

## **Edukasi Pangan Beragam Bergizi Seimbang dan Aman serta Demonstrasi Penyusunan Menu Makanan di Desa Sukorejo**

**Sinta Arfiani\***, Hanifatul Ummah Maulidiyah, Griselda Ardelia Hibatullah, Aulia Nadhira, Bilqis Hadiqotun Nuha, Nadia Nur Sadiyah, Muhammad Azirul Afif Alvianto, Laudil Machfud Al Aziz, Olivia Farhana Bahanan, Adinda Aprilia Putri, Tri Damayanti Simanjuntak  
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Jember

\*Corresponding author: [sintaarfiani9876@gmail.com](mailto:sintaarfiani9876@gmail.com)

### **Abstract**

**Background:** *Stunting is a significant issue in Indonesia that needs serious treatment. The prevalence of stunting in Indonesia is still high, including in East Java and Jember Regency. Nutritional education and health promotion are important efforts to prevent stunting.* **Method:** *Activities on diverse, balanced, and safe food education, as well as demonstrations on meal planning, were conducted at the Sukorejo Village Hall in January 2024 using a Participatory Learning and Action (PLA) approach through interactive lectures/socialization and meal planning practice. The activity targeted 25 participants, consisting of pregnant and breastfeeding mothers. Monitoring and support were provided online via a WhatsApp Group.* **Results:** *This activity increased participants' knowledge by 9.4% (from 75% of pretest to 84% of post-test questions answered correctly) after the socialization and demonstration. The active participation of participants in the activities indicated increased awareness and knowledge about nutritional needs to prevent stunting.* **Conclusion:** *The educational activity on food and meal planning demonstrations effectively improved the knowledge and skills of pregnant and breastfeeding mothers in Sukorejo Village. This program should be continued with ongoing support to ensure the application of the acquired knowledge.*

**Keywords:** *Local Food, Nutrition Education, Stunting*

### **Abstrak**

**Latar Belakang:** *Stunting merupakan masalah signifikan di Indonesia yang memerlukan penanganan serius. Prevalensi stunting di Indonesia masih tinggi, termasuk di Jawa Timur dan Kabupaten Jember. Edukasi gizi dan promosi kesehatan menjadi salah satu upaya penting dalam pencegahan stunting.* **Metode:** *Kegiatan edukasi pangan beragam, bergizi seimbang, dan aman serta demonstrasi penyusunan menu makanan dilaksanakan di Balai Desa Sukorejo pada bulan Januari 2024 dengan pendekatan Participatory Learning and Action (PLA) melalui ceramah/sosialisasi interaktif, dan praktik penyusunan menu makanan. Sasaran kegiatan berjumlah 25 orang yang terdiri dari ibu hamil dan ibu menyusui. Adapun metode monitoring atau pendampingan dilakukan secara online melalui media WhatsApp Group.* **Hasil:** *Kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan peserta sebesar 9,4% (yakni dari 75% pertanyaan pre-test menjadi 84% pertanyaan post-test dijawab dengan benar) setelah sosialisasi dan demonstrasi. Partisipasi aktif peserta dalam kegiatan menunjukkan peningkatan kesadaran dan pengetahuan terkait pemenuhan gizi untuk mencegah stunting.* **Kesimpulan:** *Kegiatan edukasi pangan dan demonstrasi penyusunan menu makanan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan ibu menyusui di Desa Sukorejo. Program ini perlu dilanjutkan dengan pendampingan berkelanjutan untuk memastikan penerapan pengetahuan yang telah diperoleh.*

