Majalah Cendekia Mengabdi
Volume 4, Nomor 4, Halaman 367-372, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.2020
https://wpcpublisher.com/jurnal/index.php/majalahcendekiamengabdi

Optimalisasi Edukasi Pemberian Makanan Anak Usia 6-59 Bulan Melalui Inovasi Media "Buku Saku Ceria" Bagi Ibu Balita Di Desa Gudang Hirang

Buku Saku Ceria as an Educational Medium for Feeding Children Aged 6–59 Months in Gudang Hirang Village

Ika Friscila[1*], Aminatul Muthia Ahla[1], Laurensia Yunita[2]
[1]Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia
[2]Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia
*Korespondensi: ika.friscila@unism.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Pemberian makan yang sesuai usia merupakan bagian penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengkajian di Desa Gudang Hirang RT 03, wilayah kerja UPTD Puskesmas Sungai Tabuk I, menunjukkan bahwa sebagian ibu masih mengalami kesulitan memahami jenis dan tekstur makanan, porsi, frekuensi makan, variasi menu, serta penerapan Isi Piringku dan gizi seimbang. **Tujuan:** Kegiatan ini bertujuan mengoptimalkan edukasi pemberian makan anak usia 6–59 bulan melalui inovasi media Buku Saku Ceria. **Metode:** Kegiatan pengabdian menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif melalui identifikasi masalah, penyuluhan dengan PowerPoint dan buku saku, praktik penggunaan buku berdasarkan kelompok usia, demonstrasi memasak, diskusi, tanya jawab, serta evaluasi melalui observasi dan teach-back. **Hasil:** Kegiatan diikuti oleh 17 ibu yang memiliki anak usia 6–59 bulan. Sebagian besar peserta mengikuti kegiatan secara aktif dan mampu menjelaskan kembali pedoman pemberian makan sesuai kelompok usia, prinsip Isi Piringku, dan gizi seimbang, serta menggunakan buku saku untuk memilih contoh menu. Peserta juga mengikuti langkah sederhana dalam menyiapkan contoh menu sehat. Buku Saku Ceria dibagikan kepada peserta dan diserahkan kepada bidan desa serta kader Posyandu sebagai media edukasi berkelanjutan. **Simpulan:** Inovasi media Buku Saku Ceria dapat dimanfaatkan sebagai media pendamping untuk mengoptimalkan edukasi pemberian makan anak usia 6–59 bulan bagi ibu balita.

Kata kunci: Optimalisasi edukasi; Buku Saku Ceria; pemberian makan anak; ibu balita; edukasi gizi

ABSTRACT

Introduction: *Age-appropriate feeding is important for supporting children's growth and development. An assessment in Gudang Hirang Village RT 03, within the working area of Sungai Tabuk I Public Health Center, found that some mothers had difficulty understanding food types and textures, portion sizes, feeding frequency, menu variety, and the principles of Isi Piringku and balanced nutrition.* ***Objective:*** *This activity aimed to optimize feeding education for children aged 6–59 months through the Buku Saku Ceria media innovation.* ***Methods:*** *This community service activity used an educational-participatory approach involving problem identification, education using PowerPoint and the booklet, guided practice by age group, a cooking demonstration, discussion, question-and-answer sessions, and evaluation through observation and teach-back.* ***Results:*** *The activity involved 17 mothers of children aged 6–59 months. Most participants engaged actively and could explain feeding guidance by age group, the Isi Piringku principles, and balanced nutrition, and use the booklet to select menu examples. Participants also followed simple steps for preparing a healthy menu. The booklet was distributed to participants and provided to the village midwife and Posyandu cadres as an ongoing educational resource.* ***Conclusion:*** *The Buku Saku Ceria media innovation can be used as a supporting medium to optimize feeding education for mothers of children aged 6–59 months.*

Keywords: *Feeding education; Buku Saku Ceria; child feeding; mothers of young children; nutrition education*

PENDAHULUAN

Program stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang (SDIDTK) merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak melalui

