JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT SANTA ELISABETH
https://pkm.akbidstelikefa.ac.id/index.php/JPMSE
P-ISSN:
P-ISSN:
Email: lppmakbidsteli@gmail.com
081333580998 https://pkm.akbidstelikefa.ac.id/index.php/JPMSE AKBID Santa Elisabeth Kefamenanu

DEMONSTRASI PENGOLAHAN PANGAN LOKAN DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI DESA WINI KABUPATEN TIMOR TENGAH UTARA TAHUN 2026

Yandri Ratu Sepeh[1*], Flora Naibaho[2], Fitriyaningsih[3], Isabel De Fatima Gudino[4], Maria Rofina Jawainang Lamak[5], Febronia Anin[6], Kristin Kapitan[7]

[1234567]*Akademi Kebidanan Santa Elisabeth Kefamenanu, 85613,Indonesia*
[1]*Email: yandri.r.sepeh37@gmail.com*
[2]*Email: floralidwina@gmail.com*
[3]*Email: bidanfitriyaning12@gmail.com*
[4]*Email: isabelgudino06@gmail.com*
[5]*Email: ovinmaria49@gmail.com*

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan utama di Nusa Tenggara Timur (NTT), dengan prevalensi yang relatif tinggi dibandingkan rata-rata nasional. Salah satu upaya strategis dalam pencegahan stunting adalah melalui pemanfaatan pangan lokal yang bergizi serta peningkatan pengetahuan masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat dalam pencegahan stunting melalui edukasi dan pemanfaatan pangan lokal. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif berbasis komunitas dengan sasaran ibu hamil, ibu menyusui, ibu balita, dan kader posyandu. Kegiatan meliputi penyuluhan gizi, demonstrasi pengolahan pangan lokal, serta pelatihan kader. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test, observasi keterampilan, serta pemantauan pertumbuhan balita. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta secara signifikan setelah intervensi. Selain itu, keterampilan peserta dalam mengolah pangan lokal meningkat, serta terjadi perubahan sikap dan perilaku dalam pemberian makanan bergizi kepada balita. Kader posyandu juga mengalami peningkatan kapasitas dalam melakukan edukasi dan pemantauan pertumbuhan. Kesimpulannya, kegiatan pengabdian ini efektif dalam meningkatkan kapasitas masyarakat dalam pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal. Program ini berpotensi menjadi strategi berkelanjutan dalam menurunkan prevalensi stunting di Nusa Tenggara Timur.

Kata Kunci: Stunting, Pangan Lokal, Edukasi Gizi.

ABSTRACT

Stunting remains a chronic nutritional problem and a major public health challenge in East Nusa Tenggara (NTT), with a prevalence rate relatively higher than the national average. One of the strategic efforts to prevent stunting is through the utilization of nutritious local foods and the improvement of community knowledge. This community service program aimed to enhance community knowledge, attitudes, and skills in stunting prevention through nutrition education and the use of local food resources. The method employed was a community-based participatory approach targeting pregnant women, breastfeeding mothers, mothers of children under five, and integrated health service post (posyandu) cadres. The activities included nutrition education, demonstrations of local food processing, and cadre training. Evaluation was conducted using pre-test and post-test assessments, skills observation, and monitoring of child growth. The results showed a significant increase in participants' knowledge after the intervention. In addition, participants' skills in processing local foods improved, accompanied by positive changes in attitudes and behaviors regarding the provision of nutritious food for children under five. Posyandu cadres also demonstrated improved capacity in delivering education and monitoring child growth. In conclusion, this community service program was effective in improving community capacity for stunting prevention through the utilization of local food. This program has the potential to serve as a sustainable strategy to reduce the prevalence of stunting in East Nusa Tenggara.

Keywords: Stunting, Local Food, Nutrition Education.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang ditandai dengan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, produktivitas di masa depan, serta meningkatkan risiko penyakit degeneratif (BKKBN, 2021). Di Indonesia, stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang serius. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting nasional mencapai 19,8%. Namun, angka ini masih belum merata, karena beberapa provinsi memiliki prevalensi yang jauh lebih tinggi, salah satunya adalah Nusa Tenggara Timur (NTT) (Kemenkes, 2025).