**Kata Kunci:** *Edukasi Gizi, Pangan Lokal, Stunting*

### PENDAHULUAN

*Stunting* merupakan gangguan pada tumbuh dan kembang anak karena defisiensi gizi kronis dan infeksi berulang yang dapat dilihat dari panjang atau tinggi badan yang kurang dari standar yang ditetapkan oleh menteri kesehatan (1). *Stunting* di Indonesia masih menjadi persoalan besar yang membutuhkan penanganan serius dari semua lintas sektor, sehingga program percepatan penanganan *stunting* menjadi program prioritas nasional yang membutuhkan penanganan secara terintegrasi supaya mengurangi kasus *stunting*. Berdasarkan data Riskesdas dengan integritas data antara Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) dan Studi Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) 2019, prevalensi *stunting* di Indonesia tahun 2022 yaitu 21,6%. Walaupun prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami penurunan namun sebagian besar provinsi di Indonesia memiliki prevalensi *stunting* yang cukup tinggi sampai melebihi rata-rata nasional. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2022, prevalensi *stunting* menurun yaitu dari tahun lalu 23,5% menjadi 19,2%. Penurunan tersebut belum mencapai target rencana strategis Provinsi Jawa Timur yaitu 18,4%. Jember merupakan kabupaten di Jawa Timur yang pernah menjadi peringkat kedua se-Jawa Timur sebagai angka tertinggi prevalensi *stunting* yaitu 37,08% (2). Berdasarkan analisis situasi yang dilakukan di Puskesmas Sukowono, prevalensi *stunting* di Desa Sukorejo sebanyak 7%.

*Stunting* tidak hanya gangguan pertumbuhan secara fisik saja, namun dapat juga menyebabkan anak mudah sakit dan terjadinya gangguan pada perkembangan otak dan kecerdasan, sehingga *stunting* menjadi ancaman besar bagi kualitas sumber daya manusia di Indonesia (3). *Stunting* dapat terjadi karena berbagai faktor antara lain asupan gizi ibu ketika pra dan masa hamil kurang, inisiasi menyusui dini (IMD) dan pemberian ASI Eksklusif yang tidak dilakukan, pemberian MPASI kepada bayi yang belum berusia 6 bulan, dan kualitas makanan yang kurang akan berbagai kebutuhan gizi seperti asupan energi, protein, kalsium, dan zat besi, kemudian memiliki riwayat BBLR, anak yang tidak melaksanakan imunisasi, adanya riwayat penyakit neonatal, dan sanitasi yang kurang (4).

Pemerintah Indonesia sudah menetapkan Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan *Stunting*. Menteri kesehatan mengutamakan 11 program intervensi spesifik untuk menurunkan *stunting*. Program tersebut ditujukan pada saat fase ibu hamil dan fase sesudah melahirkan terutama ketika bayi berusia 0 – 24 bulan. Salah satu program intervensi spesifik ialah program pendidikan, edukasi, dan promosi terkait kedua fase pertumbuhan, sedangkan 10 program sisanya difokuskan pada tiap fase yang paling rentan terhadap *stunting*. Pada fase sebelum bayi lahir intervensi yang dilakukan adalah pemberian tablet tambah darah (TTD) pada siswi kelas 7 dan 10. Pada ibu hamil juga diberikan tablet tambah darah serta memastikan gizi yang cukup. Adapun intervensi untuk bayi usia 0-24 bulan adalah imunisasi, ASI eksklusif, dan jika memiliki gejala akan diberikan protein hewani (5).

Salah satu upaya untuk mencegah *stunting* adalah promosi kesehatan. Promosi kesehatan merupakan usaha untuk melakukan pemberdayaan pada masyarakat dengan cara memberikan informasi, mempengaruhi, dan membantu masyarakat agar mereka memiliki kesadaran untuk menjaga kesehatan dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (6). Edukasi kesehatan termasuk salah satu metode promosi kesehatan. Edukasi kesehatan merupakan sebuah usaha menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat yang memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku masyarakat dalam rangka menjaga kesehatannya (7).

Edukasi gizi yang diberikan pada kelas ibu hamil mempunyai hubungan yang bermakna dengan peningkatan pengetahuan dan sikap mengenai pencegahan *stunting* (8).

