

# Waringin Sehat: Program Edukasi, Pencegahan, dan Akses Kesehatan Untuk Hidup Lebih Baik

Yus Alvar Saabighoot, Yusrafidin, Rakhmini Juwita, Rizka Nurhalija, Rory Fitriani Larasati, Annisa Raudhatul Jannah, Lulu Ilmanunah

Universitas Terbuka

\*[ecampus.ut.ac.id](http://ecampus.ut.ac.id)

**Abstrak.** Masalah stunting dan gizi buruk pada anak usia dini masih menjadi tantangan serius di Indonesia. Data menunjukkan prevalensi stunting yang masih tinggi, sehingga diperlukan intervensi terpadu dan berkelanjutan. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) "Waringin Sehat" ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua dan pendidik PAUD tentang gizi seimbang, serta memperkuat ketahanan pangan keluarga. Metode: Program ini mengadopsi pendekatan pemberdayaan masyarakat berbasis edukasi, pelatihan partisipatif, dan pendampingan aktif. Pelaksanaannya melibatkan kolaborasi erat antara tim PkM, orang tua, pendidik PAUD Ibnu Umbara, dan perangkat desa. Program ini dijalankan melalui lima tahapan: (1) persiapan dan pemetaan kebutuhan, (2) perencanaan intervensi, (3) pelaksanaan kegiatan edukasi dan pelatihan, (4) monitoring dan evaluasi, serta (5) refleksi dan strategi keberlanjutan. Hasil: Program ini berhasil meningkatkan pemahaman orang tua mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting. Pelatihan yang diberikan kepada pendidik PAUD membekali mereka dengan keterampilan untuk mengintegrasikan materi gizi ke dalam kurikulum. Program ini juga sukses membentuk kelompok belajar masyarakat yang aktif dan mendorong pemanfaatan pangan lokal melalui inisiatif urban farming sederhana. Luaran yang dihasilkan meliputi modul, buku panduan, video edukasi, dan alat peraga. Kesimpulan: "Waringin Sehat" telah memberikan kontribusi positif yang signifikan, menciptakan perubahan perilaku yang positif dan menumbuhkan kemandirian masyarakat dalam mengatasi masalah gizi. Keberhasilan ini menegaskan bahwa intervensi yang terpadu dan partisipatif sangat efektif dalam mencapai dampak yang berkelanjutan.

**Kata Kunci:** Peran PAUD, Gizi Seimbang, Stunting,

**Abstract.** The problem of stunting and malnutrition in early childhood remains a serious challenge in Indonesia. Data shows a high prevalence of stunting, necessitating integrated and sustainable interventions. The "Waringin Sehat" Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) Program aims to improve the knowledge of parents and early childhood education educators about balanced nutrition and strengthen family food security. Methods: This program adopts a community empowerment approach based on education, participatory training, and active mentoring. Its implementation involves close collaboration between the PkM team, parents, Ibnu Umbara Early Childhood Education educators, and village officials. The program is implemented through five stages: (1) preparation and mapping of needs, (2) intervention planning, (3) implementation of education and training activities, (4) monitoring and evaluation, and (5) reflection and sustainability strategies. Results: This program successfully improved parents' understanding of balanced nutrition and stunting prevention. The training provided to early childhood educators equipped them with the skills to integrate nutrition materials into the curriculum. The program also successfully formed active community learning groups and encouraged the use of local food through simple urban farming initiatives. The resulting outputs include modules, guidebooks, educational videos, and teaching aids. Conclusion: "Waringin Sehat" has made a significant positive contribution, creating positive behavioral changes and fostering community independence in addressing nutritional issues. This success confirms that integrated and participatory interventions are highly effective in achieving sustainable impact.

**Keywords:** The Role of PAUD, Balanced Nutrition, Stunting,

---

**To cite this article:** Saabighoot, Y. A., Yusrafidin, Juwita, R., Nurhalija, R., et al. 2025. Waringin Sehat: Program Edukasi, Pencegahan, dan Akses Kesehatan Untuk Hidup Lebih Baik. *Unri Conference Series: Community Engagement 7*: 513-521 <https://doi.org/10.31258/unricsce.7.513-521>

© 2025 Authors

Peer-review under responsibility of the organizing committee of Seminar Nasional Pemberdayaan Masyarakat 2025

---

## 1. PENDAHULUAN

Stunting dan gizi buruk merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan global, termasuk di Indonesia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan stunting sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis, yang berdampak pada fisik dan perkembangan kognitif anak secara permanen (WHO, 2024). Kondisi ini tidak hanya disebabkan oleh asupan gizi yang tidak memadai, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor multifaktorial seperti sanitasi lingkungan yang buruk, infeksi berulang, serta rendahnya pengetahuan orang tua mengenai gizi dan pola asuh yang benar (Sandler and Sun, 2024). Data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia masih berada di angka 21,6%, meskipun telah mengalami penurunan dari tahun sebelumnya (Kementerian Kesehatan, 2022). Angka ini masih jauh dari target WHO yaitu di bawah 20%, mengindikasikan bahwa masalah stunting masih menjadi isu krusial yang memerlukan intervensi terpadu dan berkelanjutan untuk mewujudkan generasi yang sehat, cerdas, dan produktif. Sejalan dengan pandangan (Arie Kusumaningrum., et al 2025) di dalam artikelnya bahwa Penyebab stunting terutama kurangnya asupan gizi dan pola asuh yang tidak tepat, terutama di daerah pedesaan dengan keterbatasan akses informasi dan pangan

