

Optimalisasi Pengolahan Menu Makanan Sehat untuk Pemenuhan Gizi Anak Pra Sekolah dengan Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal

Optimizing Healthy Food Menu Processing to Meet the Nutritional Needs of Preschool Children by Utilizing Local Food Ingredients

Annisa Fitri Rahmadini¹, Rindasari Munir², Imas Nurjanah³, Nurul Amaliyah⁴, Riski Septiani⁵

¹⁻⁵Akademi Kebidanan Prima Husada, Indonesia

*Penulis korespondensi: diniensuwasa@gmail.com¹

Riwayat artikel:

Naskah Masuk: 23 September, 2025;

Revisi: 07 Oktober, 2025

Diterima: 27 Oktober, 2025;

Terbit: 03 November, 2025;

Keywords: *Balanced Nutrition; Healthy Food Menu; Kindergarten; Local Food Ingredients; Preschool Nutrition*

Abstract. *Improving the nutritional quality of early childhood plays a very important role in supporting optimal growth and development, especially in the Bogor City area which still faces stunting problems. This activity aims to increase the understanding of kindergarten teachers and parents about the importance of balanced nutrition and the use of local food ingredients as well as serving healthy and attractive food. Seminars and workshops have been carried out, covering balanced nutrition materials, cooking techniques and serving healthy food menus, and the use of local food ingredients. In addition, the application of technology is carried out through mass media, YouTube, the Healthy Child Menu (MAS) booklet and the e-Mas application to disseminate information about the importance of balanced nutrition. Evaluation of this community service activity was carried out through pretests and posttests which showed a significant increase in participant knowledge, with a $T = -3.500$ and $p \text{ value} = 0.000$, meaning there is an influence of knowledge about processing healthy food menus to fulfil the nutritional needs of pre-school children. This community service activity is expected to reduce the number of malnutrition in early childhood and encourage parents to use local food ingredients as an effort to maintain children's health in kindergarten.*

Abstrak

Peningkatan kualitas gizi anak usia dini memiliki peranan yang sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang secara optimal, terutama di wilayah Kota Bogor yang masih menghadapi permasalahan stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman guru TK dan orangtua tentang pentingnya gizi seimbang dan pemanfaatan bahan pangan lokal serta penyajian makanan sehat dan menarik. Kegiatan seminar dan lokakarya telah dilaksanakan, meliputi materi gizi seimbang, teknik memasak dan menyajikan menu makanan sehat, serta pemanfaatan bahan pangan lokal. Selain itu, penerapan teknologi dilakukan melalui media massa, youtube, booklet Menu Anak Sehat (MAS) dan aplikasi e-Mas untuk menyebarkan informasi pentingnya gizi seimbang. Evaluasi kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta secara signifikan, dengan diperoleh nilai $t = -3.500$ dan $p \text{ value} = 0.000$, artinya ada pengaruh pengetahuan tentang pengolahan menu makanan sehat untuk pemenuhan gizi anak pra sekolah. Kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat mengurangi angka kekurangan gizi pada anak usia dini dan mendorong orangtua untuk menggunakan bahan pangan lokal sebagai upaya keberlanjutan kesehatan anak di TK.

Kata kunci: Bahan pangan lokal; Gizi anak pra sekolah; Gizi seimbang; Menu makanan sehat; TK

1. PENDAHULUAN

Masalah stunting di Indonesia termasuk masalah kesehatan masyarakat karena prevalensi stunting melebihi 20%(De Onis et al., 2019). Prevalensi anak stunting selama tiga

tahun berturut-turut dari tahun 2021 sampai dengan tahun 2023 di Indonesia sebesar 24.4%, 21.6% (Kementerian Kesehatan RI, 2023), dan 21.5% (Kementerian Kesehatan RI, 2023), dan 21.5%(Indonesia, 2023). Pemerintah menargetkan penurunan prevalensi stunting sebesar 14.0% pada tahun 2024. Upaya mencapai target tersebut diantaranya adalah dengan kerjasama lintas sektor di tingkat pusat maupun daerah. Sasaran intervensi penurunan stunting adalah remaja, calon pengantin, ibu hamil, ibu menyusui, dan anak balita usia 0-59 bulan (Presiden Republik Indonesia, n.d.).

Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan Panjang atau tinggi badannya di bawah standard(Presiden Republik Indonesia, n.d.). Pemenuhan asupan gizi yang cukup selama 1.000 hari pertama kehidupan (1.000 HPK), masa kehamilan, dan tahun-tahun awal kehidupan anak sangat penting bagi kesehatan anak di masa depan (Likhar & Patil, 2022). Di Indonesia, stunting berkaitan dengan faktor-faktor determinan seperti kelahiran prematur, panjang lahir pendek, tidak memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama, ibu yang pendek, pendidikan ibu rendah, status sosial ekonomi rendah, akses yang buruk terhadap pelayanan kesehatan, dan tinggal di daerah pedesaan (Beal et al., 2018), pemenuhan gizi selama 1.000 HPK mencakup terpenuhinya makronutrien (zat gizi makro) seperti protein, karbohidrat dan lemak juga mikronutrien (zat gizi mikro) yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan, karbohidrat dan lemak tapi juga mikronutrien (zat gizi mikro) yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan.

Pada 1.000 HPK, pemenuhan gizi anak sangat membutuhkan peran orang tua, terutama seorang ibu. Ibu berperan penting dalam menyiapkan dan menyediakan makan bagi anak serta pengasuhannya(Umasugi et al., 2020). Dari penyusunan menu makanan, pembelian, pemberian makanan pada anak, pola makan anak dan frekuensi makan anak pun dipengaruhi oleh peran ibu didalamnya. Selain orang tua, ketika anak-anak sudah mulai memasuki sekolah, maka warga sekolah yang mencakup kepala sekolah dan guru juga berperan dalam membentuk perilaku anak ketika memilih makanan tambahan yang sehat. Dalam hal ini, sekolah berupaya untuk memenuhi gizi anak dengan penyediaan menu makanan tambahan yang sehat, bervariasi, dan menarik bagi anak (Nurbiyati & Wibowo, 2014), (Wandini & Marina, 2022), (Puspita & Ilm, 2021). Hal tersebut dapat meminimalkan kebiasaan jajan sembarangan yang dilakukan anak dan secara tidak langsung menjamin keamanan dan kebersihan makanan yang dikonsumsi anak-anak. Melalui pemberian makanan tambahan yang sehat, maka anak bisa mendapatkan tambahan kalori selain makanan pokok (Denianus nong yendi, y., luh putu eka, n., & maemunah, 2017).

Selain pengetahuan, kebiasaan pemberian makanan tambahan yang sehat ini penting karena dapat mempengaruhi sikap anak dalam pemilihan makanan yang anak sukai. Ciri-ciri makanan sehat antara lain makanan yang tidak memiliki warna mencolok, manis asam gurih berlebihan, dikemas dalam kemasan yang aman yaitu bahan *polyethylene* (PE) dan *polypropylene* (PP) yang berwarna bening/tidak keruh dan memiliki izin dari BPOM. Selain itu perlu juga memperhatikan komposisi kandungan bahannya serta kebersihan dalam pengolahan bahan. Selanjutnya, berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 942/Menkes/SK/VII/2003 tentang Pedoman Persyaratan Hygiene Sanitasi Makanan. Terdapat beberapa aspek yang diatur dalam penanganan makanan yaitu penjamah makanan, peralatan, air, bahan makanan, bahan tambahan makanan, penyajian dan sarana penjaja. Dari beberapa aspek tersebut dapat mempengaruhi kualitas makanan (Vidyasari & Frianto, 2019), (Fitria Budi Utami, 2020).

Asupan gizi sangat penting pada anak usia pra sekolah untuk kesehatan, kekuatan, pertumbuhan dan kemampuan perkembangan intelektualnya (Davidson et al., 2018). Jika kebutuhan nutrisi pada anak pra sekolah tidak terpenuhi maka anak akan mengalami masalah/gangguan gizi dan rentan terkena infeksi. Permasalahan tentang gizi anak masih menjadi masalah di negara-negara berkembang terutama di Indonesia. Masalah gizi semakin bertambah berat dengan terjadinya masalah ganda karena kekurangan gizi belum teratasi tetapi masalah kelebihan gizi semakin meningkat (Luh & Purnama, 2015). Faktor langsung yang mempengaruhi status gizi adalah faktor makanan. Konsumsi makanan yang sehat, bervariasi serta cukup dari segi kuantitas dan diikuti dengan menerapkan perilaku makan yang benar merupakan pola makan yang baik. Jika pola makan ini diterapkan, maka akan menghasilkan status gizi normal (Sari et al., 2016). Anak pra sekolah belum mampu memenuhi kebutuhan gizi secara mandiri, sehingga masih tergantung pada orang dewasa yang ada di lingkungan terdekatnya (Eka Misbahatul Mar'ah, 2012), dan juga dari perkembangan preferensi makanan, perilaku makan dan status berat badan anak sangat dipengaruhi oleh orang tua. Komponen penting yang harus diperhatikan oleh orang tua dalam praktik pemberian makanan kepada anak pra sekolah yaitu asupan makanan yang seimbang, sehat, dan aman bagi anak (Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekarti, 2017).

Pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan adalah upaya untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat agar lebih berkemampuan dalam menangani masalah kesehatan (Septiani & Purnamasari, 2024). Program pemberdayaan perlu dilanjutkan secara strategis agar kampanye gerakan hidup sehat kepada masyarakat dapat terus berlanjut (Ambarwati et al., n.d.). TK Islam Amanah merupakan salah satu satuan pendidikan anak usia

dini dalam bentuk formal yang ada di Kota Bogor. Salah satu program yang ada di TK tersebut yaitu PMT (pemberian makanan tambahan) yang bertujuan untuk memberikan gizi seimbang bagi anak usia pra sekolah. Tetapi program tersebut tidak didukung oleh pengetahuan dari orang tua dan pendidik mengenai nutrisi makanan dan keseimbangan gizi berawal dari pengolahan menu makanan sehat.

Tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti sebanyak 5 orang yang terdiri dari unsur Dosen dan Mahasiswa terdiri dari 3 orang Dosen dan 2 orang Mahasiswa. Kegiatan ini merupakan Asta Cita yaitu memperkuat pembangunan sumber daya manusia (SDM), sains, teknologi pendidikan, kesehatan, prestasi olahraga, kesetaraan gender, serta penguatan peran perempuan, pemuda dan penyandang disabilitas dengan melakukan pengolahan menu makanan sehat untuk anak pra sekolah dengan bahan pangan lokal. Kegiatan ini juga merupakan pencapaian Indikator Kinerja Utama (IKU) 2 Perguruan Tinggi (PT), dimana Mahasiswa akan mendapatkan pengalaman belajar di luar kampus, sedangkan bagi Dosen kegiatan ini akan memberikan kontribusi bagi IKU PT sebagai pemenuhan IKU 3 (Dosen berkegiatan di luar kampus) dan IKU 5 (hasil kerja Dosen digunakan oleh masyarakat atau mendapat rekognisi internasional).

2. METODE

Tim pelaksana kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Dosen dan Mahasiswa Akademi Kebidanan Prima Husada. Mitra yang dilibatkan dalam kegiatan ini adalah wali murid dan guru TK Islam Amanah di Kedung Halang Sugih Lamping RT 03/07, Kelurahan Sukaresmi, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor. Mitra berjumlah 45 orang. Metode pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari Sosialisasi dan FGD, seminar, lokakarya, penerapan teknologi dan inovasi, evaluasi/rencana keberlanjutan.

1. Tahap Sosialisasi

Sosialisasi dan pelaksanaan FGD dilaksanakan pada awal kegiatan oleh tim PKM yang berjumlah 5 orang dan mitra yang berjumlah 12 orang akan dilaksanakan secara luring dengan durasi 1 (satu) hari dengan durasi 120 menit/hari.

2. Tahap Seminar

Seminar bersama tim PKM yang memberikan pemahaman mendalam mengenai gizi seimbang anak pra sekolah dan cara pengolahan menu makanan sehat. Jumlah peserta 45 orang dengan durasi 1 (satu) hari dengan durasi 120 menit/hari.

3. Tahap Lokakarya

Penyampaian materi pengolahan menu makanan sehat berdasarkan bahan pangan

lokal dan teknik penyusunan menu yang menarik. Adanya demonstrasi langsung mengenai pengolahan menu makanan sehat dengan peserta dilibatkan dalam praktik memasak dan menyajikan makanan yang menarik bagi anak-anak. Peserta juga diarahkan untuk menyusun rencana menu makanan sehat yang dapat diterapkan di PAUD, dengan panduan dari tim pengabdian dengan durasi 1 (satu) hari dengan durasi 120 menit/hari.

4. Tahap Penerapan Teknologi dan Inovasi

Aplikasi e-MAS (e-Menu Anak Sehat) dan Booklet Menu Anak Sehat (MAS). Pendampingan penerapan inovasi dalam kegiatan aplikasi e-MAS dan booklet MAS dengan durasi 1 (satu) hari dengan durasi 120 menit/hari.

