BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

Strategi Ekonomi Keluarga dalam Pemenuhan Kebutuhan Gizi Balita untuk Mencegah Stunting di Desa Marubun Jaya, Kecamatan Tanah Jawa, Kabupaten Simalungun

Melani Rusli[1], Salsabila Rahma[2], Salamuddin[3]

[1,2,3]Program Studi Ekonomi Islam, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam,
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Alamat: Jl. Williem Iskandar Ps. V, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara
e-mail: [1]melanirusli84@gmail.com , [2]salsarhmn.30@gmail.com , [3]salamuddin@uinsu.ac.id

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah gizi kronis di Kabupaten Simalungun, dan salah satu faktor yang melatarbelakanginya adalah keterbatasan kemampuan ekonomi keluarga dalam menyediakan pangan bergizi bagi balita. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memperkuat strategi ekonomi keluarga dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita untuk mencegah stunting di Desa Marubun Jaya, Kecamatan Tanah Jawa, Kabupaten Simalungun. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif yang terdiri atas lima tahap, yaitu asesmen kebutuhan, edukasi gizi dan pengelolaan keuangan keluarga, pelatihan pemanfaatan pekarangan, pelatihan pengolahan makanan pendamping ASI (MP-ASI) berbasis pangan lokal, serta pendampingan dan evaluasi dengan pre-test dan post-test. Sasaran kegiatan adalah ibu balita dan kader posyandu. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyusun anggaran belanja pangan, memilih bahan pangan bergizi yang terjangkau, mengolah MP-ASI dari pangan lokal, serta memanfaatkan pekarangan sebagai sumber pangan tambahan keluarga. Kegiatan ini juga mendorong tumbuhnya gagasan usaha rumah tangga dan tabungan gizi keluarga sebagai penopang belanja pangan balita. Simpulan kegiatan ini adalah bahwa pemenuhan gizi balita tidak cukup diatasi melalui edukasi gizi semata, tetapi perlu dipadukan dengan penguatan ketahanan pangan dan ekonomi keluarga secara berkelanjutan dengan dukungan pemerintah nagori, kader posyandu, dan tenaga kesehatan.

***Kata kunci**: Strategi Ekonomi Keluarga, Gizi Balita, Stunting, Ketahanan Pangan, Pemberdayaan Masyarakat*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan bentuk malnutrisi kronis yang ditandai dengan tinggi badan anak menurut umur yang berada jauh di bawah standar pertumbuhan akibat kekurangan asupan gizi dalam jangka panjang, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Kondisi ini bukan sekadar persoalan tubuh yang pendek, melainkan berkaitan dengan kerentanan terhadap penyakit, terhambatnya perkembangan kognitif, dan menurunnya produktivitas pada usia dewasa. Secara global, UNICEF, WHO, dan Bank Dunia memperkirakan bahwa 148,1 juta anak di bawah lima tahun atau sekitar 22,3% mengalami stunting pada tahun 2022, dan hanya sekitar sepertiga negara yang berada di jalur yang tepat untuk menurunkan jumlah balita stunting hingga separuhnya pada tahun 2030 [1]. Lebih dari separuh balita stunting dunia tinggal di Asia [1].

Di Indonesia, upaya percepatan penurunan stunting menunjukkan kemajuan yang nyata tetapi belum tuntas. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) memperlihatkan bahwa prevalensi stunting nasional turun dari 21,5% pada tahun 2023 menjadi 19,8% pada tahun 2024, sementara pemerintah menargetkan angka 14,2% pada tahun 2029 [2]. Artinya, penurunan sekitar 7,3 poin persentase masih harus dicapai dalam lima tahun. Sumatera Utara termasuk satu dari enam provinsi dengan jumlah balita stunting terbesar, yaitu sekitar 316.456 balita [2].

Analisis terhadap data SSGI 2022 di Sumatera Utara menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada anak usia di bawah dua tahun mencapai 21,1% dan masih berada di atas target

Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

nasional. Faktor yang secara signifikan meningkatkan peluang stunting antara lain pendapatan rumah tangga yang rendah (OR 1,64), pola makan yang tidak beragam (OR 1,21), tempat tinggal di wilayah perdesaan (OR 1,24), serta ibu yang tidak bekerja (OR 1,31) [3]. Temuan tersebut menegaskan bahwa keragaman makanan balita, yang tampak sebagai perilaku pengasuhan, sesungguhnya berakar pada struktur sosial ekonomi dan akses keluarga terhadap sumber daya [3].

Pada tingkat kabupaten, Simalungun merupakan salah satu wilayah lokus stunting di Sumatera Utara. Data Dinas Kesehatan yang dirujuk dalam penelitian di kabupaten ini mencatat 915 anak usia 2–5 tahun atau 28,5% mengalami stunting pada tahun 2021 [4]. Pemerintah Kabupaten Simalungun melaporkan bahwa prevalensi stunting masih berada pada angka 26% pada tahun 2024, dengan target 14% pada tahun 2025 dan sebanyak 24.560 keluarga berisiko stunting yang tersebar di 32 kecamatan [5]. Dengan kata lain, penurunan yang masih dibutuhkan cukup besar dan tidak dapat dicapai hanya oleh sektor kesehatan.