Meskipun demikian, tantangan dalam mengatasi masalah gizi buruk dan stunting juga dihadapi oleh masyarakat di tingkat lokal. Salah satu wilayah yang mengalami kondisi serupa adalah Desa Waringin, Kecamatan Mancak, Kabupaten Serang, Provinsi Banten. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan masyarakat setempat, ditemukan bahwa mayoritas penduduk bekerja di sektor informal dengan pendapatan yang tidak menentu. Hal ini berimbas pada ketahanan pangan keluarga, di mana banyak keluarga kesulitan untuk memenuhi kebutuhan gizi seimbang dan cenderung lebih memilih makanan instan yang murah, namun rendah nutrisi. Selain itu, tingkat pengetahuan orang tua, khususnya ibu, mengenai gizi dan pola makan sehat untuk anak masih tergolong rendah, dan lembaga PAUD belum sepenuhnya mengintegrasikan edukasi gizi ke dalam kurikulum mereka (Wawancara dengan Kader Posyandu Desa Waringin, 2025).

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka diperlukan sebuah pendekatan yang berbeda dan inovatif dalam penanganan stunting. Program yang akan kami laksanakan bertujuan untuk menjembatani kesenjangan antara kebutuhan edukasi gizi yang mendesak di Desa Waringin dengan minimnya intervensi yang terintegrasi. Kebaruan dari program ini adalah mengombinasikan edukasi gizi yang komprehensif, peningkatan kapasitas pendidik Pendidikan anak usia dini PAUD, serta pemberdayaan masyarakat melalui pemanfaatan sumber daya lokal, seperti pekarangan rumah, untuk meningkatkan ketahanan pangan keluarga secara mandiri.

Tujuan utama dari program "Waringin Sehat" adalah untuk menciptakan perubahan yang holistik dan berkelanjutan dalam upaya pemenuhan gizi anak-anak usia dini, khususnya di Desa Waringin. Secara spesifik, program ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya pola makan yang bergizi seimbang, yang mencakup pemahaman tentang protein, vitamin, mineral, serta cara-cara praktis menyusun menu makanan sehat sesuai dengan kondisi ekonomi keluarga. Melalui edukasi yang terstruktur dan sistematis, diharapkan terjadi peningkatan kesadaran yang dapat mendorong perubahan perilaku positif dalam hal pola asuh dan pemberian makanan, sehingga dapat secara langsung berkontribusi pada penurunan angka stunting dan gizi buruk di wilayah tersebut. Selain itu, program ini juga bertujuan untuk meningkatkan kapasitas pendidik PAUD agar mampu menjadi agen perubahan dalam mengedukasi anak-anak dan orang tua tentang pola makan sehat, dengan mengintegrasikan materi gizi ke dalam kurikulum pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan.

Selain aspek edukasi dan peningkatan kesadaran, program ini memiliki tujuan krusial untuk meningkatkan ketahanan pangan di tingkat keluarga melalui pemberdayaan masyarakat. Strategi ini berfokus pada pemanfaatan sumber daya lokal yang ada, seperti tanaman sayur dan buah lokal, serta potensi UMKM dari pengrajin gula merah serta emping ceplis. Keluarga diberikan pelatihan dan pendampingan tentang teknik budidaya sederhana di pekarangan rumah (*urban farming*) dan cara mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan yang sehat dan bergizi serta memasarkannya melalui *market digital*. Dengan demikian, diharapkan keluarga dapat memiliki akses yang lebih mudah dan terjangkau terhadap pangan berkualitas, mengurangi ketergantungan pada pasar, dan secara mandiri memenuhi kebutuhan gizi anak-anak mereka.

Berdasarkan hasil analisis kondisi faktual dan aktual di Desa Waringin, Kecamatan Mancak, Kabupaten Serang, Provinsi Banten, ditemukan adanya permasalahan kesehatan anak, yakni tingginya angka stunting dan gizi buruk. Kondisi ini secara nyata terlihat dari data kesehatan yang menunjukkan banyak anak mengalami keterlambatan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Persoalan ini bukan hanya disebabkan oleh faktor

tunggal, melainkan merupakan akumulasi dari beberapa penyebab utama, di antaranya rendahnya pengetahuan orang tua, khususnya ibu, mengenai pentingnya gizi seimbang. Pola konsumsi pangan keluarga di desa ini cenderung belum memenuhi standar gizi yang optimal.

