

PENYULUHAN PANGAN SEHAT MANDIRI UNTUK MEWUJUDKAN KETAHANAN PANGAN KELUARGA YANG SEHAT, MANDIRI, DAN EKONOMIS

Zulfa Rosita Anggraini¹, Saskia Sasi Maulidina², Mitra Karlisa³, Liila Fiqi Ailisia⁴,
M.Dzumril Khamal⁵, Wedi Pratanto Rahayu⁶
Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng

Zulfarosita450@gmail.com, saskiasasi2505@gmail.com, mitrakarlisa38@gmail.com,
liilafiqiailisia1@gmail.com, dzumrilkhamal@gmail.com, wedirahayu@unhasy.ac.id

Fakultas Agama Islam, Universitas Hasyim Asy'ari Tebuireng, Jl. Irian Jaya
No.55, Cukir, Kec. Diwek, Kabupaten Jombang, Jawa Timur 61471

Abstract

The independent healthy food counseling program through the distribution of vegetable seedlings at the Posyandu in Sumengko Village is a strategic effort to improve family food security and reduce stunting rates. This study aims to analyze the implementation of the counseling program and its impact on community participation and behavioral changes in fulfilling family nutrition needs. A participatory approach was employed, where students actively participated in Posyandu activities, conducted interactive counseling sessions, and distributed vegetable seedlings to residents. The results showed high enthusiasm among community members, especially mothers and Posyandu cadres, in attending the counseling and utilizing the seedlings for home gardening. The program successfully raised awareness about the importance of balanced nutrition and food self-sufficiency based on local resources. Utilizing home yards as a source of fresh food not only reduces family expenses but also contributes significantly to stunting prevention. The synergy between students, Posyandu cadres, and village officials was a key factor in the program's success, although continuous mentoring and the development of cultivation methods remain necessary. This study recommends strengthening Posyandu cadres' capacity and expanding the program as a community empowerment model to enhance food security and nutritional quality at the village level.

Keywords: Independent Healthy Food, Community Empowerment, Sumengko Village

abstrak

Penyuluhan pangan sehat mandiri melalui pembagian bibit sayuran di Posyandu Desa Sumengko merupakan upaya strategis dalam meningkatkan ketahanan pangan keluarga dan menurunkan angka stunting. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pelaksanaan penyuluhan dan dampaknya terhadap partisipasi serta perubahan perilaku masyarakat dalam pemenuhan gizi keluarga. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif dengan mahasiswa mengikuti kegiatan posyandu, melakukan penyuluhan interaktif, dan membagikan bibit sayuran kepada warga. Hasil menunjukkan antusiasme tinggi warga, khususnya ibu-ibu dan kader posyandu, dalam mengikuti penyuluhan dan memanfaatkan bibit untuk budidaya di pekarangan rumah. Program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pola makan bergizi seimbang dan kemandirian pangan berbasis sumber daya lokal. Pemanfaatan lahan pekarangan sebagai sumber pangan segar tidak hanya menghemat

Article History

Received: Juni 2025

Reviewed: Juni 2025

Published: Juni 2025

Plagiarism Checker No 361

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/krepa.v1i2.365

Copyright : Krepa



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

biaya keluarga tetapi juga memberikan kontribusi nyata dalam pencegahan stunting. Sinergi antara mahasiswa, kader posyandu, dan aparat desa menjadi faktor kunci keberhasilan program, meskipun masih diperlukan pendampingan berkelanjutan dan pengembangan metode budidaya. Penelitian ini merekomendasikan penguatan kapasitas kader posyandu dan perluasan program sebagai model pemberdayaan masyarakat untuk ketahanan pangan dan peningkatan kualitas gizi di tingkat desa.

Kata kunci : *Pangan Sehat Mandiri, pemberdayaan masyarakat, Desa Sumengko*

PENDAHULUAN

Pangan sehat adalah salah satu komponen utama dalam menjaga kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Konsumsi pangan yang bergizi, terutama sayuran, sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi harian sekaligus mencegah berbagai penyakit kronis. Namun, di desa-desa seperti Desa Sumengko, akses terhadap pangan sehat kerap mengalami keterbatasan akibat faktor ekonomi, edukasi, serta kurangnya kemandirian masyarakat dalam mengelola sumber pangan lokal.