Penelitian di Kabupaten Simalungun memperlihatkan bahwa banyak ibu dari balita stunting ikut bekerja di ladang membantu suami sehingga perhatian terhadap tumbuh kembang anak menjadi minim, anak sering diberi makanan ringan tanpa nilai gizi, dan sayur serta buah jarang diberikan [4]. Proporsi anak stunting tercatat 66,7% pada ibu dengan pengetahuan gizi yang kurang, dibandingkan 21,2% pada ibu dengan pengetahuan yang baik [4]. Gambaran ini memberi petunjuk bahwa persoalan gizi balita di Simalungun berkaitan dengan pengetahuan ibu, waktu pengasuhan, dan kondisi ekonomi keluarga secara bersamaan.

Secara konseptual, stunting bersifat multifaktor dan dipengaruhi oleh berbagai determinan pada tingkat anak, ibu, rumah tangga, dan lingkungan [6]. Di antara determinan tersebut, kondisi ekonomi keluarga menentukan kemampuan rumah tangga untuk membeli, menyimpan, dan menyiapkan pangan bergizi bagi balita. Studi di wilayah kerja Puskesmas Singgahan, Kabupaten Tuban, menyimpulkan bahwa karakteristik keluarga dan tingkat ketahanan pangan rumah tangga berkaitan dengan kejadian stunting, bahwa pendapatan yang kurang memadai memengaruhi akses pangan, dan bahwa pelatihan keterampilan usaha produktif dapat menjadi jalan untuk meningkatkan pendapatan serta memperbaiki akses pangan [7].

Ketahanan pangan rumah tangga menjadi jembatan antara kondisi ekonomi dan status gizi balita. Kajian sistematis terhadap penelitian di Indonesia telah menelaah hubungan antara ketahanan pangan rumah tangga dan kejadian stunting pada balita [8]. Penelitian pada 100 rumah tangga yang memiliki balita stunting di Kota Palu menemukan bahwa kecukupan penghasilan, pangan dari pekarangan, dan bantuan sosial berhubungan signifikan dengan ketahanan pangan rumah tangga, sehingga intervensi disarankan menitikberatkan pada peningkatan pendapatan keluarga, optimalisasi pekarangan, dan ketepatan sasaran bantuan [9].

Sejumlah kegiatan pengabdian telah memadukan edukasi gizi dengan penguatan ekonomi keluarga. Di Desa Tanjung, Kabupaten Pamekasan, pendekatan *participatory action research* yang menggabungkan penyuluhan gizi, pelatihan MP-ASI berbahan pangan lokal, dan pelatihan wirausaha skala rumah tangga meningkatkan pemahaman praktik MP-ASI sebesar 63,3% dan keterampilan olah pangan lokal hingga 77,5%, serta membentuk unit usaha mandiri warga yang mendukung daya beli pangan bergizi [10]. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa edukasi gizi lebih bermakna apabila disertai penguatan kemampuan keluarga dalam mengelola dan menambah sumber daya ekonominya.

Nagori Marubun Jaya merupakan salah satu nagori di Kecamatan Tanah Jawa, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara. Sebagaimana karakter wilayah perdesaan di Simalungun, penghidupan sebagian besar keluarga di nagori ini bertumpu pada sektor pertanian dan perkebunan sehingga pendapatannya cenderung berfluktuasi mengikuti musim dan harga komoditas. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan keluarga menyediakan pangan bergizi bagi balita secara konsisten, terlebih ketika ibu turut bekerja di ladang sehingga waktu pengasuhan dan penyiapan makanan menjadi terbatas [4]. Berdasarkan data puskesmas

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

setempat tahun 2026, tercatat 15 balita dengan status gizi stunting atau berisiko stunting di Nagori Marubun Jaya.

Dengan latar belakang tersebut, pencegahan stunting di tingkat nagori perlu memandang keluarga sebagai unit ekonomi yang mengatur pendapatan, belanja, tenaga kerja, dan sumber pangannya sendiri. Dalam tulisan ini, strategi ekonomi keluarga dimaknai sebagai upaya rumah tangga dalam mengelola dan mengembangkan sumber daya ekonominya, meliputi penguatan pendapatan, pengelolaan belanja pangan, dan produksi pangan mandiri, untuk menjamin pemenuhan gizi anggota keluarga, khususnya balita. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi strategi ekonomi keluarga dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita di Desa Marubun Jaya; (2) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam mengelola belanja pangan, memanfaatkan pekarangan, dan mengolah MP-ASI berbasis pangan lokal; serta (3) mendorong gagasan usaha rumah tangga dan kebiasaan menabung untuk kebutuhan gizi sebagai penopang pencegahan stunting yang berkelanjutan. Hasil kegiatan diharapkan menjadi rujukan bagi pemerintah nagori, kader posyandu, dan tenaga kesehatan dalam merancang program pencegahan stunting yang memadukan aspek gizi dan ekonomi.