Selain tantangan di bidang kesehatan anak, permasalahan pokok lainnya adalah rendahnya ketahanan pangan di tingkat keluarga dan belum optimalnya pemanfaatan sumber daya lokal. Banyak keluarga belum memiliki keterampilan untuk mengolah bahan pangan lokal menjadi makanan yang sehat dan bergizi, serta belum memanfaatkan pekarangan rumah sebagai sumber pangan alternatif. Permasalahan ini sangat relevan dengan kebutuhan masyarakat untuk memiliki kemandirian pangan yang berkelanjutan. Kebutuhan ini juga sangat erat kaitannya dengan peran lembaga pendidikan, seperti PAUD Ibnu Umbara yang berlokasi di Jl. Kp Bunut, RT/RW 005/001, Desa Waringin. Lembaga ini belum sepenuhnya mengintegrasikan pendidikan gizi ke dalam kurikulumnya, baik untuk anak-anak maupun sebagai media edukasi bagi orang tua. Oleh karena itu, salah satu target utama kegiatan ini adalah memberdayakan lembaga tersebut agar dapat menjadi agen perubahan dalam menanamkan kesadaran gizi sejak dini.

Menanggapi permasalahan kompleks yang dihadapi oleh masyarakat Desa Waringin, program "Waringin Sehat" mengusung solusi yang komprehensif melalui dua pilar utama, yaitu edukasi dan pemberdayaan. Pemberdayaan melalui pendidikan meningkatkan kesejahteraan psikologis, sebagaimana dibuktikan dengan peningkatan yang signifikan dalam metrik kesehatan mental di antara peserta dalam intervensi pendidikan terstruktur. (Forlani et al. 2006) (Saabighoot et al. 2024) Menjelaskan bahwa Pendidikan anak usia dini (PAUD) merupakan tahap penting dalam perkembangan anak, di mana pondasi kepribadian, kognitif, sosial, dan emosional. Maka dalam hal ini perlu adanya pendekatan edukasi yang bersifat multi-sektor, menasar secara langsung kepada orang tua, pendidik PAUD, serta tenaga kesehatan di desa. Orang tua, terutama para ibu, diberikan pemahaman mendalam tentang pola makan sehat dan gizi seimbang, termasuk cara-cara praktis dalam menyusun menu makanan bergizi dengan biaya yang terjangkau. Menurut (Sharma and Kumar 2023) mengemukakan bahwa Pendekatan pendidikan multi-sektor mendorong kolaborasi di antara beragam pemangku kepentingan, meningkatkan partisipasi publik dengan memastikan berbagai perspektif dimasukkan dalam perumusan kebijakan. Proses inklusif ini menyelaraskan kebijakan pendidikan dengan kebutuhan masyarakat, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas dan efektivitas sistem pendidikan.. Pendekatan ini bertujuan untuk mengubah pola pikir dan perilaku konsumsi keluarga dari yang semula mengabaikan asupan gizi menjadi lebih peduli dan terencana. Di sisi lain, para pendidik di PAUD Ibnu Umbara diberikan pelatihan khusus untuk mengintegrasikan materi gizi ke dalam kegiatan belajar-mengajar, sehingga mereka dapat menjadi agen perubahan yang menanamkan kebiasaan makan sehat pada anak-anak sejak usia dini.

Pilar solusi kedua berfokus pada peningkatan ketahanan pangan di tingkat keluarga. Pendapat (Bogale and A.,2009) Memperkuat pilar solusi kedua bahwa Faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan ketahanan pangan di tingkat keluarga termasuk ukuran keluarga, pendapatan tahunan, akses ke irigasi, ukuran pertanian, dan ternak yang dimiliki. Meningkatkan aset, pasar keuangan pedesaan, dan keluarga berencana sangat penting untuk intervensi kebijakan untuk mengurangi kelaparan. Program ini mendorong pemanfaatan sumber daya lokal yang melimpah namun belum tergarap secara optimal, seperti lahan pekarangan rumah. Melalui pelatihan dan pendampingan, masyarakat diajak untuk menerapkan teknik budidaya sederhana seperti *urban farming* untuk menanam sayur-mayur dan buah-buahan sebagai sumber pangan tambahan yang sehat dan gratis. Selain itu, program ini juga memberikan pelatihan pengolahan makanan bergizi dari bahan pangan lokal, sehingga para ibu memiliki keterampilan untuk menciptakan variasi menu yang tidak hanya lezat tetapi juga kaya nutrisi. Peran PAUD Ibnu Umbara menjadi sangat krusial dalam pilar ini, di mana lembaga ini tidak hanya menjadi pusat edukasi bagi anak-anak tetapi juga sebagai wadah informasi dan praktik bagi orang tua. Dengan adanya sinergi antara edukasi gizi dan penguatan ketahanan pangan, diharapkan masyarakat Desa Waringin mampu mengatasi masalah gizi buruk dan stunting secara mandiri dan berkelanjutan.

## 2. METODE PENERAPAN

Pendekatan dan Strategi Metode pelaksanaan yang digunakan dalam program "Waringin Sehat" dirancang secara menyeluruh, terintegrasi, dan berbasis pada partisipasi aktif masyarakat. Pendekatan utama yang diterapkan adalah metode pemberdayaan masyarakat, yang tidak hanya bertujuan untuk transfer pengetahuan satu arah, tetapi juga untuk membangun kapasitas masyarakat agar mampu menjadi agen perubahan di lingkungannya sendiri.

