

Efektivitas Gerakan Masyarakat Peduli Gizi dan Kemandirian Pangan (GEMPAR) terhadap Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Masyarakat Pagerbatu

Resa Ana Dina¹, Fadhli Aulia Rahman¹, Ardhi Jaya Satria¹, Muhammad Rifqi Keiza Syam¹,
Randin Faridah¹, Ade Khairani Putri¹, Khansa Asiah Raissa¹,
Zakia Lailatu Rahma¹, Thea Raina¹

¹Program Studi Program Sarjana, IPB University, Indonesia
Email korespondensi: pagerbatuipb@gmail.com



<p>Kata kunci</p> <p>Edukasi gizi; Gizi seimbang; Kemandirian pangan.</p>	<p style="text-align: center;">ABSTRAK</p> <p>Kegiatan Gerakan Masyarakat Peduli Gizi dan Kemandirian Pangan (GEMPAR) dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang melalui edukasi tentang konsep Isi Piringku, pembatasan konsumsi gula, garam, dan lemak, pentingnya makanan pendamping ASI, serta pemberian makanan tambahan di Kelurahan Pagerbatu, Kabupaten Pandeglang. Kegiatan ini diikuti oleh 22 ibu balita pada tanggal 15 Juli 2025 dengan metode ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta demonstrasi memasak menggunakan bahan pangan lokal. Evaluasi pengetahuan dilakukan melalui pengisian pre-test sebelum kegiatan dan post-test setelah kegiatan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata dari 47 persen pada pre-test menjadi 73 persen pada post-test. Peningkatan terbesar terlihat pada pemahaman mengenai konsep Isi Piringku, pembatasan konsumsi gula, garam, dan lemak, serta makanan pendamping ASI, sementara pemahaman mengenai jenis pemberian makanan tambahan khusus masih relatif rendah. Simpulan dari kegiatan ini adalah bahwa metode edukasi yang dipadukan dengan praktik demonstrasi mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai gizi seimbang, sehingga disarankan program sejenis dilaksanakan secara berkesinambungan dengan cakupan peserta lebih luas dan didukung media pembelajaran interaktif untuk memperkuat pemahaman serta mendorong perubahan perilaku gizi yang berkelanjutan di tingkat rumah tangga.</p>
<p>Keywords:</p> <p>Balanced nutrition; Nutrition education; Food self-sufficiency.</p>	<p style="text-align: center;">ABSTRACT</p> <p>The community service activity Gerakan Masyarakat Peduli Gizi dan Kemandirian Pangan (GEMPAR) was carried out as an effort to improve mothers' knowledge of balanced nutrition through education on the concept of "Isi Piringku," the limitation of sugar, salt, and fat consumption, the importance of complementary feeding, and the provision of supplementary food in Pagerbatu Village, Pandeglang Regency. This activity was attended by 22 mothers of toddlers on July 15, 2025, using</p>



interactive lectures, discussions, question-and-answer sessions, and cooking demonstrations with local food ingredients. Knowledge evaluation was conducted through pre-test before the activity and post-test after the activity. The results showed an increase in the average score from 47 percent in the pre-test to 73 percent in the post-test. The greatest improvement was observed in the understanding of “Isi Piringku,” limiting sugar, salt, and fat consumption, and complementary feeding, while the understanding of specific supplementary food for pregnant women and malnourished toddlers remained relatively low. The conclusion of this activity is that educational methods combined with practical demonstrations can enhance participants understanding of balanced nutrition, and similar programs are recommended to be implemented continuously with wider participant coverage and supported by interactive learning media to strengthen comprehension and encourage sustainable changes in household nutrition practices.

PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil dan gizi kurang pada balita merupakan kondisi yang perlu mendapat intervensi serius karena beresiko menghambat pertumbuhan, perkembangan ibu dan anak. Kekurangan Energi Kronis (KEK) merupakan kondisi status gizi buruk pada ibu hamil yang ditandai dengan ukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) kurang dari 23,5 cm. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya konsumsi pangan sumber energi yang mengandung energi dan zat gizi makro (Mutmainah et al., 2025). Ibu hamil yang beresiko KEK akan menimbulkan berbagai risiko dan komplikasi seperti terjadi pendarahan, anemia, dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal (Wahab et al., 2024). Selain itu, tingginya resiko persalinan prematur dan janin lahir dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Kemenkes RI., 2023).