Gambar 1. Pengabdian

2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan pendekatan partisipatif yang menempatkan ibu balita, kader posyandu, dan perangkat nagori sebagai mitra yang ikut menganalisis masalah, merancang solusi, dan melaksanakan kegiatan, bukan sekadar penerima materi. Pendekatan ini sejalan dengan kegiatan pengabdian sejenis yang memadukan pendampingan, penyuluhan gizi, pelatihan olah pangan lokal, dan pelatihan usaha rumah tangga [10], serta dengan upaya pemberdayaan keluarga yang bertumpu pada peran ibu sebagai ujung tombak pencegahan stunting [11].

2.1 Lokasi, Waktu, dan Sasaran

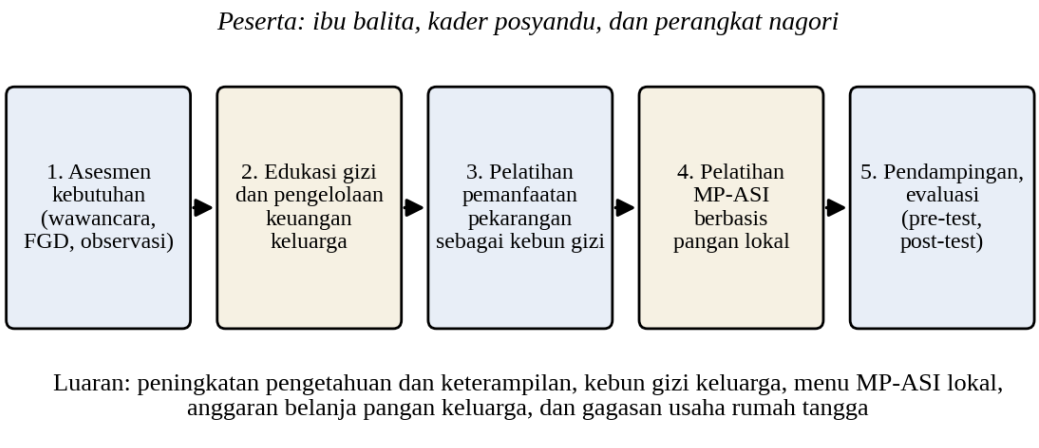
Kegiatan dilaksanakan di Nagori Marubun Jaya, Kecamatan Tanah Jawa, Kabupaten Simalungun, Provinsi Sumatera Utara, pada 19 Agustus bertempat di puskesmas desa marubun jaya. Sasaran kegiatan adalah ibu balita dan ibu hamil, kader posyandu, dengan dukungan perangkat nagori. Ibu balita dipilih sebagai sasaran utama karena berperan sebagai pengelola

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

belanja pangan sekaligus pengasuh utama balita dalam keluarga, sedangkan kader posyandu dipilih karena menjadi penghubung langsung antara keluarga dan layanan kesehatan dasar di tingkat nagori.

2.2 Tahapan Kegiatan

Kegiatan terdiri atas lima tahap yang berurutan sebagaimana digambarkan pada Gambar 1. Tahapan disusun agar setiap langkah menghasilkan luaran yang dapat dilanjutkan oleh keluarga setelah tim pengabdi selesai bertugas.



Gambar 2. Alur pelaksanaan kegiatan pengabdian

Tahap pertama adalah asesmen kebutuhan. Tim melakukan wawancara semi-terstruktur dan diskusi kelompok terarah (*focus group discussion*) dengan ibu balita, kader posyandu, dan perangkat nagori, serta observasi terhadap kondisi pekarangan dan kebiasaan belanja pangan. Asesmen menggali sumber pendapatan keluarga, pola pengeluaran untuk pangan, ketersediaan pangan di rumah, praktik pemberian makan balita, dan kendala yang dirasakan keluarga.

Tahap kedua adalah edukasi gizi dan pengelolaan keuangan keluarga. Materi mencakup gizi seimbang bagi balita dengan acuan Isi Piringku, pentingnya protein hewani, ASI eksklusif, dan prinsip MP-ASI, dilanjutkan dengan penyusunan anggaran belanja pangan sederhana, penentuan prioritas pengeluaran, dan pemilihan bahan pangan bergizi yang terjangkau. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, diskusi, dan simulasi.

Tahap ketiga adalah pelatihan pemanfaatan pekarangan sebagai kebun gizi keluarga. Peserta dilatih menyiapkan media tanam sederhana dan menanam sayuran yang cepat panen serta mudah dirawat. Pemanfaatan pangan lokal dan keanekaragaman pangan berbasis kearifan lokal menjadi landasan tahap ini [12].

Tahap keempat adalah pelatihan pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal melalui demonstrasi dan praktik memasak langsung menggunakan bahan yang mudah diperoleh di sekitar nagori, seperti telur, ikan, tempe, sayuran hijau, dan umbi-umbian. Peserta juga berlatih menghitung biaya per porsi untuk membandingkan MP-ASI buatan sendiri dengan produk olahan kemasan.