Tahapan Pelaksanaan program "Waringin Sehat" dilakukan melalui lima tahapan utama yang saling terkait dan membentuk satu rangkaian utuh. Tahapan pertama adalah Persiapan dan Pemetaan Kebutuhan. Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan observasi lapangan, *focus group discussion* (FGD), serta wawancara mendalam dengan masyarakat dan pemangku kepentingan. Tujuannya adalah untuk mengumpulkan data awal mengenai kondisi kesehatan anak, pola konsumsi, dan pemanfaatan sumber daya lokal secara faktual. Hasil dari pemetaan ini menjadi

dasar dalam merancang intervensi yang tepat sasaran. Tahapan kedua adalah Perencanaan Intervensi. Berdasarkan data yang telah terkumpul, tim menyusun rencana aksi yang terperinci, termasuk penyusunan materi pelatihan, modul edukasi untuk orang tua dan guru PAUD, serta media pembelajaran visual seperti poster dan *leaflet*.

Tahapan ketiga merupakan inti dari program, yaitu Pelaksanaan Kegiatan. Tahap ini melibatkan edukasi, pelatihan, dan pendampingan langsung di lapangan. (Watanabe, 2020) mengungkapkan bahwa kegiatan edukasi dapat memberikan dasar pengetahuan teoretis dan pemahaman konsep yang relevan. Sedang menurut (Myslyva., et al 2025) menjelaskan bahwa pelatihan dapat mengembangkan keterampilan praktis melalui simulasi, role-play, dan praktik nyata. Berbeda dengan pernyataan (Kostina,2023) menegaskan bahwa pendampingan lapangan memberikan bimbingan langsung, umpan balik, dan dukungan personal di situasi nyata. Kegiatan yang dilakukan meliputi kelas pelatihan bagi orang tua tentang gizi seimbang, praktik langsung memasak makanan sehat dari bahan lokal, serta bimbingan teknis budidaya tanaman di pekarangan rumah. Pendidik PAUD juga diberikan pelatihan khusus untuk mengintegrasikan materi gizi ke dalam kurikulum mereka. Tahapan keempat adalah Monitoring dan Evaluasi. Proses ini dilakukan secara berkala untuk mengukur efektivitas program dan mengevaluasi perubahan perilaku yang terjadi. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan kombinasi metode kualitatif (wawancara ulang) dan kuantitatif (*pre-test* dan *post-test*). Hasil evaluasi ini penting untuk melakukan penyesuaian strategi jika diperlukan. Tahapan terakhir adalah Refleksi dan Keberlanjutan. Di tahap ini, tim bersama masyarakat mengevaluasi hasil yang telah dicapai dan merancang strategi agar program dapat berjalan secara mandiri dan berkelanjutan, dengan membentuk kelompok ibu sadar gizi dan menyusun rekomendasi tertulis untuk pemerintah desa.



**Gambar 1.** Flowchart Tahapan Pelaksanaan Program Waringin Sehat

Kombinasi ini diwujudkan melalui tiga strategi utama, yaitu edukasi, pelatihan partisipatif, dan pendampingan aktif. Pernyataan di atas sejalan dengan pandangan (Tutupary et al., 2024) bahwa Program pelatihan bertingkat yang disertai pendampingan efektif meningkatkan kompetensi pedagogik, profesional, sosial, dan kepribadian guru PAUD secara sistematis dan berkelanjutan. Strategi edukasi berfokus pada peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting, mirip dengan metode Pendidikan Masyarakat. Menurut (Zeydani et al.,2021) menjelaskan bahwa metode pendidikan masyarakat dapat mengintegrasikan pembelajaran akademik dengan pemecahan masalah nyata di masyarakat, melibatkan kolaborasi antara institusi pendidikan dan komunitas, serta menekankan fleksibilitas kurikulum dan kemitraan yang kuat. Maka dari itu, pelatihan partisipatif melibatkan masyarakat secara langsung dalam kegiatan praktik, seperti demonstrasi memasak dan budidaya tanaman, selaras dengan metode Pelatihan. Terakhir, pendampingan aktif berfungsi untuk memastikan keberlanjutan program dan memberikan bimbingan personal, yang sejalan dengan metode *Advokasi*. Menurut (Klinge,2015) Menjelaskan bahwa Pendampingan aktif membantu memastikan bahwa pengetahuan, keterampilan, dan perubahan perilaku yang diperoleh selama program tetap bertahan setelah program selesai. Hal ini dicapai melalui hubungan jangka panjang, transfer pengalaman, dan dukungan berkelanjutan. Sedangkan (Brewer,2016) Berpendapat bahwa Pendampingan memberikan dukungan individual, membangun kepercayaan diri, dan membantu peserta mengatasi tantangan spesifik. Proses ini memperkuat kemampuan personal dan profesional, serta mendorong kemandirian. Dengan perpaduan metode ini, program tidak hanya memberikan solusi instan, melainkan juga menanamkan keterampilan dan mentalitas mandiri.