Kekurangan gizi pada balita juga menjadi masalah penting yang perlu mendapat perhatian. Kondisi ini ditandai dengan berat badan yang tidak naik selama dua bulan berturut-turut (2T), serta umumnya disebabkan oleh asupan gizi yang tidak mencukupi, pola pemberian makan yang kurang tepat, serta tingginya angka penyakit infeksi (Azzahra et al., 2025). Balita dengan gizi kurang beresiko mengalami pertumbuhan terhambat (stunting), penurunan daya tahan tubuh, keterlambatan perkembangan kognitif, serta peningkatan kerentanan terhadap penyakit infeksi. Dampak jangka panjang dari gizi kurang pada usia dini dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa mendatang, sehingga penanganannya menjadi sangat mendesak (Azzahra et al., 2025).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kecamatan Majasari, pada tahun 2025 terdapat 13 ibu hamil di Kelurahan Pagerbatu yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK). Selain itu, prevalensi balita dengan gizi kurang di Kelurahan Pagerbatu pada TW I tahun 2025 mencapai 11,6%. Angka ini mengalami penurunan dari tahun sebelumnya yaitu pada tahun 2024 sebesar 14,4%. Meskipun terdapat penurunan, angka tersebut masih tergolong tinggi sehingga menunjukkan bahwa kondisi gizi masyarakat memerlukan perhatian serius. Hal ini mendorongnya dilaksanakan program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) selama empat bulan sebagai upaya intervensi memperbaiki status gizi ibu hamil dan balita, sekaligus mendukung tercapainya ketahanan pangan dan kesehatan masyarakat di wilayah Pagerbatu.

Problematika gizi tersebut terjadi karena kurangnya pola makan bergizi seimbang yang dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu rendahnya pengetahuan gizi dan akses terhadap pangan bergizi yang terbatas. Hal ini dapat dibuktikan dari temuan penelitian Puspitaningrum (2017), bahwa pengetahuan ibu hamil dengan status gizi dirinya memiliki hubungan yang signifikan. Selain itu, Ayuningtyas et al., (2021) juga membuktikan bahwa pengetahuan ibu dan pertumbuhan gizi balitanya saling berhubungan. Pengetahuan gizi ibu merupakan faktor penting dalam kemampuan mereka untuk memilih makanan bergizi serta mengelola sumber daya yang tersedia untuk menyediakan makanan baik untuk dirinya sendiri maupun anak-anak mereka. Sedangkan akses terhadap pangan itu sendiri dipengaruhi oleh kondisi ekonomi keluarga dan sulitnya bahan pangan tersebut dijangkau di suatu wilayah. Kelurahan Pagerbatu memiliki keluarga miskin terbanyak di antara 4 kelurahan lainnya yang ada di Kecamatan Majasari, dengan jumlah keluarga miskin yang ada di Kelurahan Pagerbatu sebanyak 4.836 dari 10.097 jiwa pada tahun 2024 (Agustiana 2024). Lokasinya berada di kaki dan bahu gunung karang yang berjarak kurang lebih 6 km dari pusat ibu kota Kecamatan. Dengan ketinggian ± 1000 - ± 1500 meter dari permukaan laut, hampir seluruh wilayah Pagerbatu memiliki potensi pengembangan pertanian dan perkebunan rakyat.

Pemberian edukasi gizi merupakan salah satu intervensi yang perlu untuk dilaksanakan pada ibu hamil serta ibu yang memiliki anak usia 6–24 bulan di Kelurahan Pagerbatu, mengingat keduanya merupakan kelompok rentan terhadap masalah gizi (Wardani et al., 2024). Edukasi ini bertujuan untuk memberdayakan ibu sebagai pemeran utama dalam pemenuhan

kebutuhan gizi keluarga, khususnya dalam praktik pemberian makan anak. Program edukasi difokuskan pada peningkatan pengetahuan mengenai konsep gizi seimbang.