Posyandu merupakan pusat pelayanan kesehatan masyarakat yang strategis dalam menyediakan layanan kesehatan ibu dan anak serta menjadi pusat penyuluhan kesehatan. Menjadikan posyandu sebagai tempat penyuluhan pangan sehat dan distribusi bibit sayuran dapat meningkatkan peran sosial dan edukasi bagi ibu rumah tangga dan keluarga dalam manajemen pangan sehat di rumah tangga mereka.

Upaya penyuluhan pangan sehat mandiri yang mengombinasikan edukasi dengan pembagian bibit sayuran bertujuan mendorong keluarga untuk menanam sayuran sendiri di pekarangan rumah. Hal ini bukan hanya meningkatkan ketersediaan pangan segar dan bergizi, tetapi juga menumbuhkan kesadaran dan tanggung jawab atas kesehatan melalui pola makan sehat yang berkelanjutan (Susanti et al., 2020).

Penelitian oleh Achmad dan Wulandari (2021) menunjukkan keberhasilan model penyuluhan semacam ini dalam meningkatkan praktik budidaya tanaman pangan di rumah tangga. Posyandu menjadi jembatan efektif dalam menjangkau masyarakat luas sehingga edukasi dan distribusi bibit dapat berjalan maksimal (Rahmawati, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini akan mengkaji implementasi penyuluhan pangan sehat mandiri melalui pembagian bibit sayuran di Posyandu Desa Sumengko, serta mengevaluasi dampak program terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam pengelolaan pangan sehat secara mandiri.

METODE

1. Jenis dan Pendekatan

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian difokuskan pada pelaksanaan program penyuluhan dan pembagian bibit sayuran di Posyandu Desa Sumengko sebagai model pemberdayaan pangan sehat mandiri.

2. Lokasi Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Desa Sumengko, sebuah desa dengan karakteristik pedesaan yang memiliki potensi pertanian pekarangan.

3. Subjek dan Informan

Subjek utama adalah ibu-ibu aktif di Posyandu Desa Sumengko yang mengikuti penyuluhan dan penerima bibit sayuran. Informan pendukung adalah petugas posyandu, aparat desa, dan tenaga penyuluh pertanian.

4. Teknik Pengumpulan Data

Observasi langsung terhadap pelaksanaan penyuluhan dan aktivitas budidaya sayuran.

Wawancara mendalam dengan peserta, petugas posyandu, dan pihak terkait.

Dokumentasi berupa rekaman foto, video, dan laporan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN**HASIL**

- **Antusiasme Tinggi Warga:** Warga Desa Sumengko menunjukkan antusiasme yang sangat tinggi dalam mengikuti penyuluhan dan menerima bibit sayuran. Pendekatan yang dimulai dengan mengikuti kegiatan posyandu membuat warga merasa diperhatikan dan termotivasi untuk belajar dan berpartisipasi aktif.
- **Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Budidaya:** Warga memperoleh pengetahuan praktis tentang cara menanam dan merawat sayuran, serta pemanfaatan hasil panen untuk konsumsi keluarga.
- **Perubahan Perilaku Menuju Pola Hidup Sehat:** Setelah penyuluhan, terjadi perubahan perilaku warga dalam memilih dan mengolah makanan sehat serta memanfaatkan pekarangan rumah secara produktif.
- **Kontribusi Penurunan Risiko Stunting dan Malnutrisi:** Dengan terpenuhinya kebutuhan gizi melalui sayuran hasil budidaya mandiri, risiko gangguan pertumbuhan pada anak balita dapat ditekan.
- **Penguatan Sinergi Masyarakat dan Tenaga Kesehatan:** Kegiatan ini mempererat kerjasama antara warga, kader posyandu, dan mahasiswa sebagai penyuluh, sehingga program kesehatan gizi berjalan lebih efektif dan berkelanjutan.