Tahap kelima adalah pendampingan dan evaluasi. Tim mendampingi penerapan materi di rumah, melakukan refleksi bersama peserta, dan menyusun rencana tindak lanjut bersama kader dan perangkat nagori, termasuk gagasan usaha rumah tangga dan tabungan gizi keluarga.

2.3 Instrumen, Pengumpulan Data, dan Analisis

Pengetahuan peserta diukur dengan kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang mencakup gizi seimbang dan MP-ASI, pengelolaan belanja pangan, serta pemanfaatan pekarangan. Keterampilan mengolah MP-ASI dinilai melalui lembar observasi saat praktik. Data kualitatif diperoleh dari wawancara, diskusi kelompok, observasi, dan dokumentasi kegiatan. Data

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

kuantitatif dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan persentase jawaban benar sebelum dan sesudah kegiatan, sedangkan data kualitatif dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan.

2.4 Hasil yang Diharapkan

Keberhasilan kegiatan dilihat dari empat indikator, yaitu meningkatnya skor pengetahuan peserta pada *post-test*, kemampuan ibu menyusun anggaran belanja pangan dan menu MP-ASI lokal, terbentuknya kebun gizi keluarga, serta adanya rencana tindak lanjut berupa usaha rumah tangga dan tabungan gizi yang disepakati bersama kader dan perangkat nagori.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN.

3.1 Gambaran Strategi Ekonomi Keluarga dalam Pemenuhan Gizi Balita

Hasil asesmen kebutuhan melalui wawancara, diskusi kelompok terarah, dan observasi menunjukkan bahwa keluarga di Nagori Marubun Jaya menjalankan beberapa strategi ekonomi dalam memenuhi kebutuhan pangan balita. Strategi tersebut dapat dikelompokkan menjadi empat, yaitu diversifikasi sumber pendapatan, pengaturan belanja pangan, produksi pangan sendiri di pekarangan atau lahan, dan pemanfaatan jejaring sosial serta layanan yang tersedia. Tabel 1 merangkum keempat strategi tersebut beserta implikasinya bagi gizi balita dan peluang penguatannya.

Tabel 1. Strategi ekonomi keluarga dalam pemenuhan gizi balita dan peluang penguatannya

No	Strategi	Bentuk praktik dan implikasi bagi gizi balita	Peluang penguatan
1	Diversifikasi sumber pendapatan	Bekerja di ladang atau kebun, menjadi buruh tani, dan berdagang kecil. Pendapatan bertambah, tetapi waktu pengasuhan ibu berkurang.	Usaha rumah tangga yang dapat dikerjakan di sekitar rumah
2	Pengaturan belanja pangan	Pangan pokok didahulukan, sedangkan lauk hewani, sayur, dan buah dibeli seadanya. Keragaman makanan balita berisiko rendah.	Anggaran belanja pangan dan prioritas pangan bergizi yang terjangkau
3	Produksi pangan sendiri	Pekarangan dan lahan di sekitar rumah dapat menyediakan sayur segar tanpa biaya beli yang besar.	Kebun gizi keluarga dan budi daya ikan atau ternak kecil
4	Jejaring sosial dan layanan	Arisan, gotong royong, dan layanan posyandu menjadi penyangga saat pendapatan menurun serta sumber informasi gizi.	Tabungan gizi bersama dan pemantauan pertumbuhan di posyandu

Strategi pertama, diversifikasi sumber pendapatan, dilakukan keluarga dengan menggabungkan pekerjaan di sektor pertanian dan perkebunan dengan pekerjaan sampingan. Pendapatan yang bergantung pada musim membuat kemampuan membeli pangan bergizi tidak stabil. Di sisi lain, keterlibatan ibu di ladang menambah pendapatan tetapi mengurangi waktu untuk menyiapkan makanan dan mengawasi anak makan, sebagaimana juga ditemukan pada ibu balita di Kabupaten Simalungun [4]. Karena itu, penguatan pendapatan dalam kegiatan ini

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

diarahkan pada usaha rumah tangga yang dapat dikerjakan di sekitar rumah agar tidak mengorbankan waktu pengasuhan.

Strategi kedua, pengaturan belanja pangan, menentukan apa yang akhirnya sampai ke piring balita. Ketika anggaran terbatas, pangan pokok biasanya didahulukan sementara lauk hewani, sayur, dan buah menjadi pilihan berikutnya. Pola ini berisiko menurunkan keragaman makanan, padahal pola makan yang tidak beragam meningkatkan peluang stunting pada anak usia 6–23 bulan di Sumatera Utara [3]. Oleh sebab itu, kegiatan ini menempatkan penyusunan anggaran belanja pangan dan pemilihan bahan pangan bergizi yang terjangkau sebagai materi inti.