Pelaksanaan kegiatan edukasi gizi di Kelurahan Pagerbatu didasarkan pada kebutuhan untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait gizi seimbang, pembatasan konsumsi pangan yang berisiko bagi kesehatan, pemberian makanan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak, serta pemanfaatan tumbuhan pangan disekitar sebagai makanan yang bergizi dan menarik. Edukasi ini penting karena rendahnya pengetahuan gizi terbukti berhubungan dengan status gizi ibu maupun balita, sementara akses terhadap pangan bergizi seringkali terhambat oleh faktor ekonomi dan keterjangkauan. Edukasi yang dilakukan tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga harus aplikatif agar lebih efektif ditangkap oleh audiens. Menurut Santiari (2025), penyuluhan dengan metode pendekatan edukatif-partisipatif melalui ceramah gizi interaktif, demonstrasi memasak, dan pembagian buku saku gizi mampu meningkatkan pemahaman dan praktik gizi dalam keluarga. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu memberdayakan ibu untuk lebih bijak dalam memilih dan mengolah makanan, sekaligus mengoptimalkan potensi hasil pertanian setempat sebagai alternatif sumber pangan keluarga.

METODE

Kegiatan Gerakan Masyarakat Peduli Gizi dan Kemandirian Pangan (GEMPAR) dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2025 di rumah salah satu kader Posyandu yang beralamat di Kampung Campuraksanta, RT. 03, RW. 07, Kelurahan Pagerbatu. Lokasi dipilih atas dasar kemudahan akses dan keterjangkauan lokasi oleh sasaran. Adapun sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki balita di Kampung Campuraksanta, dengan total jumlah partisipan sebanyak 20 responden. Pemilihan responden dilakukan secara *purposive*, yakni ibu yang memiliki anak balita dan bersedia hadir, serta mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pengisian daftar kehadiran dan *pre-test* menggunakan kuesioner pengetahuan secara *paper-based* yang terdiri atas 10 pertanyaan. Materi pertanyaan mencakup empat topik utama, yaitu konsep Isi Piringku, penggunaan gula, garam, dan lemak (GGL) yang bijak, pentingnya makanan pendamping ASI (MP-ASI), serta pemberian makanan tambahan (PMT). Setelah pengambilan data awal melalui *pre-test*, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian edukasi gizi melalui media presentasi PowerPoint.

Metode yang diterapkan adalah ceramah interaktif disertai sesi tanya jawab serta demonstrasi langsung, seperti praktek Isi Piringku maupun demo masak menu PMT, sehingga peserta lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Setelah kegiatan penyuluhan selesai, responden kembali diminta mengisi *post-test* menggunakan kuesioner yang sama. Langkah ini dilakukan untuk mengevaluasi perubahan tingkat pengetahuan setelah memperoleh intervensi edukasi. Data hasil *pre-test* dan *post-test* kemudian diolah dengan menggunakan rumus indeks skor pengetahuan, sehingga diperoleh persentase perubahan skor dari sebelum dan sesudah kegiatan. Secara keseluruhan, metode pelaksanaan kegiatan meliputi empat tahapan, yaitu pengisian daftar hadir dan *pre-test*, penyampaian materi edukasi gizi dan diskusi tanya jawab, pengisian *post-test*, serta analisis data untuk menilai efektivitas penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan responden.



Gambar 1 Bagan Alir Kegiatan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Edukasi Gizi dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2025 yang berlokasi di rumah ibu kader posyandu Kelurahan Pagerbatu, Kabupaten Pandeglang, Banten. Kegiatan ini diikuti sebanyak 22 ibu dengan anak balita. Adapun rangkaian acara yang dilakukan dimulai dari pengisian presensi dan *pre-test*, penyampaian materi mengenai Isi Piringku, GGL (gula, garam, dan lemak), pemberian makanan tambahan, dan MP-ASI dengan sesi tanya jawab di setiap materinya. Setelah itu, demo memasak dengan menu puding daun kelor dan rolade tahu daun kelor, serta pengisian *post-test*. Kegiatan edukasi ini memiliki target kenaikan persentase pengetahuan sebesar $>70\%$.



Gambar 2 *Pre-test*



Gambar 3 Edukasi Isi Piringku



Gambar 4 Edukasi GGL



Gambar 5 Edukasi PMT dan MP-ASI



Gambar 6 Demo masak



Gambar 7 Post-test



Gambar 8 Materi Isi Piringku



Gambar 9 Materi Isi Piringku 2



Gambar 10 Materi GGL

Gula	Garam	Minyak
Kenaikan berat badan → Obesitas	Hipertensi	Peningkatan kolesterol
Rusak gigi	Stroke	Perubahan pembuluh darah
Diabetes	Penyakit jantung	Serangan jantung

