

## Pengembangan GEMILANG (Gebrakan MPASI Generasi Emas, Cerdas, dan Bergizi) Berbasis Pangan Lokal Nganjuk untuk Mencegah Stunting Melalui Penyuluhan dan Pelatihan Pembuatan Brownis Keju Gaplek “Gapchies”

Pety Merita Sari<sup>1</sup> Elin Soya Nita<sup>2</sup> Yanita Indra Kumala Dewi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Profesi Bidan Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri <sup>2</sup>SI Kebidanan, <sup>3</sup>SI Gizi

\*email: [petymeritasari@iik.ac.id](mailto:petymeritasari@iik.ac.id)

### ABSTRAK

Latar Belakang: Stunting masih menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia, termasuk di Kabupaten Nganjuk. Salah satu faktor penyebab utama adalah pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tidak adekuat dari segi gizi dan variasi. Di sisi lain, Nganjuk memiliki potensi besar pada komoditas pangan lokal, seperti gaplek, yang sering kali belum dimanfaatkan secara optimal untuk diversifikasi pangan bergizi. Oleh karena itu, diperlukan inovasi berbasis kearifan lokal yang mudah diakses dan disukai anak-anak guna mendukung pemenuhan gizi optimal dan pencegahan stunting. Tujuan: Pengabdian ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat Nganjuk, khususnya ibu rumah tangga dalam mengembangkan produk MPASI inovatif dan bergizi tinggi, yaitu Brownis Keju Gaplek atau “Gapchies” sebagai bagian dari program GEMILANG. Metode: Metode pengabdian meliputi tiga tahap utama: 1) Penyuluhan dan Edukasi mengenai pentingnya gizi MPASI berbasis pangan lokal; 2) Pelatihan pembuatan Gapchies, 3) Pendampingan dan Monitoring keberlanjutan implementasi produk “Gapchies” dalam menu MPASI harian. Peserta utama adalah ibu rumah tangga yang mempunyai balita dan penghasil gaplek. Hasil Pengabdian: Pengabdian ini berhasil menghasilkan produk MPASI inovatif berupa Brownis Keju Gaplek (“Gapchies”). Terjadi peningkatan pengetahuan gizi MPASI dan keterampilan praktis dalam pengolahan pangan lokal. Kesimpulan: Pengembangan GEMILANG melalui inovasi produk “Gapchies” berbasis pangan lokal Nganjuk merupakan strategi yang efektif untuk meningkatkan variasi dan kualitas gizi MPASI. Program ini berhasil memberdayakan masyarakat dan memberikan solusi praktis, ekonomis, dan bergizi dalam upaya kolektif pencegahan stunting di tingkat komunitas.

Kata Kunci: MPASI, Gaplek, Stunting, Brownis Keju Gaplek

### *Development of GEMILANG (Golden, Smart, and Nutritious Generation MPASI Breakthrough) Based on Nganjuk Local Food to prevent Stunting through Counseling and Training on Making Gaplek Cheese Brownies "Gapchies"*

### ABSTRACT

*Background: Stunting remains a major health problem in Indonesia, including in Nganjuk Regency. One of the main contributing factors is inadequate provision of complementary foods (MPASI) in terms of nutrition and variety. On the other hand, Nganjuk has great potential in local food commodities, such as cassava chips, which are often not optimally utilized for nutritious food diversification. Therefore, innovations based on local wisdom that are easily accessible and liked by children are needed to support optimal nutritional fulfillment and stunting prevention. Objective: This community service aims to empower the Nganjuk community, especially housewives in developing innovative and highly nutritious MPASI products, namely Gaplek Cheese Brownies or “Gapchies” as part of the GEMILANG program. Method: The community service method includes three main stages: 1) Counseling and Education regarding the importance of local food-based MPASI nutrition; 2) Training in making Gapchies, 3) Mentoring and Monitoring the sustainability of the implementation of “Gapchies” products in the daily MPASI menu. The main participants are housewives who have toddlers and gaplek producers. Community Service Results: This community service program successfully produced an innovative complementary feeding product, the Gaplek Cheese Brownies (“Gapchies”). There was an increase in knowledge of complementary feeding nutrition and practical skills in local food processing. Conclusion: The development of GEMILANG through the innovative “Gapchies” product based on local Nganjuk food is an effective strategy to increase the variety and nutritional quality of complementary feeding. This program successfully empowered the community and provided a practical, economical, and nutritious solution in collective efforts to prevent stunting at the community level.*