Edukasi pangan beragam, bergizi seimbang, dan aman serta demonstrasi penyusunan menu makanan merupakan sebuah program kerja pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan berkaitan dengan pangan beragam, bergizi, seimbang, dan aman yang disesuaikan dengan pangan lokal, meningkatkan pengetahuan tentang kebutuhan gizi sesuai dengan angka kecukupan gizi (AKG) dan ukuran rumah tangga (URT), meningkatkan pemanfaatan pangan lokal dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil dan ibu menyusui, dan meningkatkan pengetahuan dengan demonstrasi penyusunan menu makanan untuk mendukung penurunan angka *stunting* di Desa Sukorejo. Sasaran kegiatan ini adalah ibu hamil dan ibu menyusui sehingga dapat memberi bekal ilmu tentang pemenuhan nutrisi ibu hamil dan ibu menyusui melalui demonstrasi penyusunan menu makanan dengan memanfaatkan pangan lokal yang ada di Desa Sukorejo. Pemberian edukasi atau pengetahuan tentang menjaga nutrisi pada ibu hamil dan ibu menyusui terbukti berhasil dengan berkurangnya jumlah peserta yang memiliki pengetahuan yang rendah. Ibu hamil dan ibu menyusui merupakan sasaran yang rentan mengalami kekurangan nutrisi karena berada pada fase yang membutuhkan kebutuhan gizi yang meningkat bagi ibu dan janin serta untuk persiapan masa laktasi (9). Perilaku pemenuhan gizi melalui menu makanan yang sesuai dengan pangan lokal akibat edukasi yang telah diberikan akan bermanfaat dalam memenuhi kebutuhan gizi serta mencegah terjadinya *stunting*. Hal ini bermanfaat pada janin yang sedang dikandung dan bayi setelah lahir terutama usia 0-24 bulan karena kedua fase ini berkaitan dengan 1000 hari pertama kehidupan yang menentukan kesehatan dan perkembangan yang optimal pada kehidupan seseorang termasuk risiko *stunting* (10).

### METODE PELAKSANAAN

Kegiatan edukasi pangan beragam, bergizi seimbang, dan aman serta demonstrasi penyusunan menu makanan dilaksanakan pada hari Selasa, 16 Januari 2024 pukul 09.00 – 10.30 WIB di Balai Desa Sukorejo Kabupaten Jember. Sasaran kegiatan yang menghadiri kegiatan ini terdiri dari 25 dari 30 orang ibu hamil dan ibu menyusui. Kegiatan edukasi pangan dan demonstrasi penyusunan menu makanan secara umum bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan berkaitan dengan pangan beragam, bergizi, seimbang, dan aman yang disesuaikan dengan pangan lokal. Tujuan khusus kegiatan berupa meningkatkan pengetahuan kebutuhan gizi sesuai dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan Ukuran Rumah Tangga (URT), meningkatkan pemanfaatan pangan lokal dalam pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil dan ibu menyusui, meningkatkan pengetahuan dengan demonstrasi penyusunan menu makanan. Upaya intervensi kesehatan dilakukan dengan sosialisasi dan praktek penyusunan menu makanan. Media dan peralatan yang dibutuhkan yakni PPT, LCD, proyektor, *mic*, *sound system*, meja, kursi, alat dan bahan masak, ilustrasi makanan, lembar *pre-test* dan *post-test*, serta *WhatsApp*. Tahapan pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

1. Tahap Analisis Situasi

Analisis situasi dilakukan melalui pengumpulan data primer dan data sekunder dari Puskesmas Sukowono dan Puskesmas Pembantu Sukorejo serta hasil Musyawarah Masyarakat Desa (MMD) dengan metode NGT Modifikasi Hanlon. Tingginya angka *stunting* yaitu sebanyak 23 anak (7%) dengan faktor risiko rendahnya pengetahuan mengenai gizi seimbang

yang rendah sebesar 84,1% dan pola konsumsi tidak beragam sebesar 53,2% menginisiasi kegiatan ini. Sasaran kegiatan ditentukan berdasarkan tujuan kegiatan dan masalah kesehatan atau masyarakat yang beresiko yaitu ibu hamil dan ibu menyusui.