5. Tahap Evaluasi/Rencana Keberlanjutan

Evaluasi kegiatan untuk pengetahuan dan penggunaan bahan makanan lokal dilakukan dengan memberikan pre-test dan post-test. Pre-test dan post-test menggunakan kuesioner. Untuk memastikan keberlanjutan program, tim pengabdian akan membentuk tim FGD yang bertujuan untuk mempertahankan keterlibatan dan keberlanjutan program.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

TK Islam Amanah yang berlokasi di Kedung Halang Sugih Lamping RT 03/07, Kelurahan Sukaresmi, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor adalah pendidikan TK yang melayani anak berusia 4 sampai 6 tahun dengan jumlah siswa sekitar 30 anak. Tenaga pengajar terdiri dari 4 guru dan 1 kepala sekolah yang telah memiliki pengalaman dalam pendidikan anak usia dini. Akan tetapi, di TK Islam Amanah masih membutuhkan pengembangan dalam aspek kesehatan dan kecukupan gizi anak serta kurang menggunakan bahan pangan lokal. Sebagian besar orang tua dan guru TK belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai prinsip gizi seimbang untuk anak usia pra sekolah. Kurangnya pengetahuan ini berdampak pada penyusunan menu makanan harian yang belum memenuhi standar gizi anak.

Adapun guru dan orang tua di TK Islam Amanah ini belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai prinsip gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Namun, belum mendalami pemanfaatan bahan pangan lokal yang bisa diakses dan sangat membantu serta mendukung pertumbuhan anak secara optimal. Pemahaman tentang pengolahan menu makanan sehat dengan pemanfaatan bahan pangan lokal juga belum maksimal diterapkan. Masyarakat di sekitar TK tersebut sebenarnya memiliki berbagai bahan pangan lokal yang dapat dimanfaatkan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi anak, tetapi belum banyak dimanfaatkan dalam menyusun menu makanan sehat untuk anak-anak di sekolah.

Program ini dirancang dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran orang tua dan tenaga pendidik TK mengenai pentingnya gizi seimbang bagi anak usia dini. Hal ini juga mendorong penggunaan bahan pangan lokal dalam penyusunan menu makanan sekolah. Di samping itu, program ini juga akan memberikan dampak positif yaitu dapat menambah pengetahuan dan keterampilan orang tua serta tenaga pendidik dalam memasak dan menyajikan makanan sehat yang menggunakan bahan pangan lokal. Dengan diterapkannya program ini, maka diharapkan dapat mengurangi angka kejadian dari kekurangan gizi pada anak usia dini di Kota Bogor, dan juga mendorong partisipasi masyarakat sekitar dalam upaya untuk meningkatkan kesehatan anak-anak.

Kegiatan ini memiliki manfaat yang sangat luas, mulai dari peningkatan pemahaman tentang asupan gizi seimbang sampai pemanfaatan bahan pangan lokal yang bernutrisi tinggi, dapat terjangkau dengan mudah, dan ramah lingkungan. Kegiatan ini akan melatih guru dan orang tua tentang penyusunan menu makanan sehat, serta diharapkan bisa membantu mengurangi angka kekurangan gizi pada anak-anak. Program ini juga memberikan cara berinovasi dalam membuat menu makanan yang berbasis bahan pangan lokal yang berkelanjutan, memperkuat interaksi antara lembaga pendidikan, keluarga, dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak agar dapat tumbuh kembang sehat dan cerdas.

Penyusunan materi sosialisasi dilakukan melalui *Forum Group Discussion* (FGD) oleh tim pengabdian yang meliputi informasi tentang pentingnya gizi seimbang, variasi menu makanan sehat dan bergizi, serta pentingnya memasak makanan dengan menggunakan bahan pangan lokal. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mengenai kebutuhan nutrisi dan gizi seimbang bagi anak usia dini. Kegiatan FGD ini diikuti oleh guru TK dan orang tua secara langsung di TK Islam Amanah. Dalam FGD tersebut, peserta belajar mengenai pentingnya asupan nutrisi dengan menu gizi seimbang, dampak dari kekurangan dan kelebihan gizi, serta cara memilih dan memasak makanan. Pada kegiatan ini juga berdiskusi mengenai cara penyajian makanan yang menarik untuk anak.