*Keywords: Complementary feeding, Gaplek, Stunting, Gaplek Cheese Brownies*

## 1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan manifestasi dari kegagalan pertumbuhan linear yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan nilai z-score tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (SD). Secara global dan nasional, stunting menjadi tantangan serius karena berdampak pada penurunan kecerdasan kognitif, produktivitas ekonomi, serta peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa depan (Kemenkes RI, 2023). Sebagai upaya mewujudkan Visi Indonesia Emas 2045, intervensi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), khususnya melalui pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tepat, menjadi kunci utama dalam memutus rantai masalah gizi ini.

Di Kabupaten Nganjuk menjadi salah satu daerah yang ada di Jawa Timur yang masih menghadapi tantangan dalam penurunan prevalensi stunting. Meskipun berbagai program pemerintah telah dijalankan, prevalensi stunting masih tinggi. Hal ini bisa dipengaruhi oleh faktor seperti kurangnya pengetahuan orang tua mengenai keragaman pangan dan cara pengolahan MPASI yang bergizi (SSGI, 2022). Salah satu komoditas lokal Nganjuk yang melimpah namun belum dimanfaatkan secara optimal untuk gizi balita adalah singkong. Dimana singkong hanya diolah menjadi makanan tradisional yang tidak bisa dikonsumsi untuk semua umur seperti bayi dan balita, selain diolah dalam bentuk tradisional singkong juga hanya di simpan agar tahan lama dalam bentuk gaplek yang sudah melalui proses pengeringan.

Gaplek memiliki potensi besar sebagai sumber karbohidrat alternatif yang ekonomis. Namun, citra gaplek seringkali dianggap sebagai "makanan inferior" dan kurang menarik bagi anak-anak. Inovasi pengolahan pangan diperlukan untuk mengubah bahan lokal ini menjadi produk yang padat gizi dan disukai balita. Melalui program GEMILANG (Gebrakan MPASI Generasi Emas, Cerdas, dan Bergizi), bertujuan untuk memberdayakan ibu balita dan kader kesehatan di Kabupaten Nganjuk. Fokus utama program ini meliputi penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang berbasis pangan lokal serta pelatihan keterampilan pembuatan pengembangan produk Brownis Keju Gaplek "Gapchies" produk ini merupakan salah satu solusi kreatif untuk meningkatkan nilai tambah gaplek. Selain pengembangan produk Gapchies sudah terdapat salah satu produk alternatif dari gaplek yang lebih dulu dikembangkan yang bisa dikonsumsi oleh semua kalangan usai termasuk bayi dan balita yaitu Gaplek Crunch Cookies (GaCrukies) (Sari, *P et all*, 2025).

Dengan bahan utama tepung gaplek, penambahan keju dan telur sebagai sumber protein serta kalsium, produk ini diharapkan dapat memenuhi kebutuhan makronutrien dan mikronutrien bayi dan balita dalam bentuk camilan sehat (MPASI selingan). Dengan pendekatan partisipatif, diharapkan masyarakat tidak hanya memahami teori gizi, tetapi juga mampu secara mandiri mengolah potensi lokal menjadi MPASI bermutu untuk mencegah stunting secara berkelanjutan.

