



PEMANFATAAN JAGUNG (*ZEA MAYS*) SEBAGAI BAHAN PANGAN LOKAL MPASI PADA BAYI USIA 10-12 BULAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING*

Luluk Handayani¹, Sherly Angellina², Nurul Arriza³, Fiastika Mariani⁴, Devi Wulandari⁵

Program Studi D III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panca Bhakti Pontianak

Email korespondensi : lulukhandayani82@gmail.com

ARTICLE INFO

Article History

Submitted : 04 November 2025

Revised : 10 November 2025

Accepted : 26 November 2025

Kata Kunci :

Stunting; MPASI;

Jagung; Bayi

ABSTRACT

Background: Stunting is one of the chronic nutritional problems that is still high in Indonesia, caused by long-term nutritional deficiencies, especially during the first 1000 days of life (HPK). One of the strategies for preventing stunting is to optimize the provision of complementary foods based on nutritionally balanced local foods. Corn (*Zea mays*) is an abundant local food source with the potential to be a source of energy and essential nutrients for infants aged 10–12 months. **The Aims:** To increase community knowledge in processing highly nutritious foods, especially in overcoming stunting in children. **Method:** This activity used the Participatory Rural Appraisal (PRA) method, which involved the processing of complementary foods from corn, from theory to practice, to make pudding, carried out by toddler health center cadres and parents who have toddlers. **Results:** The demonstration of making local food from corn had a positive effect on increasing community knowledge and readiness in utilizing corn as complementary food to overcome stunting. This increase in knowledge was demonstrated by the participants' ability to explain the benefits, describe the steps of preparation, and their readiness to implementation. **Conclusion:** The activity of making complementary food from corn to increase community knowledge about to utilize local ingredients, such as corn as complementary food.

ABSTRAK

Latar Belakang: Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih tinggi di Indonesia, disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam jangka panjang, terutama 1000 Hari Pertama Kehidupan. Salah satu strategi pencegahan stunting adalah dengan optimalisasi pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu berbasis pangan lokal bergizi seimbang. Jagung salah satu bahan pangan lokal yang berpotensi sebagai sumber energi dan zat gizi penting untuk anak. **Tujuan kegiatan:** Meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam mengolah bahan pangan bergizi tinggi terutama dalam mengatasi stunting pada anak. **Metode:** Kegiatan ini menggunakan metode *Participatory Rural Appraisal (PRA)* yaitu terkait pengolahan MPASI dari jagung dari mulai teori hingga praktik pengolahan jagung menjadi pudding yang dilakukan oleh kader posyandu bayi dan balita dan orang tua yang memiliki bayi dan balita. **Hasil kegiatan:** Demonstrasi pembuatan panganan lokal dari jagung berpengaruh positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan masyarakat dalam memanfaatkan jagung sebagai MP ASI untuk mengatasi stunting, peningkatan pengetahuan ini ditunjukkan dari kemampuan peserta menjelaskan manfaat, menyebutkan langkah pembuatan, serta kesiapan untuk mengimplementasikannya. **Kesimpulan:** Kegiatan pembuatan MP ASI dari jagung untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai cara memanfaatkan bahan lokal, seperti jagung sebagai MPASI untuk mengatasi stunting, serta dapat mengolah jagung menjadi aneka jenis makanan yang lain.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Kondisi ini menggambarkan gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan asupan gizi yang berlangsung lama, infeksi berulang, dan perawatan yang kurang memadai, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Firrahmawati et al., 2023). Dampak jangka panjang dari stunting tidak hanya terbatas pada pertumbuhan fisik yang terhambat, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, kemampuan belajar, serta produktivitas di masa dewasa (Suryani et al., 2023).

Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022, prevalensi stunting Kalimantan Barat dari seluruh provinsi di Indonesia yaitu sebesar 27.8%. Data Pemantauan Status Gizi Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2022 juga melaporkan Kalimantan Barat memiliki 9 wilayah dengan klasifikasi stunting sangat buruk, 35 dengan klasifikasi buruk, 58 dengan klasifikasi kurang dan 72 kecamatan memiliki klasifikasi baik (Kemenkes, 2022). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat Status Gizi Balita Pendek (*stunting*) tahun 2021 yaitu 29,8%. Kalimantan Barat termasuk salah satu provinsi prioritas percepatan penurunan *stunting* dengan angka prevalensi ke-7 tertinggi setelah Nusa Tenggara Timur, Sulawesi Barat, Aceh, Sulawesi Utara, Kalimantan Selatan dan Nusa Tenggara Barat. Berdasarkan data Profil Dinas Kesehatan Kalimantan Barat pada tahun 2022 Prevalensi stunting menunjukkan angka 29,8% (Dinkes Provinsi Kalbar, 2022).