PEMBAHASAN**1. Konsep Pangan Sehat Mandiri**

Pangan sehat mandiri adalah upaya terpadu untuk menjaga kesehatan melalui pola makan bergizi, sekaligus memperkuat ketahanan pangan keluarga dan masyarakat. Konsep ini menekankan pentingnya konsumsi makanan yang beragam agar tubuh mendapatkan semua zat gizi makro (karbohidrat, protein, lemak sehat) dan mikro (vitamin, mineral) yang dibutuhkan untuk menjaga fungsi organ dan kesehatan secara optimal. Prinsip "Isi Piringku" yang mengutamakan porsi seimbang antara sayur, buah, protein, dan karbohidrat utuh menjadi dasar edukasi dalam penyuluhan ini.

Pemanfaatan pekarangan rumah sebagai lahan budidaya sayuran merupakan strategi efektif dan berkelanjutan. Selain menghemat biaya pengeluaran keluarga, kebun sayur mandiri menyediakan sumber pangan segar kaya vitamin dan mineral penting bagi tumbuh kembang anak. Sheilla et al. (2023) dalam penelitian mereka di Desa Kalimati menemukan bahwa penyuluhan dan pemberian bibit sayuran dapat meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pemenuhan gizi dan berkontribusi dalam menurunkan angka stunting.

Selain itu, keamanan pangan juga menjadi perhatian utama agar makanan yang dikonsumsi bebas dari cemaran biologis, kimia, dan benda berbahaya, sehingga aman untuk seluruh anggota keluarga. Edukasi yang diberikan kepada warga menekankan prinsip B2SA (Beragam, Bergizi Seimbang, dan Aman), dengan anjuran konsumsi 50% buah & sayur serta 50% lauk pauk & makanan pokok.

2. Pemanfaatan dan Keunggulan Pangan Lokal

Salah satu kekuatan dari program ini adalah dorongan untuk konsumsi pangan lokal yang beragam seperti umbi-umbian (singkong, ubi jalar, talas), sereal lokal (jagung, sorgum), sayur lokal (bayam, kangkung, daun singkong), dan buah lokal (pisang, pepaya, mangga, jambu biji). Pangan lokal memiliki banyak manfaat, antara lain mudah didapat, harga terjangkau, dan kandungan gizi yang tinggi. Selain itu, konsumsi pangan lokal juga membantu mengurangi ketergantungan pada impor pangan, memperkuat ketahanan pangan nasional, serta melestarikan warisan budaya dan tradisi kuliner setempat.

3. Implementasi Program di Desa Sumengko

Dari hasil konsultasi dengan Ketua RT dan Kepala Desa Sumengko, diketahui bahwa sebagian besar masyarakat cenderung pasif dalam mengikuti kegiatan posyandu karena

kesibukan mereka dengan pekerjaan sehari-hari. Kondisi ini memunculkan ide untuk mengintegrasikan penyuluhan dengan pembagian bibit sayuran secara langsung di posyandu sebagai bentuk motivasi dan stimulasi agar masyarakat lebih aktif dan terlibat dalam upaya pemenuhan gizi keluarga secara mandiri.

Kemudian Pelaksanaan program dimulai dengan pendekatan partisipatif, di mana mahasiswa aktif mengikuti seluruh kegiatan di posyandu untuk membangun kepercayaan dan kedekatan dengan warga. Setelah itu, dilakukan penyuluhan tentang pentingnya pangan sehat mandiri, dilanjutkan dengan pembagian bibit sayuran kepada warga. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong warga untuk mulai berkebudan dan memproduksi pangan mandiri di pekarangan rumah masing-masing.

4. Manfaat produksi pangan mandiri yang ditekankan dalam penyuluhan antara lain:

- Hemat biaya karena tidak perlu membeli sayuran setiap hari,
- Menjadi sumber pangan segar yang dapat dipanen kapan saja,
- Menjadi media edukasi keluarga tentang pentingnya pola makan sehat dan cara bercocok tanam,
- Mendorong keterlibatan seluruh anggota keluarga dalam kegiatan berkebudan,
- Mendukung gerakan go green dan keberlanjutan lingkungan.