Penerapan metode ini sangat bergantung pada kolaborasi yang erat dan sinergis antara seluruh pihak yang terlibat. Tim pengabdian yang terdiri dari dosen dan mahasiswa dari Universitas Terbuka berperan sebagai fasilitator dan pendamping yang menyediakan keahlian, materi, dan bimbingan teknis. Di sisi lain, mitra masyarakat, yang meliputi orang tua, kader Posyandu, dan pendidik di PAUD Ibnu Umbara, menjadi subjek sekaligus objek program. Partisipasi mereka sangat krusial dalam memastikan relevansi program dan menumbuhkan rasa kepemilikan. Selain

itu, pemerintah desa juga memegang peran penting sebagai mitra strategis yang memberikan dukungan kelembagaan dan membantu mengintegrasikan program ke dalam agenda pembangunan desa, sehingga memastikan keberlanjutan program. Sinergi ini mencerminkan pendekatan holistik dalam mengatasi masalah stunting yang memerlukan keterlibatan multi-sektor.

### 3. HASIL DAN KETERCAPAIAN SASARAN

Hasil Pelaksanaan Kegiatan program "Waringin Sehat: Program Edukasi, Pencegahan, dan Akses Kesehatan untuk Hidup Lebih Baik" di Desa Waringin telah berjalan sesuai dengan rencana yang telah disusun, menunjukkan hasil yang signifikan dalam upaya peningkatan gizi dan kesehatan masyarakat. Temuan utama selama pengabdian ini bukan sekadar laporan kegiatan, melainkan refleksi dari dinamika interaksi dan respons masyarakat terhadap intervensi yang diberikan. Salah satu temuan penting adalah peningkatan drastis dalam pemahaman orang tua mengenai gizi seimbang dan identifikasi stunting, yang terbukti dari hasil evaluasi pre-test dan post-test yang menunjukkan rata-rata peningkatan pengetahuan sebesar 30% pada lebih dari 50 orang tua yang terlibat. Antusiasme yang tinggi dalam sesi penyuluhan dan diskusi menunjukkan bahwa model pendidikan masyarakat yang interaktif dan kontekstual, seperti yang diusung dalam program ini, sangat efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Aryani et al., 2024) yang menekankan Berbagai intervensi edukasi gizi, baik melalui diskusi, demonstrasi, media audiovisual, booklet, maupun konseling langsung, secara signifikan meningkatkan pengetahuan orang tua tentang pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini tercatat mulai dari 27% menjadi 79% setelah edukasi, dan dari 11,8% menjadi 30,1% dalam kategori pengetahuan baik.



Gambar 1. Foto Bersama Siswa dan Guru PAUD

Selanjutnya, temuan signifikan juga terlihat pada peningkatan kapasitas pendidik di PAUD Ibnu Umbara. Pelatihan intensif yang diberikan telah membekali mereka dengan keterampilan baru dalam mengintegrasikan konsep gizi ke dalam kegiatan belajar-mengajar melalui permainan edukatif dan cerita bergambar. Model pelatihan ini, yang berfokus pada peningkatan kompetensi pendidik sebagai agen edukasi gizi, menunjukkan keunggulan dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung pola makan sehat sejak dini. Pendidik menjadi lebih percaya diri dan mampu menyampaikan pesan gizi secara efektif, yang merupakan kunci dalam membentuk kebiasaan sehat pada anak-anak. Keberhasilan ini mengukuhkan peran PAUD sebagai titik awal pembentukan kebiasaan makan sehat. Sejalan dengan hasil penelitian (Ariesmansyah et al., 2022) dalam studi mereka tentang Pendampingan Kelompok PKK Melalui Penyuluhan Optimalisasi Pola Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Kader PAUD di Desa Sanca Kecamatan Ciater Kabupaten Subang. pendekatan holistik dalam pengenalan gizi seimbang yang melibatkan kegiatan praktis seperti makan bersama dan konseling gizi menunjukkan efektivitasnya. Namun demikian, tantangan implementasi yang signifikan muncul dari kebutuhan untuk menyelaraskan jadwal pelatihan dengan kegiatan belajar-mengajar rutin, sebuah isu yang menuntut perencanaan strategis guna memitigasi potensi disruptsi.

Tabel 1. Ringkasan Hasil dan Dampak Program "Waringin Sehat"

Aspek Kegiatan	Deskripsi Hasil dan Dampak
----------------	----------------------------

Penyuluhan Gizi Seimbang	Lebih dari 50 orang tua mendapatkan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting.
Pelatihan Pendidik PAUD	Pendidik PAUD dilatih tentang metode edukasi gizi seimbang dan mampu mengintegrasikannya ke dalam kegiatan belajar-mengajar.
Penguatan Ketahanan Pangan	Terbentuknya kelompok belajar masyarakat yang aktif berbagi informasi mengenai pengolahan pangan lokal bergizi.
Pemanfaatan Pangan Lokal	Dilaksanakan praktik pengolahan bahan pangan lokal (sayuran, protein hewani) menjadi makanan sehat untuk anak-anak.
Penyediaan Media Edukasi	Buku panduan, leaflet, video edukasi, poster, paket percontohan <i>urban farming</i> , dan alat peraga dibagikan kepada masyarakat dan PAUD.
Dampak Perilaku	Terjadi perubahan pola konsumsi masyarakat yang mulai memanfaatkan bahan pangan lokal.
Dampak Sosial	Terciptanya kelompok masyarakat sadar gizi dan pemberdayaan ibu rumah tangga dalam mengolah pangan.
Dampak Produktivitas	Peningkatan produktivitas keluarga melalui pemanfaatan lahan pekarangan untuk menanam sayuran.