### 2. Tahap Perencanaan

Perencanaan dilakukan dengan menentukan usulan dan metode kegiatan, pembagian tugas, merencanakan anggaran kegiatan, menentukan mitra, menentukan rangkaian kegiatan, dan menentukan indikator keberhasilan kegiatan. Penentuan usulan dan metode kegiatan dilakukan melalui konsultasi dengan dosen pembimbing akademik, pembimbing lapangan, bidan daerah, dan pemerintah Desa Sukorejo. Kegiatan ini bermitra dengan kader Kesehatan Desa Sukorejo, Bidan dan Perawat Desa Sukorejo.

### 3. Tahap Implementasi

Implementasi kegiatan diawali dengan sasaran menjawab lembar *pre-test* yang diberikan, hal ini berguna untuk mengukur pengetahuan peserta kegiatan sebelum sosialisasi. Kegiatan dilakukan dengan sosialisasi dengan metode ceramah. Materi yang disampaikan berkaitan dengan keanekaragaman pangan yang beragam, bergizi seimbang dan aman yang dianjurkan pada ibu hamil dan ibu menyusui, tabel makanan pokok (sumber karbohidrat), tabel lauk pauk (sumber protein dan lemak), tabel kelompok sayuran (mineral), tabel kelompok buah-buahan, anjuran makan sesuai Pedoman Isi Piringku, dan makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan untuk ibu hamil dan ibu menyusui. Kegiatan selanjutnya yakni demonstrasi penyusunan menu makanan dengan sasaran dibagi menjadi 4 kelompok untuk melaksanakan penyusunan menu makanan. Fasilitator akan menjelaskan kembali terkait penyusunan menu makanan yang baik dan benar sesuai dengan Pedoman Isi Piringku. Kegiatan diakhiri dengan pengerjaan *post-test* untuk mengukur pengetahuan peserta setelah pelaksanaan kegiatan.

### 4. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi kegiatan mulai dari input, proses, dan output sehingga kegiatan yang selanjutnya dapat berjalan secara maksimal. Adapun kriteria program intervensi kesehatan adalah relevansi, *Adequacy of performance*, ketepatan waktu, dan efektivitas kegiatan. Adapun monitoring dan evaluasi pada sasaran dengan pendampingan jarak jauh melalui *WhatsApp Group* juga dilaksanakan untuk melanjutkan penyampaian informasi kesehatan, motivasi serta *monitoring* menu makanan ibu hamil dan ibu menyusui setiap harinya. Selain itu, *online monitoring* dilakukan untuk mengetahui perubahan perilaku secara jangka panjang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi pangan beragam, bergizi, seimbang, dan aman serta demonstrasi penyusunan menu makanan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan ibu menyusui berkaitan pemenuhan kebutuhan gizi yang disesuaikan dengan pangan lokal dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG) dan Ukuran Rumah Tangga (URT) sebagai upaya pencegahan *stunting*. Kegiatan edukasi pangan dan demonstrasi penyusunan menu makanan merupakan salah satu wujud pemberdayaan masyarakat dengan pendekatan *Participatory Learning and Action* (PLA) (11). Masyarakat Desa Sukorejo terlibat secara aktif dalam segala aspek kegiatan mulai dari perencanaan yang dilakukan melalui Musyawarah Masyarakat Desa (MMD), pelaksanaan dengan sosialisasi dan demonstrasi penyusunan menu makanan, dan evaluasi melalui *pre-test*, *post-test*, dan *online monitoring via WhatsApp*. Pada saat kegiatan



berlangsung, sasaran kegiatan (ibu hamil dan ibu menyusui) berpartisipasi secara aktif ditunjukkan dengan kegiatan sosialisasi interaktif (*learning*) yang kemudian dilanjutkan praktik secara langsung yang dilakukan oleh sasaran yang dikemas dengan bentuk demonstrasi penyusunan menu makanan (*action*). Adanya keterlibatan sasaran secara aktif memberikan manfaat yakni meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan sikap sasaran terkait pemenuhan kebutuhan gizi untuk mencegah *stunting*.