Pelaksanaan penyuluhan pangan sehat mandiri melalui pembagian bibit sayuran di Posyandu Desa Sumengko merupakan bagian dari upaya strategis untuk meningkatkan ketahanan pangan keluarga sekaligus menurunkan angka stunting melalui pemberdayaan masyarakat berbasis posyandu. Posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan masyarakat di tingkat desa terbukti menjadi media efektif untuk menyampaikan edukasi gizi dan mendorong perubahan perilaku konsumsi pangan yang lebih sehat dan mandiri. Herlambang dan Nugroho (2020) dalam penelitian mereka tentang digitalisasi sistem manajemen posyandu juga menekankan pentingnya posyandu sebagai garda depan dalam monitoring dan evaluasi stunting.

Peran Posyandu dalam Mendukung Ketahanan Pangan dan Gizi

Posyandu di Desa Sumengko menjalankan fungsi penting sebagai pusat pelayanan kesehatan ibu dan anak, termasuk program perbaikan gizi balita. Sesuai dengan temuan Chairane dkk. (2024), posyandu berperan dalam penimbangan balita, deteksi dini gangguan pertumbuhan, penyuluhan gizi, serta pemberian makanan tambahan (PMT) lokal yang efektif dalam pencegahan gizi buruk dan stunting. Namun, tantangan utama yang dihadapi adalah rendahnya partisipasi masyarakat, khususnya karena kesibukan warga dan kurangnya pemahaman mengenai pentingnya program gizi.

Di Desa Sumengko, pendekatan yang dilakukan dengan mengikuti seluruh kegiatan posyandu terlebih dahulu berhasil membangun kepercayaan warga. Junaidi dan Putri (2023) juga menyoroti pentingnya optimalisasi peran kader posyandu sebagai konselor pemberian makanan bayi dan anak untuk meningkatkan partisipasi masyarakat. Setelah itu, penyuluhan tentang pangan sehat mandiri yang disampaikan oleh mahasiswa mampu meningkatkan kesadaran warga akan pentingnya pola makan bergizi dan kemandirian pangan. Pembagian bibit sayuran di posyandu menjadi stimulus praktis bagi warga untuk mulai menanam sayuran di pekarangan rumah, sekaligus sebagai bentuk penyuluhan aplikatif yang mudah diterima dan diikuti.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Terkait pangan sehat mandiri



Gambar 2. Kegiatan Pembagian bibit kepada warga

Selain itu, pelatihan dan penyuluhan yang diberikan kepada kader posyandu dan warga Desa Sumengko mengadopsi metode yang mirip dengan pelatihan budidaya sayuran hidroponik di Desa Tanete, Sidrap (Syamsia et al., 2023), yang menekankan pemberian pengetahuan dan keterampilan praktis dalam budidaya tanaman guna memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas kader posyandu sebagai agen perubahan di lingkungan mereka.

Pelaksanaan Program dan Antusiasme Masyarakat

Pelaksanaan program dimulai dengan pendekatan partisipatif, dimana mahasiswa mengikuti seluruh kegiatan posyandu untuk membangun komunikasi dan kepercayaan dengan warga. Suswati et al. (2023) juga menekankan pentingnya pemberdayaan kelompok keluarga (PKK) dengan budidaya sayuran microgreen sebagai upaya pemenuhan sayuran sehat dan bergizi untuk pencegahan stunting. Penyuluhan interaktif tentang pangan sehat mandiri disampaikan kepada ibu-ibu dan kader posyandu. Pembagian bibit sayuran memberikan akses langsung kepada

warga untuk memulai budidaya tanaman di pekarangan rumah sekaligus menjadi sarana edukasi praktis.