Gambar 11 Materi GGL 2



Gambar 12 Materi MP-ASI



Gambar 13 Materi MP-ASI 2



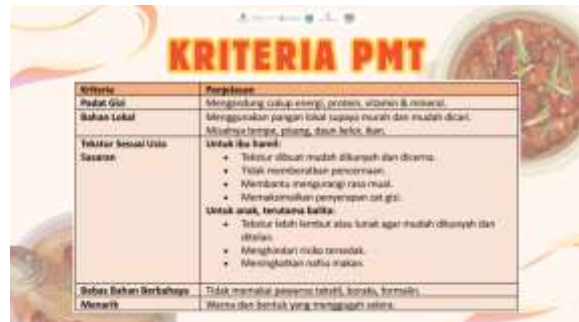
Gambar 13 Materi MP-ASI 3



Gambar 14 Materi PMT



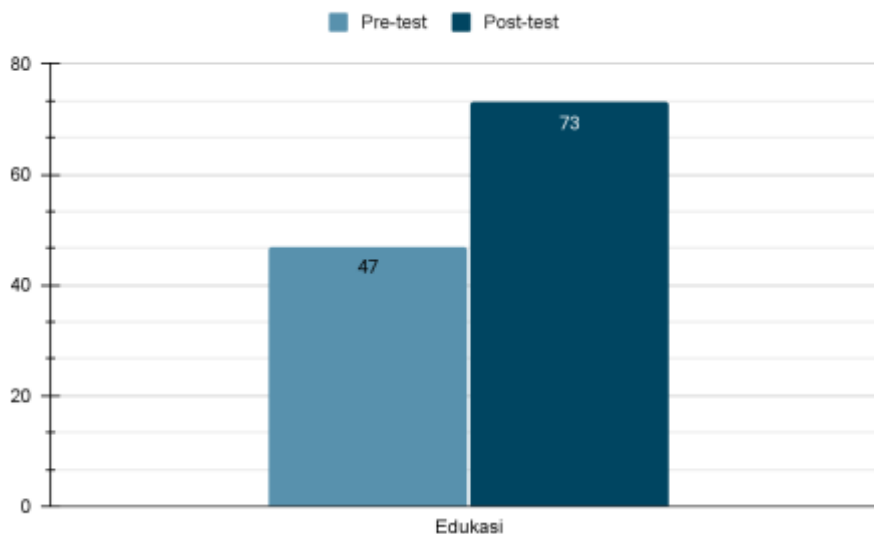
Gambar 15 Materi PMT



Gambar 16 Materi PMT 2



Gambar 17 Materi PMT 3



Grafik 1 Hasil penilaian pre-test dan post-test

Berdasarkan grafik 1 diatas, didapatkan hasil *pre-test* sebesar 47% dan *post-test* sebesar 73%. Hal ini menunjukkan bahwa para peserta edukasi mengalami kenaikan persentase nilai antara *pre-test* dan *post-test* sebesar 55%. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi gizi melalui ceramah interaktif, diskusi, dan demo masak mampu meningkatkan pemahaman peserta meskipun masih berada di bawah target capaian kegiatan, yaitu peningkatan persentase pengetahuan sebesar >70%. Pola pada grafik juga memperlihatkan bahwa peserta edukasi mengalami peningkatan skor setelah diberikan intervensi. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar materi edukasi dapat dipahami dengan baik, seperti konsep Isi Piringku dan pembatasan konsumsi gula, garam, dan lemak. Tetapi, masih terdapat sebagian kecil peserta edukasi yang peningkatannya rendah, menunjukkan perlunya metode penyampaian yang lebih interaktif agar seluruh materi dapat dicerna oleh seluruh peserta edukasi. Menurut Rahmah dan Kurniasari (2023), media edukasi yang interaktif, menyenangkan, dan mudah dipahami lebih mudah diterima dibandingkan media formal. Edukasi gizi yang tepat tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga diharapkan mampu mengubah perilaku dan praktik gizi keluarga. Peningkatan pengetahuan ibu dalam edukasi gizi dipengaruhi oleh faktor usia, tingkat pendidikan, pengalaman kehamilan, dan kunjungan ANC. Kendala seperti durasi edukasi yang terlalu lama membuat kondisi menjadi tidak kondusif sehingga mempengaruhi dan menghambat pencapaian target. Diperlukan perbaikan pada metode penyampaian yang lebih ringkas, penggunaan media interaktif, atau pembagian sesi yang lebih singkat agar para peserta edukasi tetap fokus dan tujuan edukasi gizi dapat tercapai secara optimal.