Strategi ketiga dan keempat, yaitu produksi pangan sendiri dan pemanfaatan jejaring sosial, merupakan modal yang sering belum disadari sebagai bagian dari strategi ekonomi keluarga. Pekarangan dapat menyediakan sayuran dan bahan pangan lain tanpa biaya beli yang besar, dan pangan dari pekarangan terbukti berhubungan dengan ketahanan pangan rumah tangga pada keluarga yang memiliki balita stunting [9]. Adapun arisan, gotong royong, dan layanan posyandu berfungsi sebagai penyangga ketika pendapatan keluarga menurun serta sebagai saluran informasi gizi.

3.2 Pelaksanaan Program dan Luaran

Program dilaksanakan melalui lima kegiatan yang saling berkaitan, sebagaimana diringkas pada Tabel 2. Setiap kegiatan dirancang agar menghasilkan luaran nyata yang dapat dilanjutkan keluarga secara mandiri.

Tabel 2. Kegiatan, metode, dan luaran program pengabdian

No	Kegiatan	Metode	Luaran
1	Asesmen kebutuhan	Wawancara, diskusi kelompok terarah, dan observasi	Peta strategi ekonomi keluarga dan kendala pemenuhan gizi balita
2	Edukasi gizi dan pengelolaan keuangan keluarga	Ceramah interaktif, diskusi, dan simulasi anggaran	Lembar anggaran belanja pangan keluarga dan pemahaman gizi seimbang
3	Pelatihan pemanfaatan pekarangan	Praktik penyiapan media tanam dan penanaman	Kebun gizi keluarga
4	Pelatihan MP-ASI berbasis pangan lokal	Demonstrasi dan praktik memasak	Menu dan resep MP-ASI lokal dengan biaya terjangkau
5	Pendampingan dan evaluasi	*Pre-test*, *post-test*, kunjungan, dan refleksi	Rencana tindak lanjut, gagasan usaha rumah tangga, dan tabungan gizi

Pada kegiatan edukasi, peserta memperoleh materi tentang gizi seimbang bagi balita, pentingnya protein hewani, ASI eksklusif, dan prinsip MP-ASI yang tepat usia, kemudian dilanjutkan dengan simulasi penyusunan anggaran belanja pangan. Dalam simulasi, peserta membagi pendapatan keluarga ke dalam kebutuhan pokok, pangan bergizi balita, dan tabungan, lalu membandingkan pilihan menu dengan biaya yang berbeda. Peserta menemukan bahwa telur, ikan, tempe, dan sayuran hijau dapat memberi gizi yang baik dengan biaya yang lebih rendah dibandingkan makanan olahan kemasan yang selama ini sering menjadi jajanan anak.

Pada pelatihan pemanfaatan pekarangan, peserta mempraktikkan penyiapan media tanam sederhana dan penanaman sayuran yang cepat panen serta mudah dirawat. Kebun gizi tidak dimaksudkan menggantikan seluruh kebutuhan belanja pangan, tetapi menambah ketersediaan sayur segar dan menekan pengeluaran harian. Gagasan ini sejalan dengan kegiatan pengabdian

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

yang memberdayakan keluarga melalui kebun pangan lokal di pekarangan dan pembuatan MP-ASI lokal dengan ibu sebagai pelaku utama [11].

Pelatihan MP-ASI berbasis pangan lokal dilakukan melalui demonstrasi dan praktik memasak langsung. Bahan yang digunakan adalah pangan yang mudah diperoleh di sekitar nagori, dan peserta diajak menghitung biaya per porsi untuk menunjukkan bahwa MP-ASI buatan sendiri dapat lebih ekonomis. Pendekatan memanfaatkan bahan lokal ini telah digunakan pada berbagai pengabdian pencegahan stunting, antara lain penguatan keanekaragaman pangan lokal di Kabupaten Serang [12] dan pelatihan pengolahan pangan lokal bagi kader posyandu di Kota Cirebon [13].

Pendampingan dan refleksi di akhir kegiatan menghasilkan rencana tindak lanjut berupa gagasan usaha rumah tangga yang disepakati peserta, misalnya pengolahan hasil kebun atau ikan menjadi makanan olahan serta kesepakatan membentuk tabungan atau arisan gizi yang dikelola bersama kader. Dari sisi ekonomi, gagasan usaha berbasis bahan pangan lokal sejalan dengan pelatihan diversifikasi olahan ikan lele yang dikembangkan sebagai alternatif usaha untuk meningkatkan pendapatan [14].

3.3 Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Peserta

Evaluasi melalui *pre-test* dan *post-test* menunjukkan peningkatan pada seluruh aspek yang diukur. Rata-rata persentase jawaban benar meningkat dari xx% sebelum kegiatan menjadi xx% setelah kegiatan. Rincian hasil pada tiap aspek disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil evaluasi pengetahuan dan keterampilan peserta sebelum dan sesudah kegiatan

No	Aspek yang dievaluasi	Sebelum (%)	Sesudah (%)	Selisih (poin)
1	Pengetahuan gizi seimbang dan MP-ASI	50 %	70 %	20 %
2	Pengelolaan belanja pangan dan anggaran keluarga	60 %	75 %	15 %
3	Pemanfaatan pekarangan sebagai sumber pangan	70 %	80 %	10 %
4	Keterampilan mengolah MP-ASI berbasis pangan lokal	40 %	80 %	40 %