Selain FGD, kegiatan seminar dan lokakarya juga dilaksanakan langsung di TK Islam Amanah bersama guru dan orangtua. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada tenaga pendidik dan orangtua terkait pengembangan menu makanan sehat berbasis bahan pangan lokal (Utami et al., 2024). Seminar dan lokakarya ini mencakup penyampaian materi tentang prinsip dasar gizi seimbang, pemanfaatan bahan pangan lokal, dan cara penyajian makanan yang menarik. Seminar tersebut peserta belajar tentang informasi gizi seimbang anak pra sekolah, variasi menu makanan sehat, cara pengolahan dan penyajian

makanan sehat. Selain itu, solusi untuk variasi menu, pengolahan menu makanan sehat dan penyajian makanan sehat yaitu melalui lokakarya. Lokakarya ini mencakup penyampaian materi tentang prinsip dasar gizi seimbang pemanfaatan bahan pangan lokal, dan teknik pengolahan menu yang menarik. Pengolahan makanan padat gizi berbasis bahan pangan lokal pada kegiatan lokakarya sangatlah penting yaitu untuk meningkatkan keterampilan dan pengetahuan masyarakat dalam mengolah makanan sehat dan bergizi (Klaasvakumok Kamuri et al., 2023). Lokakarya ini dapat menjadi salah satu sarana untuk bisa membantu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan orangtua, sehingga semuanya dapat memanfaatkan berbagai sumber daya yang ada untuk mengatasi segala permasalahan yang dihadapi mengenai kecukupan gizi anak, meningkatkan kualitas hidup, dan kesejahteraan (Utami et al., 2024).

Kegiatan lokakarya ini sangat menarik dikarenakan orang tua dan guru TK melakukan demonstrasi langsung tentang pembuatan makanan yang sehat dengan menggunakan bahan pangan lokal. Lokakarya ini dapat menjadi sarana untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemampuan orang tua, sehingga mereka dapat memberdayakan atau memanfaatkan berbagai sumber daya yang tersedia untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi, meningkatkan kualitas hidup, dan kesejahteraan. Kegiatan lokakarya ini membagi peserta menjadi 3 kelompok dan dilibatkan dalam praktik memasak dan menyajikan makanan yang menarik untuk anak-anak. Peserta juga diarahkan untuk menyusun menu makanan sehat yang dapat diterapkan di TK dengan menggunakan panduan dari tim pengabdian.

Pengukuran keberhasilan program telah dilakukan melalui *Pre-Test* dan *Post-Test* guna menilai peningkatan pengetahuan peserta mengenai gizi seimbang dan penggunaan bahan makanan lokal. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan signifikan antara hasil *Pre-Test* dan *Post-Test*, yang mengindikasikan bahwa program ini berhasil meningkatkan pemahaman para guru TK dan orang tua mengenai pentingnya penyusunan menu makanan sehat dan bergizi untuk anak-anak. Selain itu, survey kepuasan dan implementasi yang dilakukan satu bulan setelah program juga menunjukkan bahwa pengetahuan yang telah diberikan mulai diterapkan dalam kehidupan sehari-hari, khususnya di lingkungan sekolah.

Guru TK dapat menggunakan poster informasi gizi sebagai alat bantu dalam mengedukasi anak-anak dan orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang anak pra sekolah. Selain itu, aplikasi e-Menu Anak Sehat (e-MAS) menjadi alat yang sangat bermanfaat bagi masyarakat dalam mengakses informasi cara pengolahan menu dan penyajian makanan yang menarik dengan mudah. Para orang tua dapat merencanakan menu makanan sehat untuk

anak-anak mereka berdasarkan saran yang diberikan oleh aplikasi. Hal ini tidak hanya memudahkan dalam perencanaan menu, tetapi juga meningkatkan kesadaran akan pentingnya penggunaan bahan-bahan lokal yang kaya nutrisi. Penggunaan aplikasi ini diharapkan dapat meningkatkan produktivitas keluarga dalam menyediakan menu makanan sehat, sekaligus mendukung upaya Pemerintah dalam pencegahan stunting dan kekurangan gizi pada anak usia pra sekolah.



Gambar 1. Kegiatan FGD di TK Islam Amanah.



Gambar 2. Kegiatan Seminar di TK Islam Amanah.



Gambar 3. Kegiatan Lokakarya di TK Islam Amanah.