Salah satu strategi penting dalam pencegahan stunting adalah melalui pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) yang tepat. MP-ASI diberikan kepada bayi berusia di atas enam bulan sebagai tambahan energi dan zat gizi yang tidak lagi tercukupi hanya dari ASI (UNICEF et al., 2020). Kualitas dan ketepatan pemberian MP-ASI sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. MP-ASI yang bergizi seimbang, mudah dicerna, serta berbasis bahan pangan lokal akan membantu memenuhi kebutuhan energi, protein, vitamin, dan mineral bayi (Aryu, 2020). Menurut *World Health Organization (WHO)* pemberian MP-ASI harus memenuhi gizi seimbang, mudah dicerna, dan berbasis pangan lokal. Salah satu strategi pencegahan stunting adalah dengan optimalisasi pemberian MP-ASI berbasis pangan lokal bergizi seimbang (WHO, 2021).

Pemanfaatan bahan pangan lokal menjadi salah satu pendekatan efektif dan berkelanjutan untuk meningkatkan status gizi masyarakat. Bahan pangan lokal mudah diperoleh, terjangkau, serta memiliki kandungan gizi yang dibutuhkan oleh anak (Marlina & Erowati, 2021). Salah satu bahan pangan lokal yang baik untuk dijadikan MP-ASI adalah jagung (*Zea mays*). Jagung merupakan bahan pangan lokal yang banyak tersedia di Indonesia dan merupakan sumber karbohidrat penting setelah beras. jagung mengandung berbagai zat gizi mikro dan makro selain sebagai sumber energi, yang bermanfaat untuk pertumbuhan bayi (Hambali et al., 2023).

Jagung memiliki kandungan vitamin B kompleks (B1, B2, B5, dan B6), vitamin C, A, dan K, serta kandungan beta karoten dan selenium yang tinggi. Jagung diolah menjadi puding dan akan memiliki tekstur yang lembut sehingga mudah dikonsumsi oleh bayi (Astani et al., 2024). Jagung merupakan bahan pangan pokok yang kedua setelah beras. Kandungan protein jagung cukup tinggi, yaitu 8 – 12%, serat kasar 0,8–2,5%, serta karbohidrat 68–73% (Pranita et al., 2023).

Ketepatan dalam pemberian MPASI akan berdampak pada kecukupan kebutuhan zat gizi, sehingga akan turut mempengaruhi status kesehatan anak di masa depan. Hal ini juga sejalan dengan peningkatan prevalensi kasus *underweight*, *stunting*, *wasting*, maupun permasalahan gizi lainnya seiring dengan pola praktik pemberian MPASI yang tidak tepat (Lestiarini & Sulistyorini, 2020). Salah satu tindakan yang dilakukan pelayanan kesehatan dalam upaya mencegah stunting pada anak

adalah upaya promosi kesehatan. Upaya promosi kesehatan untuk kelompok Ibu dan Anak yang telah dilakukan dirasa belum efektif dan efisien (Martina et al., 2020).

Upaya Promosi kesehatan tidak cukup hanya dilakukan melalui penyuluhan atau sosialisasi, tetapi juga perlu diintegrasikan dengan praktik langsung di lapangan melalui kegiatan demonstrasi, pelatihan, dan pendampingan pembuatan MP-ASI berbasis bahan pangan lokal seperti jagung. Pendekatan partisipatif ini terbukti lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman, keterampilan, dan perubahan perilaku masyarakat menuju pola konsumsi gizi yang lebih sehat dan berkelanjutan (Ahmad Hisbullah Amrinanto et al., 2023).

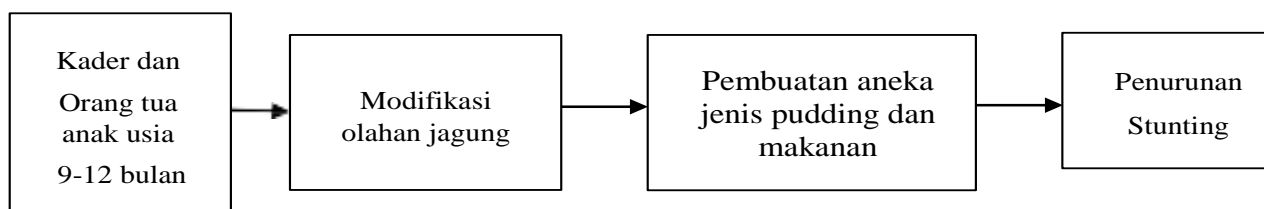
Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader dalam pemanfaatan bahan pangan lokal yaitu jagung yang kaya akan nutrisi. Serta mengajarkan dan mengedukasi kepada masyarakat tentang cara pengolahan jagung. Salah satu inovasi berupa jagung yang diolah menjadi berbagai jenis bahan makanan yang mudah dikonsumsi bayi.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan menggunakan metode demonstrasi menggunakan *Pratisipativ Rural Appraisal (PRA)* yaitu terkait pengolahan MPASI dari Jagung dimulai teori hingga praktik pembuatan di Desa Madu Sari, Kabupaten Kubu Raya. Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan, yaitu:

1. Melakukan Survei: kegiatan dilakukan untuk mengetahui tempat dan sasaran pengabdian kepada masyarakat
2. Penyuluhan tentang manfaat MP ASI dari jagung dilaksanakan 2-3 Oktober 2025 dihadiri oleh 7 Kader dan 1 bidan. kegiatan ini dilakukan untuk memberikan informasi tentang kandungan serta manfaat MP ASI dari jagung serta cara pengolahannya selain menjadi sayuran .
3. Pelatihan pembuatan makanan olahan dari jagung salah satunya Puding jagung, demonstrasi langsung yang dilakukan bersama kader posyandu bayi dan balita dan orang tua yang memiliki anak usia 6-24 bulan. Kegiatan ini dilaksanakan oleh 4 Oktober 2025 dihadiri oleh 7 kader dan 1 bidan serta 8 orang tua yang memiliki anak usia 6-24 bulan.

Setelah dilakukan tahapan kegiatan diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat tentang modifikasi jagung sebagai bahan pangan lokal dalam menurunkan stunting pada anak. Adapun kerangka pemecahan masalah pada kegiatan ini, sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pengabdian Kepada Masyarakat ini berfokus pada gizi seimbang dalam pemanfaatan jagung sebagai bahan pangan lokal dalam pembuatan MPASI untuk pencegahan stunting pada bayi. Terutama, dengan mengajarkan masyarakat tentang manfaat jagung yang kaya akan nutrisi, diharapkan masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya pemenuhan gizi dalam pencegahan

stunting. Pengolahan jagung menjadi puding merupakan langkah yang konkret dalam menyediakan alternatif pengolahan bahan pangan lokal yang mudah diakses.

Adapun kegiatan sebagai berikut:

- 1) Memberikan materi kepada kader mengenai jagung sebagai bahan pangan lokal materi berisikan tujuan, manfaat jagung dalam pecegahan stunting.
- 2) Melakukan demonstrasi pengolahan jagung menjadi jenis makanan diawali dengan menjelaskan bahan-bahan yang digunakan, kemudian dilakukan proses pengolahan.

Pembahasan

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang masih menjadi isu serius di Indonesia, salah satunya di Kalimantan Barat. Stunting dapat memperlambat perkembangan otak serta dapat terjadi dampak jangka panjang berupa keterbelakangan mental, rendahnya kemampuan dalam belajar, serta risiko serangan penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, dan obesitas (Aryu, 2020). Permasalahan gizi seperti stunting sebagian besar disebabkan oleh kurangnya asupan makanan pada bayi dan balita. Kegiatan sosialisasi terkait pengolahan pangan lokal dengan menciptakan menu MP-ASI yang bermanfaat berupaya untuk menurunkan angka stunting. Selain itu, makanan selingan atau camilan yang sering dikonsumsi oleh bayi juga kurang sehat sehingga dibutuhkan panganan lokal memiliki kandungan gizi yang seimbang pada anak (Suryani et al., 2023)

Salah satu bahan pangan lokal yang potensial adalah jagung. Jagung tersedia di setiap wilayah di Indonesia dan merupakan sumber karbohidrat penting setelah beras, selain sebagai sumber energi, jagung mengandung berbagai zat gizi mikro dan makro yang bermanfaat untuk pertumbuhan bayi (Tanzil & Hafriani, 2021). Jagung memiliki kandungan nutrisi yang cukup lengkap, terutama karbohidrat, protein, serat, dan sejumlah vitamin serta mineral esensial. Berdasarkan Data Komposisi Pangan Indonesia dalam 100 gram jagung pipil matang terkandung energi 149 kkal, protein 5,1 g, lemak 1,3 g, karbohidrat 32,8 g, serat 2,7 g, kalsium 3 mg, fosfor 111 mg, zat besi 0,5 mg, vitamin A 214 IU, vitamin B1 0,15 mg, dan vitamin C 9 mg (Eliza Rahmah et al., 2022).