Tabel 1 Distribusi persentase nilai pada *pre-test* dan *post-test*

No.	Pertanyaan	<i>Pre-test</i> (%)	<i>Post-test</i> (%)
1.	Apa yang dimaksud dengan GGL dalam konteks kesehatan?	45	100
2.	Berapa batas maksimal konsumsi gula per hari menurut Kementerian Kesehatan RI?	0	45
3.	Apa saja komponen lengkap “Isi Piringku”?	90	100
4.	Manakah berikut ini yang merupakan jenis PMT (Pemberian Makanan Tambahan) yang khusus diberikan untuk mengatasi balita dan ibu hamil yang mengalami masalah gizi dan diberikan dalam rentang waktu tertentu secara teratur?	5	20
5.	Berikut ini yang termasuk contoh makanan MP-ASI tekstur halus/lumat adalah:	95	100

Berdasarkan Tabel 1, terlihat adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi gizi. Pada pertanyaan pertama mengenai pengertian GGL (Gula, Garam, dan Lemak) dalam konteks kesehatan, persentase jawaban benar meningkat dari 45% pada *pre-test* menjadi 100% pada *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi gizi, seluruh peserta mampu memahami definisi GGL dengan baik. Dengan memahami GGL dalam konteks kesehatan, masyarakat dapat menyadari bahwa konsumsi gula, garam, dan lemak yang berlebihan berkaitan dengan risiko penyakit degeneratif seperti hipertensi, diabetes melitus, dan obesitas.

Pertanyaan kedua mengenai batas maksimal konsumsi gula per hari berdasarkan

Kementrian Kesehatan RI menunjukkan adanya peningkatan meskipun relatif kecil, dari 0% pada *pre-test* menjadi 45% pada *post-test*. Peningkatan ini menunjukkan sebagian peserta mulai memahami informasi tentang batas maksimal konsumsi gula per hari sesuai dengan Kementrian Kesehatan RI meskipun masih banyak yang belum menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan perlunya penguatan materi dengan metode yang lebih aplikatif, melalui perbandingan takaran gula yang umum dikonsumsi sehari-hari dengan standar anjuran kesehatan.

Pada pertanyaan ketiga mengenai komponen lengkap “Isi Piringku”, mayoritas peserta sudah memahami materi ini sebelum diberikan edukasi gizi, hal tersebut terlihat dari 90% pada *pre-test* yang kemudian meningkat menjadi 100% pada *post-test*. Pemahaman mengenai isi piringku membantu memberi panduan sederhana dan mudah dipraktikkan dalam menata porsi makanan sehari-hari agar sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Hal serupa juga terlihat pada pertanyaan kelima mengenai contoh MP-ASI tekstur halus/lumat dengan 95% pada *pre-test* yang kemudian meningkat menjadi 100% pada *post-test*. Hasil ini menunjukkan bahwa pengetahuan dasar terkait MP-ASI relatif sudah dipahami oleh peserta, sehingga edukasi memperkuat pemahaman yang sudah ada

Sebaliknya, pada pertanyaan keempat terkait jenis PMT (Pemberian Makanan Tambahan) khusus untuk balita dan ibu hamil yang mengalami masalah gizi menunjukkan peningkatan yang relatif kecil, terlihat dari 5% pada *pre-test* dan 20% pada *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa hal tersebut masih sulit dipahami, sehingga diperlukan metode penyampaian yang lebih interaktif dan disertai contoh agar terjadi peningkatan pemahaman terkait jenis PMT khusus untuk balita dan ibu hamil yang mengalami masalah gizi.

Secara keseluruhan, edukasi gizi terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta, khususnya pada materi pengertian GGL dan konsep dasar gizi seimbang. Hasil menunjukkan bahwa media edukasi yang digunakan mampu membantu peserta memahami informasi yang sebelumnya belum diketahui. Namun, terdapat beberapa materi yang bersifat teknis seperti materi jenis PMT (Pemberian Makanan Tambahan) khusus untuk balita dan ibu hamil yang mengalami masalah gizi, tingkat pemahaman peserta masih rendah. Oleh karena itu, diperlukan strategi penyampaian yang lebih interaktif, disertai contoh nyata atau simulasi agar materi tersebut dapat lebih mudah dipahami dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan pengembangan metode pembelajaran yang lebih kreatif dan interaktif, program edukasi gizi ke depan diharapkan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Berdasarkan hasil kegiatan edukasi gizi melalui program Gerakan Masyarakat Peduli Gizi dan Kemandirian Pangan (GEMPAR), menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan para peserta edukasi, meskipun belum mencapai target yang diharapkan. Grafik dari hasil *pre-test* dan *post-test* menunjukkan adanya kenaikan yang awalnya 47% menjadi 73%. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi edukasi yang dilakukan berhasil meningkatkan pemahaman mengenai gizi kepada para ibu yang memiliki anak usia balita, meskipun terdapat beberapa materi yang belum dipahami secara optimal.