**Gambar 1.** Sosialisasi Materi Pedoman Isi Piringku



**Gambar 2.** Demonstrasi Isi Piringku

Kegiatan edukasi pangan dan demonstrasi penyusunan menu makanan menunjukkan nilai *Adequacy of Performance* sebesar 83,3% yang diartikan bahwa kriteria dari segi kehadiran peserta telah memenuhi target. Kegiatan ini relevan dengan tingginya permasalahan *stunting* di Desa Sukorejo dengan faktor penyebab berasal dari rendahnya pengetahuan mengenai gizi seimbang dan pola konsumsi yang tidak beragam. Penelitian Darmani, dkk (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang dengan kejadian *stunting* pada balita usia 2-5 tahun di Puskesmas Kintamani V. Semakin tinggi pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, maka semakin baik juga pemberian zat gizi pada anak (12). Pangan yang beragam juga mempengaruhi pemenuhan kebutuhan zat gizi pada ibu hamil dan menyusui. Pada penelitian Gaspersz, dkk (2020) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pola konsumsi ibu hamil dengan status gizi ibu hamil. Konsumsi pangan yang tidak beragam akan berisiko menimbulkan tidak terpenuhinya kebutuhan asupan gizi sehingga akan berpengaruh pada status gizi ibu hamil (13). Hasil dari pelaksanaan kegiatan edukasi pangan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebagai berikut:

**Tabel 2.** Hasil Perhitungan *Pre-test* dan *Post-test*

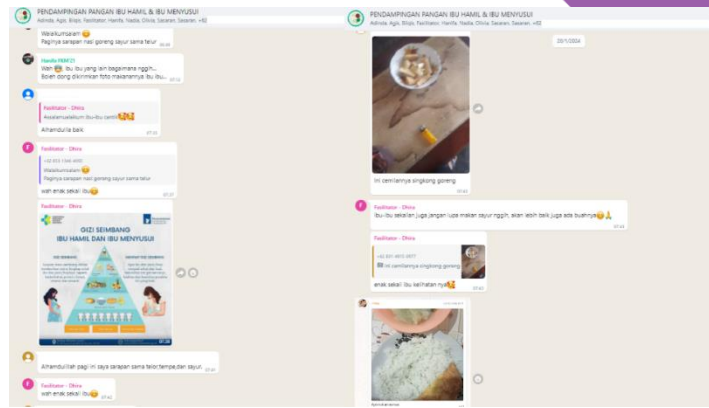
Pengetahuan	Persentase Jawaban Benar (%)		Jumlah Soal
	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	
Keanekaragaman pangan	88	100	10
Makanan beragam	60	76	
Makanan/ minuman yang harus dibatasi	68	72	
Pangan aman	92	100	
Porsi makanan dalam 1 piring	28	36	
Makanan yang tidak disarankan	100	100	
Makanan yang disarankan	84	92	
Manfaat mengkonsumsi sayur-sayuran	68	76	
Manfaat mengkonsumsi buah-buahan	76	96	
Makanan yang tidak mengandung karbohidrat	88	96	
<b>Total</b>	<b>75</b>	<b>84,4</b>	

**Tabel 2.** Hasil *Pre-test* dan *Post-test*

	<i>Mean</i>	Nilai Min	Nilai Max.	N	<i>Std. deviation</i>	<i>Std. mean error</i>
Hasil <i>Pre-test</i>	75%	50	90	25	5,1812	1,0362
Hasil <i>Post-test</i>	84,4%	50	90	25	5,0651	1,0130

Sasaran kegiatan mengalami peningkatan pengetahuan sebesar 9,4% setelah dilaksanakannya sosialisasi. Hasil *pre-test* menunjukkan 75% pertanyaan berhasil dijawab dengan benar, dan setelah sosialisasi jumlah pertanyaan yang berhasil dijawab dengan benar mencapai 84,4%. Upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan tidak hanya melalui sosialisasi, namun juga dilanjutkan dengan demonstrasi penyusunan menu makanan. Kegiatan dilakukan dengan membagi peserta menjadi 4 kelompok dengan masing-masing kelompok mengirimkan satu anggotanya untuk mengambil makanan sesuai Pedoman Isi Piringku yang telah dipelajari saat kegiatan sosialisasi. Setelah peserta selesai menyusun makanan, fasilitator membandingkan menu yang telah disusun sesuai Pedoman Isi Piringku dengan menu yang disusun peserta. Hal tersebut bertujuan menegaskan ulang terkait penyusunan menu makanan yang baik dan benar. Berdasarkan tabel 1, pertanyaan mengenai porsi makanan dalam satu piring memiliki nilai yang paling rendah, meskipun terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 8% dari sebelum sosialisasi dan demonstrasi. Hal tersebut menunjukkan pentingnya upaya peningkatan pengetahuan secara berkelanjutan mengenai pemenuhan gizi sesuai Pedoman Isi Piringku.