Kandungan karbohidrat kompleks pada jagung membantu menyediakan energi berkelanjutan bagi bayi yang sedang aktif. Protein nabati dan asam amino seperti leusin, isoleusin, dan valin mendukung pembentukan jaringan tubuh dan otot. Selain itu, kandungan β -karoten dan antioksidan seperti lutein dan zeaxanthin berperan dalam menjaga kesehatan mata dan meningkatkan sistem imun (Lestari et al., 2023). Bayi usia 10–12 bulan, bayi sudah mampu menerima MP-ASI dengan tekstur lembek hingga cincang halus. Jagung dapat diolah menjadi berbagai bentuk menu MP-ASI, seperti bubur jagung susu, tim jagung ayam sayur, atau puding jagung. Penggunaan jagung sebagai bahan utama MP-ASI dapat meningkatkan variasi sumber karbohidrat selain beras, serta menambah asupan serat, vitamin, dan mineral penting. Menurut penelitian (Al-Qodri et al., 2025). Penggunaan jagung dalam MP-ASI terbukti meningkatkan asupan energi harian bayi hingga 15–20% dibandingkan dengan MP-ASI berbasis nasi saja (Suleman et al., 2019).

Pemanfaatan jagung sebagai bahan MP-ASI juga mendukung upaya kemandirian pangan lokal. Jagung telah lama menjadi makanan pokok di beberapa wilayah di Indonesia dan diwariskan dalam bentuk olahan tradisional seperti bodek atau katemak. Integrasi nilai budaya lokal ini dapat meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap program gizi dan memperkuat pendekatan berbasis kearifan lokal dalam pencegahan stunting (Almuaromah & Sarjito, 2023). Inovasi yang diperlukan untuk membuat jagung menjadi makanan yang menarik dan memiliki rasa yang diminati anak-anak sehingga dapat meningkatkan asupan nutrisi dengan mengkonsumsi jagung (Hasriani et al., 2024).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Jagung (*Zea mays*) memiliki potensi besar sebagai bahan pangan lokal untuk MP-ASI usia 10–12 bulan karena kandungan gizinya yang lengkap, mudah diolah, dan terjangkau. Penggunaan jagung dapat meningkatkan asupan energi dan mikronutrien penting yang berperan dalam pertumbuhan bayi dan pencegahan stunting. Pemanfaatan jagung dalam MP-ASI juga sejalan dengan prinsip diversifikasi pangan lokal, keberlanjutan, dan pendekatan budaya, yang menjadi kunci keberhasilan intervensi gizi di tingkat masyarakat.

Inovasi yang diperlukan untuk membuat jagung menjadi makanan yang menarik dan memiliki rasa yang diminati anak-anak sehingga dapat meningkatkan asupan nutrisi dengan mengonsumsi jagung. Salah satu menu MPASI dengan menggunakan produk olahan jagung yaitu puding jagung manis. Bentuk pemanfaatan jagung untuk menu sehat MPASI guna menurunkan angka stunting sejak bayi pada usia 10-12 bulan.

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai stunting. Demonstrasi pemanfaatan jagung hasil pertanian sebagai olahan MPASI yang kaya gizi untuk bayi dalam membantu menurunkan angka stunting.

Saran

Untuk meningkatkan kesehatan anak berkelanjutan dari upaya pencegahan stunting di Desa Madu Sari, Kabupaten Kubu Raya, maka diperlukan langkah yang harus dilakukan, yaitu:

1. Bagi Masyarakat Desa Madu Sari

Diharapkan setelah mendapatkan demontsrasi tentang pengolahan jagung masyarakat dapat memilih pangan lokal yang memiliki gizi seimbang serta dapat mengolah makanan dalam bentuk yang sesuai kebutuhan anak sehingga dapat meningkatkan kesehatan anak.