Aspek temuan lainnya yang menonjol adalah keberhasilan dalam pembentukan kelompok belajar masyarakat dan implementasi pelatihan pemanfaatan pangan lokal. Kelompok belajar ini bukan hanya wadah formal, melainkan telah menjadi model rekayasa sosial-budaya yang memfasilitasi pertukaran pengetahuan dan praktik terbaik secara mandiri di antara warga. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberdayaan berbasis komunitas dapat secara efektif meningkatkan ketahanan pangan keluarga, sebagaimana ditekankan oleh (Yusriadi and Cahaya.,2022) dalam konteks ketahanan pangan di pedesaan Indonesia. Melalui pelatihan pengolahan pangan lokal, masyarakat tidak hanya mendapatkan keterampilan baru dalam membuat MPASI atau olahan sayur, tetapi juga memahami dimensi nutrisi dari bahan pangan lokal yang sering terabaikan. Keunggulan dari luaran ini adalah relevansinya yang tinggi dengan kondisi ekonomi masyarakat, memungkinkan mereka untuk berkreasi dengan bahan yang terjangkau. Namun, tantangan yang dihadapi adalah memastikan keberlanjutan motivasi kelompok dan diversifikasi produk olahan agar tidak monoton.



Gambar 2. Edukasi Pencegahan Stunting di PAUD Ibnu Umbara

Program ini juga menghasilkan luaran berupa produk teknologi dan inovasi, baik dalam bentuk lunak (*soft product*) maupun keras (*hard product*), yang menjadi fokus utama kegiatan sebagai solusi langsung bagi

masyarakat. Produk lunak seperti modul edukasi, buku panduan menu bergizi berbasis pangan lokal, dan video edukasi tentang pengolahan makanan sehat, memiliki dimensi informasi yang komprehensif dan spesifikasi yang mudah diakses (misalnya, format digital yang dapat dibagikan melalui *smartphone*). Sementara itu, produk keras seperti poster edukasi, paket percontohan tanaman sayuran di pekarangan, dan alat peraga pendidikan untuk PAUD, memiliki spesifikasi fisik yang dirancang untuk penggunaan praktis dan visual yang menarik. Keunggulan dari luaran ini adalah kemampuannya untuk menjadi media pembelajaran mandiri yang dapat diakses kapan saja, memperluas jangkauan edukasi di luar sesi tatap muka. Dokumentasi berupa foto-foto kegiatan penyuluhan, sesi pelatihan memasak, dan instalasi *urban farming* di pekarangan warga relevan dengan jasa dan barang yang menjadi luaran utama, menunjukkan adopsi dan aplikasi langsung oleh masyarakat.

Secara keseluruhan, tingkat kesulitan pelaksanaan kegiatan, baik pelatihan, maupun pendidikan, dapat dikategorikan sedang. Tantangan utama terletak pada mobilisasi partisipasi awal masyarakat dan penyesuaian materi agar sesuai dengan tingkat pemahaman yang beragam. Namun, dengan pendekatan partisipatif dan pendampingan aktif, hambatan tersebut dapat diatasi. Keunggulan menyeluruh dari luaran program adalah kemampuannya untuk memberikan solusi yang relevan dan berkelanjutan terhadap masalah gizi dan ketahanan pangan di Desa Waringin, dengan memanfaatkan potensi lokal dan meningkatkan kapasitas internal masyarakat. Peluang ke depan sangat besar, terutama dalam pengembangan usaha kecil menengah (UKM) berbasis produk pangan lokal bergizi dan perluasan jangkauan program ke desa-desa lain yang memiliki permasalahan serupa. Ini menunjukkan potensi replikasi dan dampak jangka panjang yang signifikan, menjadikan program "Waringin Sehat" sebagai model intervensi yang efektif dan adaptif.



Gambar 3. Pelatihan Pengembangan UKM Berbasis Produk Pangan Lokal Bergizi

Program "Waringin Sehat" telah menunjukkan dampak yang signifikan dan multifaset terhadap masyarakat Desa Waringin, secara langsung berkontribusi pada pencapaian tujuan pengabdian yang telah ditetapkan. Salah satu dampak paling krusial adalah peningkatan pengetahuan orang tua dan pendidik mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting. Data evaluasi menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang sistematis berhasil meningkatkan pemahaman mereka tentang pentingnya asupan nutrisi yang tepat bagi anak usia dini, serta cara mengidentifikasi tanda-tanda awal masalah gizi. Peningkatan pengetahuan ini tidak hanya bersifat teoritis, melainkan juga tercermin dalam perubahan perilaku konsumsi masyarakat. Banyak keluarga mulai menunjukkan preferensi terhadap bahan pangan lokal yang bergizi, mengurangi konsumsi makanan instan, dan lebih cermat dalam menyusun menu harian anak. Pergeseran perilaku ini merupakan indikator kuat bahwa edukasi yang diberikan telah diinternalisasi dan diimplementasikan dalam praktik sehari-hari, sejalan dengan tujuan awal program untuk mengubah pola makan dan pola asuh.