Peningkatan pengetahuan paling tinggi terjadi pada materi pengertian GGL (gula, garam, lemak) dan pada konsep Isi Piringku, karena seluruh peserta edukasi mampu menjawab benar setelah diberikan edukasi. Edukasi dengan metode praktik langsung, seperti demo masak rolade tahu daun kelor dan puding daun kelor dalam program GEMPAR, memberikan pemahaman dan pengalaman yang lebih mudah diingat peserta dibandingkan metode ceramah saja. Hal ini sejalan dengan temuan Veronika et al. (2025), yang menyatakan adanya peningkatan signifikan pemahaman ibu terkait gizi balita setelah diberikan edukasi dan demonstrasi berbasis pangan lokal.

Produk puding daun kelor dan rolade tahu daun kelor yang diperkenalkan dalam demo masak pada kegiatan GEMPAR merupakan pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai alternatif

pemberian makanan tambahan dengan biaya terjangkau dan bernilai gizi tinggi. Puding daun kelor memiliki tekstur lembut, dan rasa manis yang mudah diterima oleh anak-anak. Kandungan antioksidan, vitamin A, dan vitamin C pada daun kelor dapat mendukung pertumbuhan yang sehat dan meningkatkan daya tahan tubuh, dengan penambahan ekstrak daun kelor secara signifikan dapat meningkatkan kandungan antioksidan yang mampu memberikan manfaat fungsional pada produk tersebut (Wibowo et al. 2024). Pengolahan yang tepat diperlukan untuk mengurangi rasa langu yang berasal dari daun kelor.

Faktor pendukung keberhasilan kegiatan edukasi seperti tingginya antusiasme para peserta, dukungan para kader posyandu, dan materi yang dibawakan sesuai dengan kebutuhan sehari-hari masyarakat akan mempengaruhi. Menurut Faiqah dan Suhartatik (2022), peran kader posyandu memiliki pengaruh signifikan dalam meningkatkan status gizi balita melalui keaktifan kader dalam memotivasi ibu balita agar rutin membawa anaknya ke posyandu untuk pemantauan gizi. Peran aktif kader sangat penting untuk mendorong partisipasi masyarakat dalam program posyandu. Kader yang memiliki motivasi tinggi cenderung lebih aktif dalam pelaksanaan kegiatan posyandu, yang akhirnya meningkatkan keberhasilan program dan partisipasi masyarakat (Koy et al. 2025). Selain faktor keberhasilan, terdapat beberapa aspek evaluasi yang perlu diperhatikan untuk meningkatkan persentase keberhasilan kegiatan GEMPAR menjadi sesuai seperti target awal >70%. Pertama, bagi ibu-ibu yang mengalami kesulitan dalam menenangkan anak yang kurang kondusif, disarankan untuk melibatkan ayah sebagai pendamping, atau menyediakan fasilitas berupa ruang bermain anak. Dengan adanya ruang khusus tersebut, anak-anak yang menangis diharapkan dapat lebih tenang sehingga suasana kegiatan menjadi lebih kondusif. Kedua, terkait pemilihan lokasi kegiatan, sebaiknya dipertimbangkan penggunaan ruang yang lebih luas. Hal ini dimaksudkan untuk mengurangi kondisi berdesakan yang berpotensi menimbulkan ketidaknyamanan, baik bagi peserta maupun anak-anak yang hadir.

SIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian masyarakat melalui Gerakan Masyarakat Peduli Gizi dan Kemandirian Pangan (GEMPAR) yang menekankan edukasi mengenai Isi Piringku, pembatasan gula, garam, dan lemak (GGL), pentingnya MP-ASI, serta pemberian makanan tambahan (PMT) mampu meningkatkan pengetahuan ibu balita di Kelurahan Pagerbatu, Kabupaten Pandeglang, yang ditunjukkan dengan kenaikan skor dari 47% pada *pre-test* menjadi 73% pada *post-test*. Peningkatan paling menonjol terlihat pada pemahaman tentang konsep Isi Piringku, pembatasan konsumsi GGL, dan MP-ASI, sementara pemahaman terkait jenis PMT khusus bagi ibu hamil dan balita dengan masalah gizi masih relatif rendah. Hasil ini menegaskan bahwa metode edukasi berbasis ceramah interaktif dan demonstrasi efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pola konsumsi sehat dan pemenuhan gizi. Program serupa diharapkan dapat dilaksanakan dengan cakupan peserta yang lebih luas terutama keluarga berisiko gizi buruk. Program tersebut dapat didukung dengan media pembelajaran interaktif seperti video, leaflet bergambar, maupun food model agar pemahaman semakin kuat dan mampu mendorong perubahan perilaku gizi yang berkelanjutan di tingkat rumah tangga.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayuningtyas, G., Hasanah, U., & Yuliawati, T. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu dengan Status Gizi Balita. *Nursing Analysis: Journal Of Nursing Research*, 1(1):15-22.
- Azzahra, F., Putri, A., Siregar, A. S., & Suraya, R. (2025). Karakteristik Perilaku Pemberian Makan dan Status Gizi Anak Balita di Berastagi. *Jurnal Sains Farmasi Dan Kesehatan*, 2(3), 219-228. Retrieved from <https://jurnal.ittc.web.id/index.php/jfkes/article/view/2279>
- Faiqah, Z. A., & Suhartatik, S. (2022). Peran Kader Posyandu dalam Pemantauan Status Gizi Balita: Literature Review. *Journal of Health Education and Literacy*, 5(1), 19–25. <https://doi.org/10.31605/j-healt.v5i1.1573>
- Kementerian Kesehatan R.I. (2023). *Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal untuk Balita dan Ibu Hamil*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI. Retrieved from <https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/c7c6d7b0342bbeb5c854548671b83cc1.pdf>
- Koy, T. Y., Sinaga, M., & Dodo, D. O. (2025). Kajian Aktivitas Kader dalam Pelaksanaan Kegiatan Posyandu Balita (Studi Kasus di Puskesmas Binaus Kabupaten TTS). *Manajemen Pelayanan Kesehatan*, 2(1), 15. <https://doi.org/10.47134/mpk.v2i1.3433>
- Mahayati, L., & Santiasari, R. (2025). Edukasi Gizi: Kunci Ibu Cerdas untuk Keluarga Sehat. *Jurnal Booth Dharma Medika*, 6(1). <https://doi.org/10.47560/pengabmas.v6i1.712>
- Mutmainah, R., Sustiyani, H. E., & Sulaiman, L. (2025). Edukasi Ibu Hamil Tentang Resiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Kehamilan. *SAMBARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 385–389. <https://doi.org/10.58540/sambarapkm.v3i2.811>
- Puspitaningrum, E. M. (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Status Gizi Ibu Hamil di Puskesmas Tanjung Pinang Kota Jambi. *JI-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 1(1). <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v1i1.53>
- Rahmah, G. Z., Kurniasari, R. (2023). Literature Review : The Influence of Nutrition Education Media Forms on Increasing Mother's Knowledge to Prevent Stunting in Children. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*. 15(1), 131-139. <https://doi.org/10.35473/jgk.v15i1.281>
- Veronica, S. Y., Destiana, E., Komariah, S., Putri, W. E., Fadilah, N., & Siskarina, A. (2025). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbasis Pangan Lokal untuk Pencegahan dan Penanganan Wasting dan Stunting Pada Balita di Desa Rejosari Kecamatan Pringsewu Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(6), 2889–2997. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i6.2833>
- Wahab, I., Fitriani, A., Wahyuni, Y. F., & Mawarni, S. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (Kek) pada Ibu Hamil. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 8(1), 63–68. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v8i1.555>
- Wardani, D. W. K. K., Aningsih, B. S. D., Pratiwi, A. I., Irawan, Y. L., Widowati, L. P., Suhaid, D. N., Dewi, N. N. S. A., Kusmiyanti, M., & Kadarsih, M. (2024). Smart Mom, Adequate Nutrition, Healthy Kids. *PKM-P*, 8(1), 228–231. <https://doi.org/10.32832/jurma.v8i1.2341>