensi lokal mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan partisipasi masyarakat dalam upaya pencegahan *stunting*. Pendekatan ini sejalan dengan konsep pemberdayaan masyarakat yang menekankan pada peningkatan kapasitas individu dan keberlanjutan program berbasis komunitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian masyarakat melalui pemberdayaan masyarakat di Nagarasari dalam menciptakan puding pakcoy “PuCoy” sebagai camilan sehat untuk mencegah *stunting* telah dilaksanakan dengan baik dan mendapatkan tanggapan positif dari para peserta. Kegiatan ini memberikan wawasan dan keterampilan baru kepada masyarakat tentang cara memanfaatkan sayuran bernutrisi, terutama pakcoy menjadi camilan sehat yang menarik dan mudah dinikmati oleh anak-anak. Melalui kegiatan ini, para peserta menjadi lebih sadar akan pentingnya memenuhi kebutuhan gizi seimbang sebagai salah satu langkah pencegahan *stunting* sejak dini.

Sejalan dengan pelaksanaan kegiatan, disarankan agar program yang serupa dapat terus dilakukan secara berkelanjutan dengan menghadirkan inovasi pada olahan makanan bernutrisi lainnya sehingga masyarakat memiliki pilihan lebih banyak untuk camilan sehat bagi anak-anak. Disamping itu, dukungan dan pendampingan dari berbagai pihak, baik dari pemerintah maupun lembaga terkait, sangat dibutuhkan agar keterampilan yang telah diajarkan dapat terus dijalankan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan adanya keberlanjutan program, diharapkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi anak

semakin meningkat dan upaya pencegahan *stunting* dapat dilakukan dengan lebih efektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada masyarakat Kampung KB Bantarsari yang telah berpartisipasi aktif dan antusias ketika kegiatan berlangsung. Terimakasih juga kepada seluruh anggota kelompok atas kerja sama dan kontribusinya selama kegiatan pengabdian ini.

Ucapan terimakasih turut penulis sampaikan kepada DPPKBPPPA Kota Tasikmalaya selaku mitra FKIP EDU yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan program. Selain itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada Indri Ayu Widiyanti M. Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama kegiatan serta penyusunan artikel pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, N. A., Jasmine, N., Nashruddin, R. M., Afif, A., & Wibawani, S. (2023). Pemanfaatan Hidroponik Sebagai Olahan PMT Dalam Penurunan *Stunting* di Desa Banjarsari Kecamatan Sumberasih Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(22), 684–691.
- Edukasi 1000 Hari Pertama Kehidupan Melalui Kelas Ibu Hamil Berbasis Pembelajaran Orang Dewasa Di Kelurahan Giripurwo Wonogiri. (2026). *Jurnal Medika Mengabdi*, 2(2), 71–75.
- Fardiansyah, A., Diana, S., & Khoiriyah, D. U. (2026). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Siswa. *Medica Majapahit*, 18(1), 32–40.
- Firman, A. A. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Di Desa Berbasis Komunitas:

Review Literatur. *Jurnal Ilmiah Tata Sejuta STIA Mataram*, 7(1), 132–146.

Imeldawati, R. (2025). Dampak Terjadinya *Stunting* Terhadap Perkembangan Kognitif Anak: Literature Review. *Jurnal Medika Nusantara*, 3(1), 101–107.

Intan, F. R., Puspita, M., Jaya, S., Sinaga, S. I., & Andriana, D. (n.d.). Literasi *Stunting* Untuk Anak Usia Dini Di TK Melati Terpadu Kabupaten Ogan Ilir. 337–346.

Septariana, F., Faron, B. A., Fathonah, S., Tasqiyah, R. Z., Nuraisyah, S. J., Lestari, D. T., Heryanda, M. F., Alamsyah, P. R., Novia, R., Dalimunthe, N. K., Nurpratama, W. L., Syarifuddin, N. H., & Fitriyah, H. (2024). *Gizi & Tumbuh Kembang Anak Di Indonesia*. Sada Kurnia Pustaka.

Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya *Stunting* (Gizi Pendek) Di Indonesia. 3(2), 139–151.

Wahyudin, Y. (2024). Penerapan Teori *Behavioristik* dalam Pembelajaran PAI. 7(4), 1670–1680.