Keberlanjutan program dari kegiatan Edukasi Pangan yaitu dilakukannya pendampingan pangan oleh mahasiswa melalui *online monitoring* menggunakan *WhatsApp*. Fasilitator membagikan informasi kesehatan yang berkaitan dengan pemenuhan gizi dan sasaran kegiatan yakni ibu hamil dan ibu menyusui mendokumentasikan menu makanannya. Pendampingan edukasi pangan dilakukan fasilitator untuk monitoring keberlanjutan yang dilakukan setiap hari. Fasilitator menanyakan terkait menu makanan yang ibu hamil dan ibu menyusui masak pada pagi hari. Interaksi aktif di grup *WhatsApp* memotivasi ibu hamil dan ibu menyusui lainnya menjadi lebih aktif juga untuk memberikan informasi menu makanan.



Gambar 3. Online Monitoring by WhatsApp Group

Selama kegiatan monitoring dan evaluasi berlangsung, fasilitator juga memberikan informasi kesehatan berupa video edukasi kesehatan dan poster. Informasi kesehatan yang diberikan berkaitan dengan manfaat gizi seimbang bagi ibu hamil dan ibu menyusui, ragam makanan yang mengandung zat gizi penting untuk ibu hamil dan ibu menyusui, menu makanan ibu hamil dan ibu menyusui, Isi piring yang kaya akan protein hewani bagi ibu hamil, pilihan protein hewan untuk MPASI si kecil, dan asupan gizi bagi ibu hamil. Informasi kesehatan yang diberikan bermanfaat untuk menambah pengetahuan akan keanekaragaman pangan yang dikonsumsi dan manfaat lainnya untuk kesehatan ibu dan pertumbuhan dan perkembangan janinnya yang dapat dipenuhi oleh asupan gizi dari aneka ragam makanan (14). Menu makanan yang beragam, bergizi seimbang dan aman dapat mengurangi resiko kekurangan gizi pada ibu hamil, antara lain seperti anemia, pendarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan terkena penyakit infeksi (15).

Kegiatan edukasi pangan dan demonstrasi penyusunan menu makanan telah berhasil memberikan pengetahuan dan keterampilan bagi ibu hamil dan ibu menyusui. Sasaran kegiatan telah mengimplementasikan pengetahuan yang diperoleh melalui pembuatan menu makanan setiap hari yang dimonitoring melalui grup WhatsApp. Sasaran kegiatan berpartisipasi aktif dan kooperatif selama serangkaian kegiatan edukasi pangan dan demonstrasi penyusunan menu makanan berlangsung

### KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pangan beragam, bergizi seimbang, dan aman serta demonstrasi penyusunan menu makanan di Desa Sukorejo berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan ibu menyusui terkait pemenuhan kebutuhan gizi. Partisipasi aktif peserta yang menjadi sasaran membantu keberhasilan tersebut. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 9,4% setelah kegiatan, dari 75% pada pre-test menjadi 84,4% pada post-test. Monitoring dan evaluasi dilakukan melalui pendampingan jarak jauh via *WhatsApp Group*, yang memastikan keberlanjutan program dan komitmen peserta dalam menerapkan pengetahuan yang diperoleh. Disarankan bagi puskesmas, bidan, dan kader kesehatan yang terlibat dalam program kesehatan masyarakat untuk melakukan pendampingan berkelanjutan supaya memastikan program tetap *sustain*. Program serupa juga dapat diperluas ke desa-desa lain dengan prevalensi stunting tinggi untuk mencapai penurunan stunting secara lebih luas. Selain itu, kolaborasi pemerintah daerah, dinas kesehatan, dan organisasi non-