Peningkatan paling menonjol terjadi pada aspek keterampilan mengolah MP-ASI berbasis pangan lokal, yang sebelumnya belum menjadi bagian dari penyuluhan gizi yang diterima peserta. Hal ini memperkuat temuan bahwa pengetahuan ibu berkaitan erat dengan kejadian stunting di Simalungun, di mana proporsi stunting jauh lebih tinggi pada ibu yang berpengetahuan kurang [4]. Hasil ini sekaligus menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dapat dicapai melalui pelatihan singkat yang bersifat praktik, sebagaimana dilaporkan pada pelatihan menu dan pengolahan pangan lokal bagi ibu menyusui yang dievaluasi dengan *pre-test* dan *post-test* [15].

3.4 Pembahasan

Hasil kegiatan memperlihatkan bahwa pemenuhan gizi balita merupakan keluaran dari cara keluarga mengelola sumber daya ekonominya. Kerangka pada Gambar 2 merangkum alur pikir tersebut: penguatan pendapatan, pengelolaan belanja pangan, dan produksi pangan mandiri bermuara pada ketahanan pangan keluarga, yang pada gilirannya menentukan kecukupan dan keragaman gizi balita.

BHAKTI NAGORI
(Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)
Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**



Gambar 3. Kerangka strategi ekonomi keluarga dalam pemenuhan gizi balita

Keterkaitan antara kondisi ekonomi dan gizi balita yang diangkat dalam kegiatan ini konsisten dengan bukti yang ada. Pendapatan rumah tangga yang rendah meningkatkan peluang stunting pada anak usia 6–23 bulan di Sumatera Utara [3], pendapatan yang kurang memadai membatasi akses pangan keluarga di Kabupaten Tuban [7], dan kecukupan penghasilan berhubungan dengan ketahanan pangan pada rumah tangga balita stunting di Kota Palu [9]. Kajian sistematis mengenai hubungan ketahanan pangan rumah tangga dengan stunting pada balita juga memperkuat relevansi sudut pandang ini [8]. Dengan demikian, pencegahan stunting yang hanya berfokus pada penyuluhan gizi berpotensi tidak efektif apabila keluarga tidak memiliki daya beli dan akses pangan yang memadai.

Pemanfaatan pekarangan menarik karena berada di tangan keluarga sendiri. Mitra dkk. menyebut pemanfaatan pekarangan rumah sebagai salah satu arah program pemerintah untuk menghasilkan pangan bergizi bagi keluarga, dengan contoh tanaman seperti daun katuk dan daun kelor serta ikan lele sebagai sumber protein yang mudah diperoleh dan dibudidayakan [15]. Keunggulan kebun gizi bukan hanya pada nilai gizinya, tetapi juga pada perubahan cara keluarga memandang sumber pangan, dari sesuatu yang selalu harus dibeli menjadi sesuatu yang sebagian dapat diproduksi sendiri. Namun, kebun gizi memerlukan waktu, air, dan perawatan, sehingga keberlanjutannya bergantung pada kemudahan perawatan dan dukungan kelompok.

Dimensi lain yang tidak terpisahkan dari pemenuhan gizi balita adalah praktik pemberian ASI dan MP-ASI. ASI yang tidak diberikan secara eksklusif termasuk faktor yang dikaitkan dengan stunting pada balita [16], sedangkan ketidakberhasilan ASI eksklusif dipengaruhi oleh berbagai faktor pada ibu menyusui [17]. Tuntutan pekerjaan ibu juga dilaporkan menjadi salah satu alasan ibu tidak memberikan ASI eksklusif [15]. Dalam konteks keluarga petani dan pekebun, ibu yang ikut bekerja di ladang menghadapi tantangan serupa. Karena itu, edukasi MP-ASI dalam kegiatan ini dikaitkan langsung dengan perhitungan biaya dan waktu penyiapan agar praktik yang diajarkan realistis untuk dijalankan sehari-hari.

Hubungan antara pekerjaan ibu dan gizi balita tidak sederhana. Analisis data SSGI di Sumatera Utara menemukan bahwa ibu yang tidak bekerja berhubungan dengan peningkatan peluang stunting, yang diduga mencerminkan pendapatan yang lebih rendah dan keterbatasan kapasitas pengasuhan [3]. Sementara itu, di Simalungun ibu yang bekerja di ladang cenderung minim memperhatikan tumbuh kembang anak [4]. Kedua temuan ini tidak saling bertentangan, tetapi menunjukkan bahwa yang menentukan adalah keseimbangan antara pendapatan dan

Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 *p*-ISSN : 2807-7792
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 *e*-ISSN : 2807-6907

waktu pengasuhan. Itulah sebabnya strategi yang ditawarkan menekankan usaha rumah tangga dan kebun gizi yang dapat dikerjakan di sekitar rumah serta pengolahan MP-ASI yang praktis.