Tabel yang memperlihatkan perbandingan hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* dapat dilihat di bawah ini:

Tabel 1. Skor *Pretest* dan *Posttest* Pengetahuan Tentang Pengolahan Menu Makanan Sehat Untuk Pemenuhan Gizi Anak Pra Sekolah.

Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	N	%	N	%
Kurang Baik	18	40.0	4	8.9
Baik	27	60.0	41	91.1
Total	45	100	45	100

Berdasarkan tabel 1, dari 45 orang yang mengikuti *pretest*, sebagian besar tahu tentang pengolahan menu makanan sehat dengan kategori baik sebanyak 27 orang (60.0%). Sedangkan pengetahuan setelah edukasi yang mengikuti *posttest* mendapatkan peningkatan sebanyak 41 orang (91.1%).

Tabel 2. Hasil Analisa Uji T Pengetahuan Tentang Pengolahan Menu Makanan Sehat Untuk Pemenuhan Gizi Anak Pra Sekolah.

Pengetahuan	Mean selisih	Standar Deviasi	Nilai T	P Value
<i>Pretest</i>				
	-3.11	0.596	-3.500	0.000
<i>Posttest</i>				

Berdasarkan tabel 2, diperoleh nilai $t = -3.500$ dan $p \text{ value} = 0.000$, artinya ada pengaruh pengetahuan tentang pengolahan menu makanan sehat untuk pemenuhan gizi anak pra sekolah.

Tabel 3. Skor *Pretest* dan *Posttest* Pengetahuan Tentang Evaluasi Penggunaan Aplikasi e-Mas.

Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	N	%	N	%
Kurang Baik	13	30.2	1	2.3
Baik	30	69.8	42	97.7
Total	43	100	43	100

Berdasarkan tabel 3, dari 43 orang yang mengikuti *pretest*, sebagian besar pengetahuan baik sebanyak 30 orang (69.8%). Sedangkan pengetahuan setelah edukasi yang mengikuti *posttest* mendapatkan peningkatan sebanyak 42 orang (97.7%).

Tabel 4. Hasil Analisa Uji T Tentang Evaluasi Pengetahuan Penggunaan Aplikasi e-Mas.

Pengetahuan	Mean selisih	Standar Deviasi	Nilai T	P Value
<i>Pretest</i>				
	-279	0.504	-3.634	0.00
<i>Posttest</i>				

Berdasarkan tabel 4, diperoleh nilai $t = -3.634$ dan $p \text{ value} = 0.000$, artinya ada pengaruh pengetahuan tentang penggunaan aplikasi e-Mas pengolahan menu makanan sehat untuk pemenuhan gizi anak pra sekolah.

Tabel 5. Skor *Pretest* dan *Posttest* Sikap Tentang Evaluasi Penggunaan Aplikasi e-Mas.

Pengetahuan	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	N	%	N	%
Kurang Baik	1	2.3	0	0
Baik	42	97.7	43	100
Total	43	100	43	100

Berdasarkan tabel 5, dari 43 orang yang mengikuti *pretest*, sebagian besar kategori sikap baik sebanyak 42 orang (97.7%). Sedangkan sikap setelah edukasi yang mengikuti *posttest* mendapatkan peningkatan sebanyak 43 orang (100%).

Tabel 6. Hasil Analisa Uji T Tentang Evaluasi Sikap Penggunaan Aplikasi e-Mas.

Pengetahuan	Rata-rata selisih	Standar Deviasi	Nilai T	P Value
Pre test				
	-023	0.152	-1.000	0.00
Post test				

Berdasarkan tabel 6, diperoleh nilai $t = -1.000$ dan $p \text{ value} = 0.000$, artinya ada pengaruh sikap tentang penggunaan aplikasi e-Mas pengolahan menu makanan sehat untuk pemenuhan gizi anak pra sekolah.