Vol. 4, No. 4, Hal. 367-372, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.2020

pemantauan pertumbuhan, perkembangan, stimulasi, dan deteksi dini penyimpangan. Pemenuhan gizi sesuai usia merupakan bagian penting dalam mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kesehatan anak. Oleh karena itu, edukasi pemberian makan yang tepat perlu disampaikan melalui media yang mudah dipahami dan dapat digunakan kembali oleh ibu dalam praktik sehari-hari. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Berdasarkan hasil survei dan pengkajian di Desa Gudang Hirang RT 03, wilayah kerja UPTD Puskesmas Sungai Tabuk I, terdapat 29 balita yang menjadi sasaran. Identifikasi menunjukkan adanya kurangnya pemahaman ibu mengenai pemantauan tumbuh kembang, masih terdapat imunisasi yang belum lengkap, serta masalah status gizi atau stunting. Analisis prioritas menggunakan metode urgency, seriousness, growth, dan feasibility (USGF) menunjukkan bahwa pemahaman ibu mengenai pemberian makan balita sesuai kelompok usia perlu mendapat perhatian. Wawancara juga menunjukkan kesulitan dalam menentukan jenis dan tekstur makanan, porsi, frekuensi, variasi menu, serta penerapan Isi Piringku dan gizi seimbang.

Untuk menjawab kebutuhan tersebut, dikembangkan Buku Saku Ceria "Kreasi Menu Sehat untuk Anak Usia 6–59 Bulan" sebagai inovasi media edukasi yang ringkas dan dapat digunakan kembali. Buku saku memuat Pedoman Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA), panduan pemberian makan usia 6–8 bulan, 9–11 bulan, 12–23 bulan, dan 24–59 bulan, prinsip Isi Piringku, pesan gizi seimbang, pemberian makan responsif, serta contoh menu sehat dengan bahan yang mudah diperoleh. Kegiatan ini bertujuan mengoptimalkan edukasi dan mendukung pemahaman serta keterampilan ibu dalam memberikan makanan sesuai usia, sekaligus menyediakan media yang dapat digunakan di rumah, Posyandu, dan kegiatan SDIDTK (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

METODE

Kegiatan pengabdian dilaksanakan dengan pendekatan edukatif-partisipatif melalui empat tahap, yaitu identifikasi masalah, implementasi edukasi, penguatan edukasi, dan evaluasi. Identifikasi dilakukan melalui koordinasi dengan UPTD Puskesmas Sungai Tabuk I, bidan desa, dan kader Posyandu serta wawancara singkat mengenai kebutuhan informasi ibu terkait PMBA, pemberian makan sesuai usia, Isi Piringku, dan gizi seimbang. Optimalisasi edukasi dilakukan dengan memadukan penyampaian materi, penggunaan Buku Saku Ceria secara langsung, demonstrasi memasak, dan evaluasi pemahaman melalui tanya jawab serta teach-back (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Implementasi dilakukan pada Kamis, 27 Agustus 2026 pukul 09.00–11.45 WITA di Langgar Darul Mudjahidin RT 04, wilayah kerja UPTD Puskesmas Sungai Tabuk I Kabupaten Banjar. Sasaran kegiatan adalah ibu yang memiliki anak usia 6–59 bulan di Desa Gudang Hirang RT 03. Jumlah peserta yang hadir dan mengikuti kegiatan edukasi sebanyak 17 orang. Kegiatan meliputi penyuluhan menggunakan PowerPoint dan Buku Saku Ceria, praktik menggunakan buku berdasarkan kelompok usia anak, demonstrasi memasak contoh menu sehat, diskusi, tanya jawab, dan konseling singkat. Buku saku juga diserahkan kepada bidan desa dan kader Posyandu untuk pemanfaatan berkelanjutan.