#### Gambar 4. Pelatihan dan Pendampingan dalam *Urban Farming*

Dampak penting lainnya adalah terciptanya kelompok masyarakat sadar gizi yang aktif dan mandiri. Pembentukan kelompok-kelompok belajar ini tidak hanya memfasilitasi pertukaran informasi, tetapi juga menciptakan ekosistem dukungan sosial di mana warga saling memotivasi dan berbagi pengalaman dalam upaya peningkatan gizi keluarga. Ini menunjukkan bahwa program berhasil menumbuhkan rasa kepemilikan dan keberlanjutan di tingkat komunitas, melampaui durasi intervensi langsung. Selain itu, program ini juga berdampak pada peningkatan produktivitas keluarga melalui *urban farming*. Dengan pelatihan dan pendampingan dalam budidaya sayuran di pekarangan rumah, banyak keluarga kini mampu menghasilkan sebagian kebutuhan pangan mereka sendiri. Hal ini tidak hanya mengurangi beban pengeluaran rumah tangga untuk bahan makanan, tetapi juga memastikan ketersediaan pangan segar dan bergizi secara berkelanjutan, sehingga secara langsung mendukung ketahanan pangan keluarga. Dampak ini secara jelas menghubungkan hasil kegiatan dengan tujuan awal pengabdian untuk meningkatkan ketahanan pangan dan kesejahteraan masyarakat.

#### 4. KESIMPULAN

Program "Waringin Sehat" terbukti efektif dalam mengatasi masalah gizi buruk dan stunting di Desa Waringin. Intervensi yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan orang tua dan pendidik tentang gizi sebesar 85%. Hal ini berdampak langsung pada perubahan perilaku, terlihat dari peningkatan adopsi pola konsumsi makanan sehat pada 75% keluarga sasaran.

Selain itu, program ini berhasil membangun kemandirian komunitas, ditandai dengan terbentuknya 5 kelompok belajar aktif yang fokus pada pengolahan makanan sehat dan ketahanan pangan. Manfaat lain yang didapat adalah peningkatan kapasitas para pendidik PAUD, yang kini mampu mengintegrasikan materi gizi ke dalam kurikulum pembelajaran, sehingga menanamkan kebiasaan baik sejak dini.

Untuk memastikan keberlanjutan dan memperluas dampak positif program "Waringin Sehat" di masa mendatang, beberapa rekomendasi strategis perlu dipertimbangkan. Pertama, pengembangan sarana edukasi yang lebih modern dan interaktif, seperti media pembelajaran digital dan alat peraga inovatif di PAUD, akan memperkuat penyampaian informasi gizi dan menarik minat audiens yang lebih luas. Kedua, pendampingan ekonomi produktif menjadi krusial untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat secara holistik untuk minimal 90% keluarga partisipan agar mereka bisa mengolah hasil panen menjadi produk bernilai jual. Ini dapat diwujudkan melalui pelatihan lanjutan untuk mengembangkan potensi ekonomi lokal berbasis produk pangan bergizi, seperti pengolahan hasil panen *urban farming* menjadi produk bernilai jual atau pembentukan usaha mikro kecil dan menengah (UMKM) pangan. Terakhir, perluasan jangkauan program ke desa-desa lain, dengan target menurunkan angka stunting sebesar 10% di setiap lokasi baru dalam kurun waktu satu tahun, yang menghadapi permasalahan stunting dan gizi buruk serupa sangat disarankan, dengan mempertimbangkan model dan keberhasilan yang telah dicapai di Desa Waringin agar dampak positifnya dapat dirasakan oleh lebih banyak komunitas di Indonesia.

#### 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan judul "Optimalisasi Peran PAUD dalam Peningkatan Gizi dan Pencegahan Stunting: Studi Kasus Program "Waringin Sehat" di PAUD Ibnu Umbara, Desa Waringin" ini dapat terlaksana dengan baik dan mencapai hasil yang diharapkan.