2. Bagi STIKES Panca Bhakti Pontianak

Diharapkan dapat bekerja sama dengan pihak Dinas Kesehatan untuk mensosialisasikan pangan lokal sebagai bentuk pengolahan MPASI yang kaya akan gizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Hisbullah Amrinanto, Anggiruling, D. O., Putra, Muh. G. S., Gusthira, A., & Oktaviani, D. A. (2023). Demonstrasi Modifikasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pangan Lokal Pada Kader di Posyandu Melati, Kelurahan Bubulak, Dramaga. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(2), 88–91. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i2.151>
- Almuaromah, D., & Sarjito. (2023). Pelatihan Pengolahan Produk Pangan Berbasis Jagung Sebagai Upaya Meminimalisir Kasus Stunting di Desa Dasan Tapen. *Jurnal Abdi Gemomedisains*, 3(2).
- Al-Qodri, M., Vivin Ariyani, E., Jannah, R., Nirmala, D., Maruddani, R. T. J., & Zulfajri. (2025). Sosialisasi Pemanfaatan Jagung Sebagai Pangan Lokal untuk Meningkatkan Gizi Anak. *Jurnal Medika: Medika*, 4(4), 947–952.
- Aryu, C. (2020). *Buku Epidemiologi Stunting*. Universitas Diponegoro Semarang.
- Astani, A. D., Anjelika, D., Nita, E. P., & Rodiana, G. (2024). Edukasi Diversifikasi PMT Pangan Lokal Puding Jagung Manis di Kelurahan Mangkupalas Kota Samarinda. In *Jurnal Abdi Masyarakat Erau* (Vol. 3, Number 2).
- Dinkes Provinsi Kalbar. (2022). *Data Kalbar*. <http://data.kalbarpeov.go.id>

- Eliza Rahmah, M., Hurul Ainun, N., Amyra Lubis, S. B., & Jailani, M. (2022). Pemanfaatan Hasil Pangan Lokal dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Bandar Baru, Kecamatan Sibolangit, Sumatera Utara. *Journal of Comprehensive Science*, (2), 135–139.
- Firrahmawati, L., Khotimah, N., & Munawaroh, M. (2023). Analisis Faktor Penyebab yang Mempengaruhi Kejadian Stunting. *Jurnal Kebidanan*, 12(1).
- Hambali, I., Cahyo, D. N., Humairoh, S. H., Fadhillah, A. A. F., Andari, R. Y., Hafani, A., Fadhila, L. N., Elly, S., Dami, N. A., A. Jannah, A. F., & Mubarrok, M. N. (2023). Upaya Pencegahan Stunting dengan Melakukan Sosialisasi Literasi Digital dan Demo Masak Puding Jagung Sehat di Kelurahan Beji, Kecamatan Taman, Kabupaten Pemalang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(6), 833–839. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.1890>.
- Hasriani, S., Asnuddin, Pratiwi, W. R., Qardhawijayanti, S., & Lisnayanti B. (2024). Pengaruh Pemberian MP-ASI Berbasis Kearifan Lokal terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi. *Journal of Language and Health*, (3).
- Kemkes, R. (2022). *Survei Status Gizi SSGI 2022*.
- Lestari, P., Anwar, C., & Zia Ulhaq, M. (2023). Sosialisasi Pemanfaatan Hasil Pangan Lokal dengan Pengembangan Menu MP-ASI Sebagai Upaya Penurunan Angka Balita Stunting di Candimulyo, Magelang. *COMSERVA: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(10), 2125–2133. <https://doi.org/10.59141/comserva.v2i10.607>.
- Lestiarini, S., & Sulistyorini, Y. (2020). Perilaku Ibu pada Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) di Kelurahan Pegirian. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.1-11>.
- Marlina, Y., & Erowati, D. (2021). Pengolahan MP ASI Berbasis Pangan Lokal di Desa Ranah Singkuang Kabupaten Kampar. *Logista: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2).
- Martina, S. E., Simanjuntak, E. Y., & Aryani, N. (2020). Pemberian Puding Jagung terhadap Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil, Bayi dan Anak-Anak di Dusun Tebing Ganjang. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 96–101.
- Pranita, R. F., Briawan, D., Ekayanti, I., & Triwinarto, A. (2023). Minimum Acceptable Diet and its Associated Factors among Children Aged 6–23 Months in Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 18(1), 1–10. <https://doi.org/10.25182/jgp.2023.18.1.1-10>.
- Suleman, R., Kandowanko, Y., & Abdul, A. (2019). Karakterisasi Morfologi dan Analisis Proksimat Jagung (*Zea mays*, L.) Varietas Momala Gorontalo. *Jambura Edu Biosfer Journal*, 1(2), 72–81.
- Suryani, K., Rini, M. T., Hardika, B. D., & Widiastari, N. K. (2023). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Stunting. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 6(1), 8–12. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v6i1.112>
- Tanzil, L., & Hafriani. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 25–31.
- UNICEF, WHO, & World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates. (2020). *Levels and trends in child malnutrition: Key findings of the 2020 Edition of the Joint Child Malnutrition Estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/jme-2020-edition>
- WHO. (2021). *Guiding Principles for Complementary Feeding of the Breastfed Child*.