pemerintah dengan lintas sektor akan memperkuat program edukasi dan pemantauan gizi ibu hamil dan menyusui.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan "Edukasi Pangan Beragam, Bergizi Seimbang, dan Aman serta Demonstrasi Penyusunan Menu Makanan" ini. Terima kasih kepada Universitas Jember yang telah memberikan dukungan dan fasilitas, Ibu Tri Damayanti Simanjuntak, S.KM., M.Epid., yang telah memberikan arahan dan bimbingan, Kepala Desa Sukorejo dan jajarannya yang mendukung penuh kegiatan ini, Bidan dan Perawat Desa Sukorejo serta Masyarakat Desa Sukorejo yang telah menyambut kami dengan hangat dan antusias. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan yang telah bekerja sama dengan penuh semangat dan dedikasi. Setiap dari kalian telah memberikan kontribusi yang unik dan berharga, mulai dari ide-ide kreatif dalam perencanaan hingga pelaksanaan kegiatan di lapangan, serta dalam penulisan artikel ini.

### REFERENSI

1. Presiden RI. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting. 2021.
2. Kurniawan EA. Sosialisasi Stunting Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu-Ibu Di Kabupaten Jember. 2024;4(3):655–9.
3. Rahman H, Rahmah M, Saribulan N. Upaya Penanganan Stunting Di Indonesia. *J Ilmu Pemerintah Suara Khatulistiwa*. 2023;VIII(01):44–59.
4. Nirmalasari NO. Stunting Pada Anak: Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam J Gend Mainstreaming*. 2020;14(1):19–28.
5. Fitrotuzzaqiyah I, Rahayu S. Implementasi Intervensi Spesifik Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *J Nutr Coll*. 2022;11(November 2021):236–47.
6. Asniar A, Kamil H, Mayasari P. Pendidikan dan Promosi Kesehatan. *Pendidikan dan Promosi Kesehatan*. 2020.
7. Luthviatin N, Rokhmah D. Aplikasi Promosi Kesehatan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP). Universitas Jember; 2024.
8. Wayan N, Ekayanthi D, Suryani P. Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. 2019;10(November):312–9.
9. Nikmah N, Anggraeni N. Upaya Menjaga Nutrisi Ibu Hamil dan Ibu Menyusui. 2023;
10. Agustina W, Fathur F. Ibu Hamil Kek, Berat Bayi Lahir Rendah Dan Tidak Asi Eksklusif Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Stunting. *J Kesehat Tambusai*. 2022;3(1):263–70.
11. Darmawan D, Alamsyah T., Rosmilawati I. Participatory Learning and Action untuk Menumbuhkan Quality of Life pada Kelompok Keluarga Harapan di Kota Serang. *J Nonform Educ Community Empower*. 2020;4(2):160–9. Available from: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jnfc%0A>ISSN
12. Darmini NW, Fitriana LB, Vidayanti V. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun. *Coping Community Publ Nurs*. 2022;10(2):160.
13. Gaspersz E, Picauly I, Sinaga M. Hubungan Faktor Pola Konsumsi, Riwayat Penyakit



- Infeksi, Dan Personal Hygiene Dengan Status Gizi Ibu Hamil Di Wilayah Lokus Stunting Kabupaten Timur Tengah Utara. *J Pangan Gizi dan Kesehat.* 2020;9(2):1081–90.
14. Retnaningtyas E, Retnoningsih, Kartikawati E, Nuning, Sukemi, Nilawati D, et al. Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil. *ADI Pengabdian Kpd Masy.* 2022;2(2):19–24.
  15. Limoy M, Putri E, Kebidanan A, Pontianak PB. Penatalaksanaan Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil Di Rumah Bersalin Windiyati Kecamatan Sungai Raya Kabupaten Kubu Raya Tahun 2022. *J PKM Kebidanan Komunitas.* 2022;6:248–53.