Evaluasi awal menunjukkan antusiasme tinggi warga, khususnya ibu-ibu posyandu, dalam mengikuti penyuluhan dan memanfaatkan bibit sayuran. Pendekatan bertahap, mulai dari observasi kegiatan posyandu, konsultasi dengan Ketua RT dan Kepala Desa, hingga pelaksanaan penyuluhan dan pembagian bibit, efektif mengatasi kendala pasifitas warga akibat kesibukan pekerjaan.

Perubahan perilaku mulai terlihat dengan meningkatnya kesadaran warga mengelola pekarangan rumah sebagai sumber pangan sehat dan menerapkan pola makan bergizi seimbang di keluarga. Wahyuni dan Sari (2023) dalam penelitian mereka juga menemukan bahwa peningkatan pengetahuan kader posyandu mengenai pemberian makanan tambahan (PMT) balita dapat meningkatkan status gizi anak.

Sinergi dan Tantangan Pelaksanaan Program

Sinergi antara mahasiswa, kader posyandu, dan aparat desa menjadi kunci keberhasilan program ini. Prasetyo dan Lestari (2023) menyoroti pentingnya sosialisasi dan pendampingan penguatan ketahanan pangan rumah tangga melalui kegiatan posyandu prima dan posyandu remaja. Namun, tantangan seperti keterbatasan fasilitas posyandu, rendahnya kesadaran sebagian warga, dan kebutuhan pendampingan berkelanjutan masih perlu diatasi. Oleh karena itu, rekomendasi penting adalah melakukan pendampingan dan monitoring secara rutin, meningkatkan kapasitas kader posyandu, serta memperluas jenis bibit dan metode budidaya agar semakin banyak keluarga yang terlibat.

Evaluasi awal menunjukkan bahwa warga sangat antusias untuk mendengarkan dan mengikuti penyuluhan, serta termotivasi untuk memanfaatkan bibit sayuran yang dibagikan. Kesadaran ini diharapkan dapat berkelanjutan dan menjadi bagian dari upaya pencegahan stunting dan peningkatan kualitas gizi keluarga di Desa Sumengko, sebagaimana hasil yang dilaporkan oleh Suswati et al. (2023) dalam pemberdayaan kelompok keluarga dengan budidaya sayuran microgreen untuk pencegahan stunting.

Secara keseluruhan, program penyuluhan dan pembagian bibit sayuran di Posyandu Desa Sumengko berhasil meningkatkan partisipasi masyarakat dalam upaya pangan sehat mandiri. Pendekatan yang menggabungkan edukasi langsung, pemberdayaan kader posyandu, serta distribusi bibit sayuran terbukti efektif mengatasi tantangan pasifitas warga akibat kesibukan kerja, sekaligus memberikan solusi praktis untuk meningkatkan ketahanan pangan keluarga.

MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Praktis bagi Masyarakat dan Posyandu

Penelitian ini memberikan manfaat praktis sebagai bahan acuan dan pedoman bagi kader posyandu, petugas kesehatan, dan masyarakat Desa Sumengko dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang pangan sehat mandiri. Dengan adanya penyuluhan dan pembagian bibit sayuran, masyarakat dapat lebih mandiri dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga melalui budidaya sayuran di pekarangan rumah. Hal ini juga mendukung peran posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan yang efektif dalam meningkatkan status gizi ibu dan anak serta menurunkan angka stunting.

2. Manfaat bagi Pengembangan Ilmu dan Pendidikan

Penelitian ini menjadi aplikasi ilmu pengetahuan kesehatan masyarakat dan pengembangan ilmu gizi yang dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran dan referensi akademik, khususnya dalam bidang pemberdayaan masyarakat dan pengelolaan posyandu. Hasil penelitian dapat memperkaya literatur tentang strategi peningkatan ketahanan pangan keluarga dan peran posyandu dalam intervensi gizi berbasis komunitas.