## 2. METODE PENGABDIAN

### 2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mulai dilakukan dari tahap koordinasi sampai pelaksanaan dan evaluasi pada bulan September-Oktober 2025. Untuk tahap pelaksanaan kegiatan dimulai dari pengisian pre dan post test, penyuluhan terkait stunting dan pemanfaatan pangan local gaplek, dilanjutkan dengan tahap pelatihan pembuatan produk Gapchies dan terakhir evaluasi program. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Balongrejo Kec. Bagor Kab.Nganjuk. Dengan Peserta 10 Ibu-ibu rumah tangga yang memiliki balita dan sebagai penghasil gaplek.

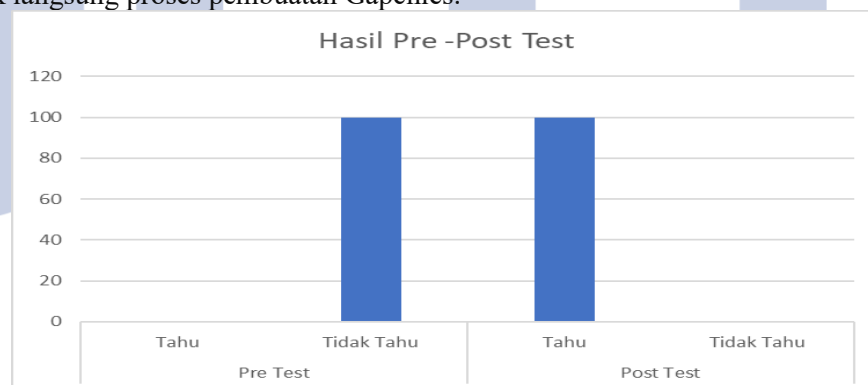
## 2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Metode dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan beberapa tahap yaitu :

1. Tahap Koordinasi  
Tim melakukan koordinasi dengan perangkat desa setempat dan peserta terkait jadwal dan kegiatan pengabdian masyarakat.
2. Tahap Pengisian Pengukuran Pre Test  
Sebelum kegiatan inti dilaksanakan tim melakukan pengukuran dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan peserta tentang MPASI dan Gapchies
3. Tahap Penyuluhan dan Sosialisasi Kegiatan  
Pada Tahap ini peserta diberikan penyuluhan tentang MPASI berbasis pangan lokal dan penjelasan mengenai produk Gapchies mulai dari proses pembuatan, alat dan bahan yang dibutuhkan.
4. Tahap Pelatihan Pembuatan Gapchies  
Pada tahap ini peserta diberikan pelatihan demo secara langsung pembuatan Gapchies.
5. Tahap Evaluasi  
Pada tahap ini peserta diminta untuk mencoba secara mandiri untuk demo membuat Gapchies.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini telah dilaksanakan pada tanggal 13 Oktober 2025 bertempat di Desa Balongrejo Bagor Nganjuk. Kegiatan ini melibatkan mitra ibu rumah tangga yang mempunyai balita dan penghasil gaplek, perwakilan kader, dan perwakilan perangkat desa. Pelaksanaan kegiatan ini dibagi menjadi 4 tahap, tahap 1 adalah pengisian kuesioner pre test pemahaman tentang manfaat dan proses pembuatan Gapchies, tahap 2 adalah kegiatan sosialisasi tentang manfaat Gapchies dan proses pembuatan Gapchies dengan metode ceramah menggunakan media PPT, tahap 3 dengan praktik langsung pembuatan Gapchies dengan teknologi mesin penggiling, tahap 4 mitra melakukan praktek langsung proses pembuatan Gapchies.



Gambar 1. Hasil Pre dan Post Test

Sumber: *Data Primer diolah (2025)*

Terjadi peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta sebesar 0% pada item pertanyaan dengan jawaban Ya dari hasil pre-test meningkat menjadi 100% pada item pertanyaan dengan jawaban Ya, hal ini menunjukkan efektivitas kegiatan sosialisasi dalam meningkatkan pemahaman peserta dan mengindikasikan bahwa materi sosialisasi berhasil diserap dengan baik oleh peserta. Peserta kini memahami bahwa gaplek, yang

sering dianggap sebagai makanan sekunder, dapat diolah menjadi produk bernilai gizi tinggi. Dalam praktik langsung ketrampilan mitra 90% bisa dalam pembuatan.