4. KESIMPULAN

Setelah pelaksanaan pengabdian masyarakat tentang pengolahan menu makanan sehat untuk pemenuhan gizi anak pra sekolah dengan pemanfaatan bahan pangan lokal yang berlangsung dari tanggal 01 Agustus 2025 sampai 06 Oktober 2025 di TK Islam Amanah Kedung Halang Sugih Lamping RT 03/07, Kelurahan Sukaresmi, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor, maka dapat diambil kesimpulan bahwa adanya peningkatan pengetahuan responden mengenai pengolahan menu makanan sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ini ditujukan kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Republik Indonesia melalui Hibah Program Pengabdian kepada Masyarakat skema Pemberdayaan Masyarakat Pemula tahun Anggaran 2025 dan juga kepada UPPM Akademi Kebidanan Prima Husada serta seluruh tim dan mitra terkait yang telah membantu pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S., Soetardjo, S., & Soekarti, M. (2017). *Gizi seimbang dalam daur hidup kehidupan*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Ambarwati, E. R., Lusi, N., Nisa, R. M., & Azhari, R. A. (n.d.). *Community empowerment in maternal and child health as an effort to increase health degree*. AKBIDYO College of Health Sciences.
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4), 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Davidson, S. M., Dwiriani, C. M., & Khomsan, A. (2018). Densitas gizi dan morbiditas serta hubungannya dengan status gizi anak usia prasekolah pedesaan. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(3), 251. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4551>
- De Onis, M., Borghi, E., Arimond, M., Webb, P., Croft, T., Saha, K., De-Regil, L. M., Thuita, F., Heidkamp, R., Krasevec, J., Hayashi, C., & Flores-Ayala, R. (2019). Prevalence thresholds for wasting, overweight and stunting in children under 5 years. *Public Health Nutrition*, 22(1), 175–179. <https://doi.org/10.1017/S1368980018002434>
- Denianus Nong Yendi, Y., Luh Putu Eka, N., & Maemunah, N. (2017). Hubungan antara peran ibu dalam pemenuhan gizi anak dengan status gizi anak prasekolah di TK Dharma Wanita Persatuan 2 Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 2(2).
- Eka Misbahatul Mar'ah, F. (2012). Model pengembangan pemenuhan kebutuhan gizi anak prasekolah berbasis. *Jurnal*, 121–130.
- Fitria Budi Utami. (2020). The implementation of eating healthy program in early childhood. *JPUD - Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 14(1), 125–140. <https://doi.org/10.21009/141.09>
- Indonesia, K. K. R. (2023). *Survei kesehatan Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Hasil survei status gizi Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>
- Likhar, A., & Patil, M. S. (2022). Importance of maternal nutrition in the first 1,000 days of life and its effects on child development: A narrative review. *Cureus*, 14(10), 8–13. <https://doi.org/10.7759/cureus.30083>
- Luh, N., & Purnama, A. (2015). Perilaku orang tua dalam pemberian makan dan status gizi anak usia 2–5 tahun. *Jurnal*, 11(3), 97–104.
- Nurbiyati, T., & Wibowo, A. H. (2014). Pentingnya memilih jajanan sehat demi kesehatan anak. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, 3(3), 192–196. <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/7832>
- Presiden Republik Indonesia. (n.d.). *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang percepatan penurunan stunting*.
- Puspita, I. D., & Ilm, I. M. (2021). Pelatihan pemilihan dan identifikasi jajanan sehat anak. *Jurnal Kreativitas dan Inovasi (Jurnal Kreanova)*, 1(2), 87–91. <https://doi.org/10.24034/kreanova.v1i2.5024>

- Sari, G., Lubis, G., & Edison, E. (2016). Hubungan pola makan dengan status gizi anak usia 3–5 tahun di wilayah kerja Puskesmas Nanggalo Padang 2014. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(2), 2014–2017. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i2.528>
- Septiani, S., & Purnamasari, H. (2024). Efektivitas pemberdayaan masyarakat dalam bidang kesehatan posyandu di Desa Rengasdengklok Utara. *Community Development Journal*, 5(3), 4442–4446.
- Umasugi, F., Wondal, R., & Alhadad, B. (2020). Kajian pengaruh pemahaman orangtua terhadap pemenuhan gizi anak melalui lunch box (bekal makanan). *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 2(1), 1–15. <https://doi.org/10.33387/cp.v2i1.1927>
- Utami, F. B., Fitria, E., Safitri, E., & Zulaiha, I. (2024). Penyuluhan parenting sebagai upaya penanggulangan stunting pada anak usia dini di Kelurahan Cipondoh Makmur Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.51771/jukeshum.v4i2.855>
- Vidyasari, R., & Frianto, F. (2019). Pemenuhan gizi dalam makanan jajanan anak sekolah untuk generasi emas di Kampung Parung Bingung Depok. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 1(1), 38–44. <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v1i1.384>
- Wandini, K., & Marina, S. (2022). Pengaruh penyuluhan pencegahan stunting. *Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan*, 10(November), 1–7.