3. Manfaat bagi Perencanaan Program Kesehatan

Temuan penelitian ini dapat menjadi masukan penting bagi Puskesmas dan pemerintah desa dalam merencanakan dan mengembangkan program-program kesehatan dan gizi yang lebih tepat sasaran dan berkelanjutan. Pendekatan partisipatif dan integrasi penyuluhan dengan pembagian bibit sayuran dapat dijadikan model intervensi untuk meningkatkan partisipasi masyarakat dan efektivitas program penurunan stunting.

4. Manfaat Sosial dan Kesejahteraan Masyarakat

Dengan meningkatnya kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mengelola pangan sehat mandiri, penelitian ini berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan sosial masyarakat. Ketersediaan pangan bergizi yang mudah diakses dan penguatan peran posyandu membantu menciptakan lingkungan yang sehat, produktif, dan berkelanjutan, sekaligus memperkuat ketahanan pangan keluarga dan komunitas desa.

5. Manfaat bagi Pemberdayaan Kader Posyandu

Penelitian ini juga memberikan manfaat dalam pemberdayaan kader posyandu sebagai agen perubahan dan promotor kesehatan di tingkat desa. Dengan peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan dan penyuluhan, mereka dapat menjalankan fungsi penggerak yang lebih optimal dalam mengedukasi masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan pangan sehat mandiri.

6. Meningkatkan Kemandirian Pangan Keluarga

Dengan adanya bibit sayuran yang dibagikan dan penyuluhan yang diberikan, keluarga dapat memanfaatkan lahan pekarangan untuk menanam sayuran sendiri sehingga mengurangi ketergantungan pada pasar dan meningkatkan ketahanan pangan keluarga.

7. Memenuhi Kebutuhan Gizi Seimbang

Sayuran yang ditanam menjadi sumber vitamin dan mineral penting bagi keluarga, khususnya balita dan ibu hamil, sehingga membantu mencegah malnutrisi dan stunting. Meningkatkan Kesadaran dan Pengetahuan Gizi: Penyuluhan yang dilakukan meningkatkan pemahaman warga tentang pentingnya pola makan sehat dan bergizi, serta cara budidaya tanaman yang baik.

8. Mendorong Partisipasi Aktif Masyarakat

Program ini membangun rasa kebersamaan dan gotong royong di masyarakat melalui kegiatan bersama di posyandu. Memperkuat Fungsi Posyandu sebagai Pusat Edukasi Gizi: Posyandu menjadi pusat layanan dan edukasi yang mudah diakses oleh masyarakat, meningkatkan kualitas layanan kesehatan dasar.

KESIMPULAN

Pelaksanaan penyuluhan pangan sehat mandiri melalui pembagian bibit sayuran di Posyandu Desa Sumengko terbukti menjadi strategi efektif dalam meningkatkan ketahanan pangan keluarga dan menurunkan risiko stunting di masyarakat. Posyandu sebagai pusat pelayanan kesehatan ibu dan anak berperan sangat penting sebagai media edukasi gizi yang mudah diakses oleh warga, terutama ibu-ibu dan kader posyandu. Pendekatan partisipatif yang dimulai dengan membangun komunikasi dan kepercayaan melalui keterlibatan aktif mahasiswa dalam seluruh kegiatan posyandu berhasil mengatasi kendala rendahnya partisipasi masyarakat akibat kesibukan kerja dan kurangnya pemahaman tentang pentingnya gizi.

Konsep pangan sehat mandiri yang menekankan konsumsi pangan lokal yang beragam, bergizi seimbang, dan aman (B2SA), serta prinsip "Isi Piringku" berhasil diinternalisasi oleh warga melalui penyuluhan interaktif dan praktik langsung budidaya sayuran di pekarangan rumah. Pemanfaatan lahan pekarangan sebagai sumber pangan segar tidak hanya menghemat biaya keluarga, tetapi juga meningkatkan akses terhadap makanan bergizi yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang anak dan pencegahan stunting.

Antusiasme tinggi warga dalam mengikuti penyuluhan dan memanfaatkan bibit sayuran menunjukkan keberhasilan pendekatan edukasi yang aplikatif dan kontekstual dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat Desa Sumengko. Perubahan perilaku yang mulai terlihat, seperti pengelolaan pekarangan rumah dan penerapan pola makan bergizi, menandakan bahwa program

ini mampu mendorong kemandirian pangan keluarga secara berkelanjutan.