Gambar 2. Pengisian Kuesioner dan Penyuluhan Stunting dan Pemanfaatan Pangan Lokal Gaplek



Gambar 3. Pelatihan Pembuatan Gapchies



Gambar 4. Evaluasi Pelatihan



Gambar 5. Produk Gapchies.

Dari Kegiatan Pengabdian ini peserta berhasil membuat produk Gaplek Brownies Keju “Gapchies” dengan tekstur yang lembut, padat dan gurih sesuai dengan resep yang diajarkan. Produk Gapchies juga langsung dicoba diberikan untuk para balita dan hasilnya balita suka, dengan hasil ini tidak hanya orang dewasa saja yang bisa mengkonsumsi olahan dari bahan pangan lokal gaplek tetapi balita sekarang juga bisa menikmati produk olahan dari gaplek.

Berikut adalah resep pembuatan Brownies Keju Gaplek “Gapchies” yang bisa dipraktekan secara langsung.

Tabel 1. Proses Pembuatan Brownies Keju Gaplek “Gapchies”

Brownies Keju Gaplek “Gapchies”		
Alat	Bahan	Cara Pembuatan
Oven Listrik Baskom Solet Mixer Cetakan Kue Kertas Roti Sendok Piring Loyang Kues Kue Toples Panci	Tepung Gaplek 100 gr Telur 2 butir Cokelat Batang 150 gr Margarin 70 gr Gula Bubuk 135 gr Vanili 5 gr SP 5 gr Cokelat Bubuk 30 gr Keju	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lelehkan cokelat dan margarin aduk sampai lumer dan tunggu sampai dingin.</li> <li>2. Kocok telur, gula dan SP sampai tercampur menggunakan mixer</li> <li>3. Masukkan lelehkan cokelat aduk hingga tercampur rata</li> <li>4. Masukkan tepung gaplek, cokelat bubuk pelan-pelan sampai tercampur rata</li> <li>5. Siapkan Loyang dan olesi dengan margarine lalu tuang adonan</li> <li>6. Panggang di oven listrik dengan suhu 160-170 celcius dengan waktu</li> <li>7. Setelah matang, keluarkan GAPCHIES dari oven dan Loyang</li> <li>8. Tambahkan keju parut di atas GAPCHIES</li> </ol>

		9. GAPCHIES dinikmati	siap
--	--	--------------------------	------

Setelah kegiatan pengabdian masyarakat pengetahuan dan keterampilan peserta tentang stunting dan pengolahan bahan pangan lokal gaplek meningkat. Produk Gapchies juga bisa sebagai alternatif MPASI yang ekonomis dan murah. Pemanfaatan gaplek dalam bentuk brownies merupakan strategi psikologis untuk mengubah persepsi masyarakat terhadap pangan lokal yang dianggap "ndeso" menjadi camilan moderen yang berkelas. Hal ini sejalan dengan prinsip pemberian MPASI yang harus bersifat *responsive feeding* dan memiliki densitas energi yang tinggi (Kemenkes RI, 2023). Keberhasilan pembuatan "Gapchies" ini membuktikan bahwa edukasi stunting akan jauh lebih efektif jika dibarengi dengan solusi praktis berupa keterampilan memasak (*cooking class*).