Provinsi NTT merupakan salah satu wilayah dengan beban stunting tertinggi di Indonesia. Data SSGI tahun 2024 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di NTT mencapai sekitar 37%, menjadikannya sebagai provinsi dengan prevalensi tertinggi secara nasional . Bahkan, jumlah balita stunting di wilayah ini mencapai lebih dari 214 ribu anak, yang menunjukkan besarnya skala permasalahan gizi di daerah tersebut. Meskipun demikian, berbagai upaya intervensi telah menunjukkan hasil yang cukup signifikan (Public Relations of BKPK, 2025). Data dari Dinas Kesehatan Provinsi NTT menunjukkan bahwa prevalensi stunting mengalami penurunan dalam beberapa tahun terakhir, yaitu dari 17,70% pada tahun 2022, menjadi 15,20% pada tahun 2023, dan meningkat kembali menjadi 17,07% pada tahun 2024 berdasarkan data pemantauan daerah. Selain itu, laporan terbaru tahun 2025 menunjukkan penurunan lebih lanjut hingga sekitar 20,5% melalui program intervensi gizi spesifik dan sensitif berbasis masyarakat . Perbedaan angka ini menunjukkan adanya variasi metode pengukuran dan sumber data, namun secara umum NTT masih menghadapi tantangan besar dalam penurunan stunting (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025).

Tingginya angka stunting di NTT dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor langsung maupun tidak langsung. Faktor tersebut meliputi rendahnya asupan gizi, kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi, rendahnya pendidikan, kondisi sosial ekonomi, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Selain itu, faktor lingkungan seperti sanitasi yang buruk dan keterbatasan akses air bersih juga turut berkontribusi terhadap tingginya angka stunting (Sepeh et al., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa faktor seperti berat badan

lahir rendah, tinggi badan ibu, dan kondisi sosial ekonomi memiliki hubungan signifikan dengan kejadian stunting di NTT. Selain faktor kesehatan dan sosial ekonomi, masalah ketahanan pangan juga menjadi penyebab utama tingginya stunting di NTT. Beberapa wilayah di NTT masih tergolong rentan pangan, sehingga masyarakat mengalami keterbatasan dalam mengakses makanan bergizi. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang tidak hanya berfokus pada intervensi medis, tetapi juga pada pemanfaatan sumber daya lokal, khususnya pangan lokal (Atamou et al., 2023).

Pemanfaatan pangan lokal merupakan salah satu strategi potensial dalam pencegahan stunting. NTT memiliki beragam sumber pangan lokal yang kaya akan zat gizi, seperti jagung, sorgum, ubi-ubian, kacang-kacangan, daun kelor, serta hasil ternak dan perikanan. Daun kelor, misalnya, dikenal memiliki kandungan protein, zat besi, kalsium, dan vitamin yang tinggi, sehingga sangat potensial digunakan sebagai bahan pangan tambahan untuk meningkatkan status gizi anak. Selain itu, sorgum dan jagung sebagai pangan pokok lokal memiliki kandungan karbohidrat kompleks yang baik sebagai sumber energi (Leba et al., 2024). Pemanfaatan pangan lokal memiliki beberapa keunggulan, antara lain ketersediaannya yang melimpah, harga yang relatif terjangkau, serta kesesuaian dengan budaya masyarakat setempat. Dengan pengolahan yang tepat dan edukasi gizi kepada masyarakat, pangan lokal dapat menjadi alternatif solusi dalam meningkatkan asupan gizi keluarga, khususnya bagi ibu hamil, ibu menyusui, dan balita (Aloisia Uron Leba et al., 2024).

Dengan demikian, penanggulangan stunting di NTT memerlukan pendekatan yang komprehensif dan berkelanjutan, yang melibatkan intervensi gizi spesifik dan sensitif, peningkatan edukasi kesehatan, serta optimalisasi pemanfaatan pangan lokal. Upaya ini diharapkan dapat menurunkan prevalensi stunting secara signifikan dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia di NTT di masa mendatang.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif berbasis komunitas, dengan melibatkan masyarakat secara aktif dalam upaya pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal (Suwendi; Basir, Abd; Wahyudi, 2022). Sasaran dalam kegiatan ini meliputi ibu hamil dan ibu menyusui, ibu yang memiliki anak balita, kader posyandu. Kegiatan dilaksanakan di wilayah Desa Wini, Kabupaten Timor Tengah Utara, Provinsi Nusa Tenggara Timur dengan prevalensi stunting tinggi. Waktu pelaksanaan dilakukan selama 1