Vol. 4, No. 4, Hal. 367-372, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.2020

Alat dan bahan yang digunakan meliputi PowerPoint, Buku Saku Ceria, serta bahan makanan untuk demonstrasi menu sehat. Evaluasi proses dilakukan melalui observasi terhadap kehadiran, keterlibatan, antusiasme, keaktifan bertanya, dan kemampuan peserta menggunakan buku. Evaluasi hasil dilakukan melalui tanya jawab, observasi, dan teach-back, dengan menilai kemampuan ibu menjelaskan pemberian makan sesuai usia, prinsip Isi Piringku dan gizi seimbang, memilih contoh menu, serta menemukan informasi yang diperlukan dalam buku saku (World Health Organization, 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan optimalisasi edukasi dilaksanakan sesuai tahapan yang direncanakan dan diikuti oleh 17 ibu yang memiliki anak usia 6–59 bulan, dengan pendampingan bidan desa, kader Posyandu, mahasiswa, dan pihak terkait. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan penggalian pemahaman awal mengenai jenis dan tekstur makanan, porsi, frekuensi, variasi menu, Isi Piringku, dan gizi seimbang. Selanjutnya, edukasi diberikan menggunakan PowerPoint dan Buku Saku Ceria sebagai media pendamping yang dapat digunakan peserta selama kegiatan maupun setelah kembali ke rumah.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan Edukasi dan Capaian Pelaksanaa

Tahapan Kegiatan	Pelaksanaan	Capaian
Penyuluhan	PMBA, kelompok usia, Isi Piringku, gizi seimbang, pemberian makan responsif	Peserta mengikuti materi dan diskusi
Praktik buku saku	Mencari panduan jenis, tekstur, porsi, frekuensi, dan menu	Peserta dapat menggunakan buku sesuai usia anak
Demonstrasi memasak	Pembuatan contoh menu sehat dan sederhana	Peserta memahami langkah pengolahan dan penyesuaian makanan
Evaluasi	Tanya jawab, konseling singkat, dan teach-back	Sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali materi utama



(a) (b)

Gambar 1. (a) Penyampaian edukasi buku SAKU. (b) Buku Saku Ceria

Pada praktik penggunaan buku saku, peserta didampingi untuk membuka bagian sesuai kelompok usia anak dan memahami jenis serta tekstur makanan, porsi, frekuensi, dan contoh menu. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar peserta terlibat aktif dalam membaca buku, mengikuti arahan, dan mengajukan pertanyaan. Hal ini menunjukkan bahwa Buku Saku Ceria dapat digunakan sebagai sumber informasi praktis selama kegiatan dan berpotensi menjadi bahan bacaan kembali setelah peserta berada di

Vol. 4, No. 4, Hal. 367-372, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.2020

rumah. Temuan ini didukung oleh penelitian Nurrika et al., (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemberian makanan pendamping ASI (MPASI), dengan rata-rata skor pengetahuan kelompok intervensi meningkat dari 50,5 sebelum edukasi menjadi 75,5 setelah edukasi. Hasil penelitian tersebut memperkuat alasan penggunaan media cetak sebagai pendamping penyuluhan gizi karena informasi dapat disajikan secara terstruktur dan dipelajari kembali oleh ibu. Meskipun demikian, berbeda dengan penelitian Nurrika et al., (2025) yang menggunakan pengukuran sebelum dan sesudah intervensi, evaluasi pada kegiatan ini masih berfokus pada observasi dan *teach-back*, sehingga belum dapat memastikan besarnya peningkatan pengetahuan peserta maupun penggunaan buku secara berkelanjutan di rumah.