Dengan demikian, ibu balita tidak hanya terpaku pada bantuan pangan pemerintah, tetapi memiliki kemandirian dalam mengolah sumber daya alam Nganjuk untuk kesehatan anak mereka. Produk Gapchies ini juga bisa diolah secara mandiri dan bisa dijadikan peluang bisnis untuk dipasarkan untuk menambah nilai ekonomi masyarakat. Hasil pelatihan ini peserta bisa membuat dengan tekstur yang lebih *fudgy* dan padat dibandingkan brownies terigu biasa, namun tetap lembut sehingga mudah dikunyah oleh balita dengan Perpaduan rasa manis coklat yang diseimbangkan dengan gurihnya keju (*cheese*) berhasil menyamarkan aroma khas gaplek yang biasanya kurang disukai anak-anak sekarang menjadi olahan yang disukai anak-anak. Dan Kandungan Gizi: Penambahan keju dan telur berfungsi sebagai sumber protein hewani yang krusial dalam pencegahan *stunting*, sementara gaplek menyediakan energi dari karbohidrat kompleks.

#### 4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Program pengabdian masyarakat melalui gerakan GEMILANG (Gebrakan MPASI Generasi Emas, Cerdas, dan Bergizi) telah berhasil dilaksanakan dan memberikan dampak positif dalam upaya pencegahan stunting di Kabupaten Nganjuk. Berdasarkan pelaksanaan kegiatan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Peningkatan Kapasitas Masyarakat: Terdapat peningkatan pemahaman dan keterampilan para ibu balita serta kader kesehatan mengenai pentingnya MPASI bergizi seimbang. Peserta kini memiliki kesadaran bahwa pencegahan stunting tidak harus mahal, melainkan dapat dilakukan melalui optimalisasi bahan pangan lokal yang tersedia di lingkungan sekitar.
2. Inovasi Produk Pangan Lokal: Inovasi pembuatan Brownis Keju Gaplek "Gapchies" terbukti efektif sebagai alternatif MPASI selingan yang padat gizi. Pemanfaatan tepung gaplek sebagai bahan utama tidak hanya meningkatkan nilai ekonomi komoditas lokal Nganjuk, tetapi juga menghasilkan produk yang memiliki cita rasa yang disukai oleh balita serta tekstur yang sesuai untuk pertumbuhan mereka.
3. Keberlanjutan Program: Antusiasme peserta menunjukkan bahwa pelatihan ini memiliki potensi keberlanjutan yang tinggi. Produk "Gapchies" dapat dikembangkan lebih lanjut, baik untuk konsumsi rumah tangga secara mandiri maupun sebagai peluang usaha mikro bagi kelompok ibu-ibu setempat (PKK),

sehingga mampu memperkuat ketahanan pangan dan status gizi keluarga secara jangka panjang.

## 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Pemerintah Desa Balongrejo Bagor Nganjuk serta seluruh ibu-ibu balita yang telah berpartisipasi aktif dengan penuh antusias dalam program GEMILANG. Semoga inovasi "Gapchies" ini dapat terus dipraktikkan secara mandiri demi terwujudnya generasi emas Nganjuk yang bebas stunting.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Laporan Nasional Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Sari, P., Nita, E., & Dewi, Y. (2026). Sosialisasi Pembuatan Gaplek Crunch Cookies "GaCruKies" : Solusi Inovatif Pengembangan Makanan Pendamping ASI Berbasis Pangan Lokal Desa Balongrejo, Bagor, Nganjuk. *Jurnal Abdimas Kartika Wijayakusuma*, 6(4), 1888-1895. <https://doi.org/10.26874/jakw.v6i4.1152>
- Mufida, L., Rachmawati, T. H., & Rahmawati, W. (2020). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi Usia 6 – 24 Bulan. *Journal of Nutritional Science*, 1(2), 1-12.
- Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2014). The Stunting Syndrome in Developing Countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265.
- Studi Status Gizi Indonesia (SSGI). (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia Tahun 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- Waliyo, E., & Setyowati, S. (2021). Pemanfaatan Tepung Cassava (Gaplek) dalam Pembuatan Produk Patiseri sebagai Upaya Ketahanan Pangan Lokal. *Jurnal Inovasi Pangan dan Gizi*, 3(1), 15-22.