bulan yang mencakup tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam upaya pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal di wilayah Desa Wini, Kabupaten Timor Tengah Utara, Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) telah berjalan dengan baik dan mendapat respons positif dari masyarakat. Kegiatan ini melibatkan ibu hamil, ibu menyusui, ibu balita, serta kader posyandu sebagai sasaran utama. Peserta kegiatan berjumlah 37 orang. Sebagian besar peserta memiliki tingkat pendidikan menengah ke bawah dan bekerja sebagai ibu rumah tangga, dengan kondisi sosial ekonomi yang beragam.

Sebagian besar peserta memiliki tingkat pendidikan menengah ke bawah dan bekerja sebagai ibu rumah tangga, dengan kondisi sosial ekonomi yang beragam. Sebelum penyuluhan, sebagian besar peserta belum memahami secara optimal tentang stunting, penyebab, dan dampaknya. Setelah penyuluhan, mayoritas peserta mampu menjelaskan pengertian stunting, pentingnya 1000 HPK, serta cara pencegahannya. Secara umum terjadi peningkatan skor pengetahuan peserta secara signifikan.

Peningkatan pengetahuan yang signifikan pada peserta setelah penyuluhan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memiliki peran penting dalam mengubah perilaku masyarakat. Menurut teori perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi terbentuknya sikap dan tindakan seseorang (Sugiarto et al., 2025). Kurangnya pemahaman tentang stunting, terutama terkait penyebab dan dampaknya dalam periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sering menjadi salah satu penyebab rendahnya praktik pemberian makan yang tepat. Setelah diberikan edukasi, peserta mampu memahami pentingnya asupan gizi seimbang, yang kemudian mendorong perubahan perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan secara sistematis dan kontekstual dapat meningkatkan literasi gizi masyarakat (Nursa'iidah & Rokhaidah, 2022).

Melalui kegiatan demonstrasi, peserta menunjukkan peningkatan keterampilan dalam mengolah pangan lokal menjadi makanan bergizi. Beberapa hasil yang dicapai seperti peserta mampu mempraktikkan pembuatan menu berbahan dasar daun kelor dan jagung. Peserta memahami kombinasi bahan pangan untuk memenuhi kebutuhan gizi balita dan ibu hamil. Terjadi peningkatan minat masyarakat dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai alternatif makanan sehat.

Metode demonstrasi terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan peserta dalam mengolah pangan lokal. Pendekatan praktik langsung memberikan pengalaman nyata (experiential learning), sehingga peserta lebih mudah memahami dan mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh. Pemanfaatan bahan pangan lokal seperti daun kelor, jagung, dan sorgum merupakan strategi yang tepat, mengingat bahan-bahan tersebut mudah diperoleh dan memiliki kandungan gizi yang tinggi. Daun kelor, misalnya, kaya akan protein, zat besi, kalsium, dan vitamin yang berperan penting dalam pertumbuhan anak. Dengan demikian, pemanfaatan pangan lokal tidak hanya meningkatkan kualitas gizi, tetapi juga mendukung ketahanan pangan keluarga (Soptiana et al., 2024).

Kegiatan ini juga berdampak pada perubahan sikap dan perilaku masyarakat, antara lain meningkatnya kesadaran akan pentingnya pemberian makanan bergizi seimbang, adanya komitmen ibu untuk memperbaiki pola makan keluarga serta mulai diterapkannya pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal pada balita. Perubahan sikap dan perilaku yang ditunjukkan oleh peserta, seperti meningkatnya kesadaran dalam memberikan makanan bergizi dan penerapan pola makan sehat, merupakan indikator keberhasilan intervensi. Hal ini sesuai dengan teori bahwa perubahan perilaku terjadi melalui tahapan pengetahuan, sikap, dan praktik (*Knowledge–Attitude–Practice*). Penerapan pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal pada balita menunjukkan adanya adopsi perilaku baru yang lebih sehat. Namun demikian, perubahan perilaku ini perlu didukung oleh pendampingan berkelanjutan agar dapat menjadi kebiasaan yang menetap (Widia et al., 2024).