(a) (b)

Gambar 2. (a) Persiapan bahan makanan untuk demonstrasi. (b) Kegiatan Demonstrasi

Hasil *teach-back* menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali pedoman pemberian makan sesuai kelompok usia, prinsip Isi Piringku, dan pesan gizi seimbang. Peserta juga mampu menggunakan Buku Saku Ceria untuk menemukan contoh menu dan memahami bahwa pemberian makanan perlu disesuaikan dengan usia, tekstur, dan kemampuan makan anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian Andriani et al., (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi menggunakan modul pemberian MPASI, baik dalam bentuk cetak maupun video, menghasilkan skor pengetahuan dan perilaku ibu yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu, Cheng et al., (2023) menemukan bahwa penggunaan metode *teach-back* dapat meningkatkan literasi kesehatan ibu dalam konteks perawatan pascapersalinan. Meskipun sasaran dan materi edukasinya berbeda, penelitian tersebut mendukung penggunaan *teach-back* untuk membantu mengevaluasi pemahaman peserta terhadap informasi kesehatan yang diberikan. Dengan demikian, kombinasi penyuluhan, praktik penggunaan buku saku, dan tanya jawab dalam kegiatan ini dapat membantu peserta memahami dan menjelaskan kembali materi utama selama edukasi. Materi yang disampaikan juga sesuai dengan pedoman World Health Organization, (2023), yang menganjurkan pemberian makanan pendamping mulai usia sekitar 6 bulan dengan penyesuaian tekstur, frekuensi, keragaman makanan, dan penerapan pemberian makan responsif. Namun, kemampuan peserta menjelaskan kembali materi belum dapat dijadikan bukti adanya perubahan perilaku pemberian makan dalam kehidupan sehari-hari.

Demonstrasi memasak menjadi bagian penting dalam kegiatan edukasi karena peserta tidak hanya memperoleh informasi mengenai pemberian makan anak secara teoritis, tetapi juga dapat mengamati secara langsung proses pengolahan makanan sehat

Vol. 4, No. 4, Hal. 367-372, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.2020

dan sederhana. Melalui kegiatan ini, peserta diperkenalkan pada tahapan penyiapan bahan dan penyesuaian makanan berdasarkan kelompok usia anak. Hasil kegiatan ini sejalan dengan pengabdian yang dilakukan Longgupa et al., (2024), yang memadukan penyuluhan, demonstrasi memasak, dan pembagian buku resep berbahan pangan lokal untuk meningkatkan pemahaman ibu mengenai pemberian makanan anak. Kegiatan tersebut melaporkan peningkatan pengetahuan peserta dari 23,6% sebelum intervensi menjadi 85,72% setelah intervensi. Penelitian Evawaty et al., (2025) juga menunjukkan bahwa edukasi melalui demonstrasi memasak berbahan pangan lokal dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu dalam pemberian MPASI, dengan hasil penilaian setelah intervensi yang lebih tinggi dibandingkan kelompok *emotional demonstration*. Kedua temuan tersebut memperkuat pentingnya menggabungkan penyampaian informasi dan contoh praktik langsung agar materi gizi lebih mudah diterapkan. Dalam kegiatan Buku Saku Ceria, demonstrasi memasak dapat menjadi sarana untuk memperjelas informasi mengenai PMBA, Isi Piringku, dan gizi seimbang. Namun, kegiatan ini belum mengevaluasi keterampilan peserta dalam menyiapkan menu secara mandiri maupun penerapan hasil edukasi di rumah.

Luaran utama kegiatan adalah Buku Saku Ceria "Kreasi Menu Sehat untuk Anak Usia 6–59 Bulan". Buku ini memuat PMBA, panduan kelompok usia, jenis dan tekstur makanan, porsi, frekuensi, contoh menu sehat dan bervariasi, Isi Piringku, gizi seimbang, serta tips pemberian makan responsif. Seluruh peserta memperoleh buku saku dan media yang sama juga diserahkan kepada bidan desa serta kader Posyandu agar dapat digunakan dalam Posyandu, SDIDTK, penyuluhan dan konseling (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2021) .