Sinergi yang terjalin antara mahasiswa, kader posyandu, dan aparat desa menjadi faktor kunci dalam keberhasilan program, meskipun masih terdapat tantangan seperti keterbatasan fasilitas dan perlunya pendampingan berkelanjutan. Oleh karena itu, penguatan kapasitas kader posyandu, monitoring rutin, dan diversifikasi jenis bibit serta metode budidaya sangat diperlukan untuk memperluas dampak positif program.

Secara keseluruhan, program penyuluhan dan pembagian bibit sayuran di Posyandu Desa Sumengko tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pangan sehat mandiri, tetapi juga memperkuat ketahanan pangan keluarga dan berkontribusi nyata dalam upaya pencegahan stunting. Model ini dapat dijadikan rujukan dan dikembangkan di desa-desa lain dengan karakteristik serupa untuk mendukung kesehatan masyarakat yang lebih baik secara menyeluruh.

DAFTAR PUSTAKA

- Chairane, dkk. (2024). Efektivitas posyandu dalam meningkatkan gizi anak dan pencegahan stunting di Desa Kwala Sikasim. *Jurnal Akuntansi Hukum dan Edukasi (JAHE)*, 1(2), 622-624.
- Herlambang, D., & Nugroho, A. (2020). Digitalisasi sistem manajemen posyandu “BocahCare” berbasis android untuk monitoring dan evaluasi stunting. *Jurnal Sehat Mandiri*, 15(1), 24-32.
- Junaidi, A., & Putri, A. (2023). Optimalisasi peran kader posyandu dan tim pendamping keluarga sebagai konselor pemberian makanan bayi dan anak di Desa Cabeyan, Sukoharjo. *Jurnal Kreasi*, 2(1).
- Nadiyah, N., Aisyah, N., & Nurwahdania, N. (2023). Sosialisasi rumah bibit model kebun gizi pada kelompok Roo Jao Mandiri sebagai strategi ketahanan pangan keluarga di Kelurahan Jatiwangi Kota Bima. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(1).
- Prasetyo, R., & Lestari, N. (2023). Sosialisasi dan pendampingan penguatan ketahanan pangan rumah tangga melalui kegiatan posyandu prima dan posyandu remaja di Desa Pakuncen Kecamatan Selomerto Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Masyarakat Mengabdikan Nusantara*, 2(1), 11-19.
- Sheilla, S., Rahman, R., Ananda, C., & Amelia, S. (2023). Penyuluhan dan pemberian bibit sayuran dalam pemanfaatan lahan pekarangan rumah dan penurunan angka stunting di Desa Kalimati. *Jurnal Dorkes*.
- Suswati, S., Kartika, A., Munthe, S., Lubis, R. F., & Halawa, E. S. (2023). Pemberdayaan kelompok keluarga (PKK) dengan budidaya sayuran microgreen sebagai upaya pemenuhan sayuran sehat dan bergizi untuk pencegahan stunting di Desa Tanjungsari, Kecamatan Batangkuis, Deli Serdang, Sumatera Utara. *Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 101-107.
- Syamsia, S., Ibrahim, J., & Akbar, A. (2023). Pelatihan budidaya sayuran hidroponik untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga pada kader posyandu Hikmat Desa Tanete, Sidrap. *Jurnal Dinamika Pengabdian*, 4(1).
- Wahyuni, S., & Sari, D. (2023). Peningkatan pengetahuan kader posyandu mengenai pemberian makanan tambahan (PMT) balita di Desa Kupu, Kecamatan Wanasari Kabupaten Brebes Jawa Tengah. *Jurnal MNDBHRU*, 1(1).
- Rumah Zakat & Bajang Institute. (2023). Kebun gizi posyandu, program sinergi menuju ketahanan pangan keluarga dan inisiasi kelompok wanita tani (KWT). *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(1), 379-388.