Penguatan ekonomi keluarga tetap perlu ditopang layanan kesehatan dasar. Pemantauan pertumbuhan balita setiap bulan di posyandu penting untuk mendeteksi gangguan pertumbuhan sejak dini [18], dan kader posyandu yang terlatih mengolah pangan lokal dapat menjadi penggerak di tingkat nagori [13]. Dalam kegiatan ini, kader dilibatkan sejak asesmen hingga pendampingan sehingga program tidak berhenti ketika tim pengabdi meninggalkan lokasi.

Sinergi edukasi gizi dan penguatan ekonomi bukan gagasan baru, tetapi masih jarang diterapkan secara terpadu pada tingkat nagori. Kegiatan di Desa Tanjung, Pamekasan, menunjukkan bahwa edukasi MP-ASI dan pelatihan wirausaha rumah tangga dapat berjalan bersama serta menghasilkan unit usaha mandiri yang mendukung daya beli pangan bergizi [10]. Kegiatan di Marubun Jaya melengkapi bukti tersebut dalam konteks nagori di Simalungun yang ditandai prevalensi stunting kabupaten yang masih tinggi [5] dan penghidupan keluarga yang bertumpu pada pertanian [4].

Kegiatan ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, durasi pendampingan yang relatif singkat membuat dampak pada status gizi dan tinggi badan balita belum dapat diukur, sehingga evaluasi hanya mencakup pengetahuan, keterampilan, dan rencana tindak lanjut. Kedua, gagasan usaha rumah tangga dan tabungan gizi baru berada pada tahap awal dan memerlukan pendampingan lanjutan agar tidak berhenti sebagai rencana. Ketiga, kondisi ekonomi keluarga dinilai secara kualitatif sehingga belum menggambarkan perubahan pendapatan secara kuantitatif. Dengan keterbatasan tersebut, hasil kegiatan perlu dipandang sebagai langkah awal yang memerlukan penguatan berkelanjutan dari pemerintah nagori, kader posyandu, dan tenaga kesehatan.

4. SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian di Desa Marubun Jaya, dapat disimpulkan hal-hal berikut.

a. Strategi ekonomi keluarga dalam pemenuhan gizi balita mencakup diversifikasi sumber pendapatan, pengaturan belanja pangan, produksi pangan sendiri, dan pemanfaatan jejaring sosial, dan setiap strategi memiliki peluang untuk diperkuat.
b. Edukasi gizi yang dipadukan dengan pelatihan pengelolaan belanja pangan, pemanfaatan pekarangan, dan pengolahan MP-ASI berbasis pangan lokal meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita.
c. Kelebihan kegiatan ini terletak pada pendekatan partisipatif, penggunaan bahan pangan lokal yang terjangkau, dan pelibatan kader posyandu. Kekurangannya adalah durasi pendampingan yang singkat serta belum diukurnya status gizi balita dan perubahan pendapatan keluarga secara kuantitatif.
d. Pengembangan selanjutnya dapat berupa pendampingan usaha rumah tangga, pengelolaan tabungan gizi, dan pemantauan pertumbuhan balita secara berkala.

5. SARAN

Agar hasil pengabdian ini lebih bermanfaat dan berkelanjutan, disampaikan beberapa saran berikut.

a. Bagi pemerintah nagori, kegiatan ketahanan pangan keluarga dan pencegahan stunting perlu dimasukkan ke dalam perencanaan dan penganggaran nagori, termasuk fasilitasi kelompok usaha dan kebun gizi.
b. Bagi kader posyandu dan tenaga kesehatan, pendampingan, pemantauan pertumbuhan, dan edukasi gizi perlu dilanjutkan secara rutin.
c. Bagi keluarga, anggaran belanja pangan, perawatan kebun gizi, dan penyiapan MP-ASI lokal perlu diterapkan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

d. Bagi pelaksana pengabdian berikutnya, durasi pendampingan perlu diperpanjang dan pengukuran perlu diperluas pada antropometri balita, pendapatan keluarga, dan keragaman konsumsi pangan untuk menilai dampak yang lebih nyata.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pangulu dan perangkat Nagori Marubun Jaya, kader posyandu dan pusksmas serta tenaga kesehatan setempat, serta seluruh ibu balita yang telah berpartisipasi, dan kepada dosen pembimbing yang telah memberi dukungan terhadap keberhasilan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

[1] UNICEF, WHO, and World Bank Group, *Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates, Key Findings of the 2023 Edition*. Geneva, Switzerland: World Health Organization, 2023.

[2] Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI, "SSGI 2024: Prevalensi stunting nasional turun menjadi 19,8%," Jakarta, Indonesia, 26 Mei 2025. [Online]. Available: https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ssgi-2024

[3] H. Masthalina and T. H. Doloksaribu, "Household social context and health behaviors influencing child stunting: Insights from North Sumatra, Indonesia," *African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development*, vol. 25, no. 6, pp. 27122–27141, 2025.

[4] D. O. Ginting, Z. Lubis, and E. Sudaryati, "Hubungan pengetahuan, sikap dan tindakan dengan kejadian stunting pada anak usia 2–5 tahun di Kabupaten Simalungun," *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, vol. 4, no. 6, pp. 2431–2445, 2024, doi: 10.33024/mahesa.v4i6.14569.