SIMPULAN

Optimalisasi edukasi pemberian makan anak usia 6–59 bulan dilakukan melalui penggunaan inovasi media Buku Saku Ceria yang dipadukan dengan penyuluhan, praktik penggunaan buku, demonstrasi memasak, diskusi, tanya jawab, dan teach-back. Sebagian besar peserta terlibat aktif serta mampu menjelaskan kembali materi utama dan menggunakan buku untuk menemukan contoh menu sesuai kelompok usia anak. Buku Saku Ceria dapat dimanfaatkan sebagai media pendamping edukasi berkelanjutan oleh ibu, bidan desa, dan kader Posyandu. Evaluasi yang dilakukan menunjukkan capaian proses dan pemahaman peserta selama kegiatan, tetapi belum dapat memastikan perubahan pengetahuan jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada UPTD Puskesmas Sungai Tabuk I, bidan desa, kader Posyandu Desa Gudang Hirang RT 03, peserta kegiatan, serta Universitas Sari Mulia Banjarmasin yang telah mendukung pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dan pengembangan Buku Saku Ceria.

REFERENSI

Andriani, R., Supriyatno, B., Kekalih, A., Gunardi, H., Timan, I. S., Syafiq, A., Lanang, S. I. G., & Damaryanti, S. R. (2025). Educational intervention using the Complementary Feeding Practice Module on maternal knowledge and behavior.

Vol. 4, No. 4, Hal. 367-372, November 2026
DOI: 10.63004/mcm.v4i4.2020

Paediatrica Indonesiana, *65*(1), 71–77. https://doi.org/10.14238/pi65.1.2025.71-7

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2021). *Panduan Pelaksanaan Pendampingan Keluarga dalam Upaya Percepatan Penurunan Stunting di Tingkat Desa/Kelurahan*. https://doi.org/https://stunting.go.id/panduan-pelaksanaan-pendampingan-keluarga-dalam-upaya-percepatan-penurunan-stunting-di-tingkat-desa-kelurahan/

Cheng, G. Z., Chen, A., Xin, Y., & Ni, Q. Q. (2023). Using the teach-back method to improve postpartum maternal-infant health among women with limited maternal health literacy: a randomized controlled study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, *23*(13), 1–14. https://doi.org/10.1186/s12884-022-05302-w

Evawaty, Harli, K., Adhisty, W. A., Fauziah, Nurwahita, & Immawanti. (2025). Enhacing Maternal Competence In Preventing Stunting Through Local Food-Based Complementary Feeding: A Quasi- Experimental Study In West Sulawesi, Indonesia. *Jurnal Kesehatan Manarang*, *11*(2), 201–213. https://doi.org/10.33490/jkm.v11i2.2024

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman pemberian makan bayi dan anak (PMBA)*. https://doi.org/https://www.rsudkotamakassar.or.id/wp-content/uploads/2025/02/107.-Pedoman-Pemberian-Makan-Bayi-dan-Anak.pdf

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022a). *Pedoman Pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang anak (SDIDTK) di tingkat pelayanan kesehatan dasar*. https://doi.org/https://apgpaud.org/wp-content/uploads/2023/02/BUKU-PEDOMAN-SDIDTK-revisi-23082022.pdf

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022b). *Selamatkan Generasi dari Stunting*. https://doi.org/https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/166563407363478f1969ff72.95138222.pdf

Longgupa, L. W., Noya, F., Sitorus, S. B. M., & Kuswanti, F. (2024). Empowering mothers of children under two to prevent stunting through a healthy kitchen. *Community Empowerment*, *9*(11), 1628–1634. https://doi.org/10.31603/ce.12105

Nurrika, D., Nofita, R., Septiyani, R. A., Febriyanti, H., & Sabarguna, B. (2025). Effect of A Booklet Media on Increasing the Knowledge of Complementary Feeding among Mothers in South Tangerang , Indonesia. *Journal Of Nursing Practice*, *9*(1), 145–153. https://doi.org/10.30994/jnp.v9i1.914

World Health Organization. (2023). *WHO guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age*. https://doi.org/https://www.who.int/publications/i/item/9789240081864

World Health Organization. (2025). *Infant and young child feeding Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals Second edition*. https://doi.org/https://www.who.int/publications/i/item/9789240113732

This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 license.