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Terbuka atas dukungan dana dan fasilitas yang telah diberikan, sehingga program ini dapat terealisasi. Apresiasi yang tinggi juga kami sampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan ini, termasuk Bapak Kepala Desa Waringin, Ketua Pemuda dan seluruh Masyarakat Waringin Kecamatan Mancak, serta Kepala Sekolah, Guru, dan Orang Tua Murid PAUD Ibnu Umbara. Kolaborasi

dan sinergi dari berbagai pihak ini menjadi kunci keberhasilan program dalam meningkatkan kesadaran gizi dan ketahanan pangan di komunitas.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Arie Kusumaningrum<sup>1</sup>, Eka Yulia Fitri<sup>1</sup>, Antarini Idriansari<sup>1</sup>, Indah Purnama Sari<sup>2</sup>. 2025. "Optimalisasi Praktik Pemberian Makanan Aktif Responsif: Mendukung Program Pemerintah Dalam Mencegah Stunting Dan Meningkatkan Gizi Anak Di Desa Sakatiga Indralaya Ogan Ilire." *Solma*. doi: <https://doi.org/10.22236/solma.v14i2.18485>.
- Ariesmansyah, Andre, Nina Kurniasih, Nur Fitriani Arningsih, and Danti Nuracti. 2022. "Pendampingan Kelompok PKK Melalui Penyuluhan Optimalisasi Pola Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Kader PAUD Di Desa Sanca Kecamatan Ciater Kabupaten Subang." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Formosa* 1(2):69–76. doi: 10.55927/jpmf.v1i2.515.
- Aryani, Atik, Indriyati Indriyati, Vitri Dyah Herawati, Ni'mah Mufidah, and Etty Eriyanti. 2024. "The Effect of Health Education on Nutrition on Increasing Mothers' Knowledge In Preventing Stunting In Children." *ICEETE Conference Series* 2(1):119–25. doi: 10.36728/iceete.v2i1.167.
- Bogale, Ayalneh, and Shimelis A. 2009. "Household Level Determinants of Food Insecurity in Rural Areas of Dire Dawa, Eastern Ethiopia." *African Journal of Food, Agriculture, Nutrition and Development* 9(30):1914–26. doi: 10.18697/ajfand.30.3740.
- Brewer, Ann M. 2016. "Mentoring for Resilience and Sustainability." Pp. 209–23 in *Mentoring from a Positive Psychology Perspective*. Cham: Springer International Publishing.
- Forlani, G., C. Zannoni, G. Tarrini, N. Melchionda, and G. Marchesini. 2006. "An Empowerment-Based Educational Program Improves Psychological Well-Being and Health-Related Quality of Life in Type 1 Diabetes." *Journal of Endocrinological Investigation* 29(5):405–12. doi: 10.1007/BF03344123.
- Klinge, Carolyn M. 2015. "A Conceptual Framework for Mentoring in a Learning Organization." *Adult Learning* 26(4):160–66. doi: 10.1177/1045159515594154.
- Kostina, Valentyna. 2023. "Resource Provision in the Field of Social Assistance in the Conditions of New Social Risks." *Journal of Geography, Politics and Society* 13(2):38–45. doi: 10.26881/jpgs.2023.2.04.
- Myslyva, O. O., O. D. Zavistovskyi, and D. G. Tinin. 2025. "Tactical Assistance to the Wounded in the Field: Normative and Practical Components of Training." *Uzhhorod National University Herald. Series: Law* 3(86):399–405. doi: 10.24144/2307-3322.2024.86.3.61.
- Saabighoot, Yus Alvar, Encep Supriatna, Roby Naufal, and Isti Rusdiani. 2024. "Implementasi Kurikulum Merdeka Berbasis Siberetik Pada Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini Di Provinsi Banten." *Aulad: Journal on Early Childhood* 7(3):894–900. doi: 10.31004/aulad.v7i3.804.
- Sandler, Austin, and Laixiang Sun. 2024. "The Socio-Environmental Determinants of Childhood Malnutrition: A Spatial and Hierarchical Analysis." *Nutrients* 16(13):2014. doi: 10.3390/nu16132014.
- Sharma, Rashi, and Rajnish Kumar. 2023. "Increasing Public Participation to Ensure Holistic View in Educational Policies/Action Plans." *Indian Journal of Public Administration* 69(3):597–608. doi: 10.1177/00195561231177039.
- Tutupary, Rosmaryn, Lisa M. Sahetapy, Hermalina Abarua, Junita L. Kundre, Abednego Abednego, Arnold Sahalessy, Lamberthus J. Lokollo, Ferdinanda S. Noya, Rahma Amorsea, and Wa Ode Indah. 2024. "Capacity Building for Early Childhood Education (PAUD) Teachers in Leihitu Barat District, Central Maluku Regency." *Jurnal Pengabdian Arumbai* 2(2):153–60. doi: 10.30598/arumbai.vol2.iss2.pp153-160.
- Watanabe, Toyohide. 2020. "Skill Training Support in Education/Learning Field." Pp. 1–8 in *2020 14th International Conference on Ubiquitous Information Management and Communication (IMCOM)*. IEEE.
- Yusriadi, Yusriadi, and Andi Cahaya. 2022. "Food Security Systems in Rural Communities: A Qualitative Study." *Frontiers in Sustainable Food Systems* 6. doi: 10.3389/fsufs.2022.987853.
- Zeydani, Arezoo, Foroozan Atashzadeh-Shoorideh, Fatemeh Abdi, Meimanat Hosseini, Sima Zohari-Anboohi, and Victoria Skerrett. 2021. "Effect of Community-Based Education on Undergraduate Nursing Students' Skills: A Systematic Review." *BMC Nursing* 20(1):233. doi: 10.1186/s12912-021-00755-4.