[5] Pemerintah Kabupaten Simalungun, "Targetkan prevalensi stunting 14%, Pemkab Simalungun gelar aksi konvergensi TP3S," PPID Kabupaten Simalungun, Pamatang Raya, Indonesia, 21 Agu. 2025. [Online]. Available: https://ppid.simalungunkab.go.id/storage/dokumen/VB0TzAdk1QWdbzeLhCFfWmHHl0hapWS7bN0Kjwsj.pdf

[6] A. Sadiq, I. Telisa, D. K. Sari, T. Friantini, and H. Hasyim, "Determinant factors of stunting incidence in Muara Enim Regency, South Sumatra Province," *International Journal of Public Health Science*, vol. 12, no. 3, pp. 1093–1101, 2023, doi: 10.11591/ijphs.v12i3.22906.

[7] N. L. Syarifah and S. Sumarmi, "Hubungan karakteristik keluarga dan tingkat ketahanan pangan rumah tangga dengan kejadian stunting pada balita (studi di wilayah kerja Puskesmas Singgahan, Kabupaten Tuban)," *Media Gizi Kesmas*, vol. 13, no. 1, pp. 241–248, 2024, doi: 10.20473/mgk.v13i1.2024.241-248.

[8] D. S. Yanti, S. Sumardiyono, and K. Kusnandar, "The relationship between household food security and incidence of stunting in toddlers during the new normal: A systematic review," *Epidemiology and Society Health Review*, vol. 5, no. 1, pp. 51–59, 2023, doi: 10.26555/eshr.v5i1.7279.

[9] R. Rahmawati, "Analisis faktor penentu ketahanan pangan pada balita stunting di Kota Palu," *Ghidza Media Jurnal*, vol. 6, no. 2, pp. 119–134, 2025, doi: 10.30587/ghidzamediajurnal.v6i2.10728.

[10] P. F. Wiliyanarti *et al.*, "Optimalisasi edukasi MP-ASI dan pemberdayaan ekonomi warga dalam mendukung pencegahan stunting di Desa Tanjung Pademawu Pamekasan," *Humanism: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 7, no. 2, pp. 177–199, 2026, doi: 10.30651/hm.v7i2.33673.

[11] D. C. D. Gunawan and E. D. Lustiyati, "Pemanfaatan kebun pangan lokal untuk meningkatkan ketahanan pangan keluarga dan mencegah stunting," *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 9, no. 7, pp. 1205–1210, 2024, doi: 10.33084/pengabdianmu.v9i7.6696.

[12] H. Khotimah *et al.*, "Penguatan keanekaragaman pangan berbasis kearifan lokal sebagai upaya mencegah stunting pada balita," *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat*, vol. 8, no. 4, pp. 925–933, 2023.

Volume 6, Nomor 2, (Desember) (2026), Halaman : 450 - 460 ***p*-ISSN : 2807-7792**
DOI : https://doi.org/10.36378/bhakti_nagori.v6i2.6006 ***e*-ISSN : 2807-6907**

[13] P. Hapitria, N. Nurlina, and L. Lisnawati, "Pemanfaatan bahan pangan lokal untuk pencegahan stunting di Kelurahan Argasunya, Kota Cirebon," *Jurnal EMPATI: Edukasi Masyarakat, Pengabdian dan Bakti*, vol. 5, no. 2, pp. 86–98, 2024, doi: 10.26753/empati.v5i2.1331.

[14] I. Imtihan *et al.*, "Pelatihan diversifikasi produk olahan ikan lele sebagai alternatif usaha untuk meningkatkan pendapatan di Kecamatan Koto Tangah Kota Padang," *Jurnal Abdimas ADPI Sosial dan Humaniora*, vol. 4, no. 1, pp. 525–533, 2023, doi: 10.47841/jsoshum.v4i1.284.

[15] Mitra, Nurlisis, and N. Rany, "Pelatihan penyusunan menu dan pengolahan pangan berbasis kearifan lokal pada ibu menyusui dalam pencegahan stunting," *Jurnal Abdi Mas Adzkia*, vol. 4, no. 1, pp. 154–166, 2023.

[16] N. E. O. Aditia *et al.*, "Factors associated with stunting in children under five years," *Jurnal Kesehatan Komunitas*, vol. 9, no. 1, pp. 122–131, 2023.

[17] F. J. Prihatini, K. Achyar, and I. R. Kusuma, "Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakberhasilan ASI eksklusif pada ibu menyusui," *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, vol. 3, no. 4, pp. 184–191, 2023, doi: 10.14710/jrkm.2023.18811.

[18] L. Rochmawati, I. Kuswanti, and F. Melina, "Edukasi dan pemantauan pertumbuhan pada balita sebagai upaya deteksi dini risiko stunting melalui pendampingan di posyandu," *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, vol. 2, no. 2, pp. 48–51, 2023, doi: 10.55426/pmc.v2i2.255.