Pelatihan yang diberikan kepada kader posyandu menunjukkan hasil sebagai berikut kader lebih aktif dalam melakukan edukasi kepada masyarakat, meningkatnya kemampuan kader dalam pemantauan pertumbuhan balita serta kader mampu memberikan konseling sederhana terkait gizi dan stunting. Kader posyandu memiliki peran penting sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat. Peningkatan kapasitas kader dalam deteksi dini stunting dan edukasi gizi menunjukkan bahwa pemberdayaan kader merupakan strategi efektif dalam memperluas jangkauan intervensi. Dengan kemampuan yang lebih baik, kader dapat melakukan pemantauan pertumbuhan balita secara rutin serta memberikan edukasi kepada keluarga secara berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan pendekatan pemberdayaan masyarakat (*community empowerment*) dalam program kesehatan masyarakat.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini berhasil meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kesadaran masyarakat dalam pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal. Selain itu, kegiatan ini juga memperkuat peran kader posyandu dalam edukasi dan pemantauan status gizi masyarakat. Dengan demikian, program ini berpotensi menjadi salah satu strategi efektif dalam upaya penurunan angka stunting di Nusa Tenggara Timur.

DAFTAR PUSTAKA

Aloisia Uron Leba, M., Komisia, F., Benedikta Tukan, M., San Juan, J., Timur, P., Tengah, K., Kupang, K., & Tenggara Timur, N. (2024). Edukasi Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Mencegah Stunting Education on the Use of Local Food to Prevent Stunting. In *Abdimas Galuh* (Vol. 6, Issue 2).

Atamou, L., Rahmadiyah, D. C., Hassan, H., & Setiawan, A. (2023). Analysis of the Determinants of Stunting among Children Aged below Five Years in Stunting Locus Villages in Indonesia. *Healthcare (Switzerland)*, *11*(6). https://doi.org/10.3390/healthcare11060810

BKKBN. (2021). Buku Pintar Stunting. *Buku Pintar Stunting Edisi 1*, 1–63.

Kemenkes, humas B. (2025). SSGI 2024 : Prevalensi Stunting Nasional Turun. *Kemenkes B, May*, 1–3.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). SSGI 2024 : Prevalensi Stunting Nasional Turun Menjadi 19,8%. *Jakarta, 26 Mei 2025*, 1–3.

Leba, M. A. U., Komisia, F., & Tukan, M. B. (2024). Edukasi Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Mencegah Stunting. *Abdimas Galuh*, *6*(2), 1308. https://doi.org/10.25157/ag.v6i2.14961

Nursa'iidah, S., & Rokhaidah. (2022). Pendidikan, Pekerjaan Dan Usia Dengan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting. *Indonesian Jurnal of Health Development*, *4*(1), 9–18.

Public Relations of BKPK. (2025). SSGI 2024: National Stunting Prevalence Drops to 19,8% - Health Development Policy Agency | BKPK Kemenkes. In *Kemenkes BKPK* (p. 1).

Sepeh, Y. R., Simanihuruk, R., & Kofi, M. M. (2023). Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Mencegah Stunting Di Desa Oenenu Selatan Kabupaten Timor Tengah UTARA. *Jurnal Kesehatan Komunitas Santa Elisabeth*, *0*(0), 90–102.

Soptiana, H., Putri, H. T. P. A., Agisna, L. A. M., Rusyda, A. P. N., Hasanah, E., Afriani, F., Atikha, L. S., Putra, N. L. H., Umam, M., & Sufrafti, L. (2024). Pemanfaatan Sumber Daya Lokal Dalam Kegiatan Demonstrasi Masak Dan Pmt Untuk Pencegahan Stunting Di Kelurahan Panji Sari. *Jurnal Wicara Desa*, *2*(5), 485–491. https://doi.org/10.29303/wicara.v2i5.5557

Sugiarto, S., Az, R., & Entianopa, E. (2025). Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Stunting melalui Penyuluhan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, *8*(2), 972–981. https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i2.17691

Suwendi; Basir, Abd; Wahyudi, J. (2022). Metode Pengabdian Masyarakat. In *Экономика Региона*.

Widia, N., Wahyu Wibowo, Y., & Charisma, D. (2024). Sosialisasi Pencegahan Stunting dan Demonstrasi Pembuatan Pemberian Makanan Tambahan untuk Anak Balita. *Prosiding Webinar Pengabdian Masyarakat*. https://doi.org/10.23917/abdimas.5252