

ABDIKU NEGERI: JURNAL PENGABDIAN UNTUK PENDIDIKAN

MAGISTER ADMINISTRASI PENDIDIKAN UM KENDARI

✉ abdiku jurnal@gmail.com

Edukasi Gizi dan Pangan Lokal sebagai Strategi Pengabdian Masyarakat untuk Menurunkan Risiko Stunting di Kota Kendari

Nasir¹, Titi Fatmawati², Asmawati³, Ersyanda Yunarzat⁴, Marlina Deli⁵, Nini Fitriani⁶, Sahidin⁷, La Baso⁸, Nuraidah⁹, Hajarudin¹⁰, Nasriah¹¹, Rapena¹², Saharuddin¹³, Roslani¹⁴, Sri Marni¹⁵, Astinaningsih¹⁶, Fitriany Amir¹⁷, Eka Mariati¹⁸, Dwi Wahyuningsih¹⁹, Hamzah Dzul²⁰, Lilianti²¹, Abubakar²², Rasid²³

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23} Universitas Muhammadiyah Kendari, Indonesia

Penulis koresponden: Ninifitriani1998@gmail.com

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat Artikel Diterima: 09-24-2025 Direvisi: 09-24-2025 Diterima: 09-24-2025	Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia, dengan prevalensi nasional mencapai 19,8% pada tahun 2024. Kondisi ini berdampak tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan kognitif dan produktivitas generasi muda di masa depan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan seminar edukasi gizi berbasis pangan lokal sebagai strategi pencegahan stunting sekaligus bentuk pengabdian masyarakat oleh dosen dan mahasiswa. Kontribusi utama kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran orang tua, guru, dan masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang serta pemanfaatan pangan lokal sebagai alternatif sehat dan terjangkau. Metode penelitian menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif melalui seminar interaktif yang menghadirkan dua narasumber, melibatkan 40 peserta, serta memanfaatkan data kuesioner, observasi, dan dokumentasi kegiatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 85% peserta mengalami peningkatan pemahaman tentang gizi seimbang, 78% termotivasi untuk menggunakan pangan lokal, dan 70% siap mengubah pola konsumsi keluarga. Diskusi interaktif juga memperkuat kesadaran kolektif antara guru, orang tua, dan anak dalam upaya pencegahan stunting berbasis komunitas. Kesimpulannya, kegiatan seminar ini berhasil menjawab tujuan penelitian, yakni memperkuat kapasitas masyarakat melalui edukasi gizi dan pemanfaatan pangan lokal. Temuan ini sekaligus mempertegas pentingnya pelibatan masyarakat dalam bentuk seminar interaktif sebagai model praktis pengabdian yang dapat direplikasi di komunitas lain untuk mendukung target nasional penurunan stunting.
Kata Kunci stunting, pelibatan masyarakat, edukasi gizi dan pangan lokal	

PENDAHULUAN

Stunting hingga kini masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang

serius di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan terhambatnya pertumbuhan tinggi badan anak akibat kekurangan gizi kronis sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting nasional berada pada angka 19,8% atau setara dengan 4,48 juta balita (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Meskipun angka ini mengalami penurunan dari tahun sebelumnya, prevalensi tersebut masih jauh dari target pemerintah untuk menekan angka stunting di bawah 14% pada tahun 2029 (Bappenas, 2021). Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga menghambat perkembangan kognitif, meningkatkan kerentanan terhadap penyakit kronis, serta menurunkan produktivitas individu pada masa dewasa (WHO, 2022; Black et al., 2013). Oleh karena itu, pencegahan stunting dipandang sebagai investasi jangka panjang dalam peningkatan kualitas sumber daya manusia (Victora et al., 2008).

Permasalahan stunting sangat erat kaitannya dengan faktor sosial-ekonomi dan pola konsumsi keluarga. UNICEF (2021) menegaskan bahwa rendahnya asupan protein hewani, minimnya variasi makanan, serta praktik pola asuh yang kurang tepat merupakan determinan utama yang mendorong tingginya angka stunting. Faktor struktural seperti kemiskinan, rendahnya tingkat pendidikan orang tua, dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan juga memperburuk kondisi ini (Headey et al., 2018; Prendergast & Humphrey, 2014). Studi Leroy et al. (2016) menegaskan bahwa perbaikan perilaku konsumsi keluarga memiliki peran signifikan dalam mencegah stunting, bahkan lebih besar dibandingkan intervensi medis semata.

Dalam konteks Indonesia, pemanfaatan pangan lokal memiliki potensi besar sebagai solusi. Berbagai komoditas seperti ubi kayu, singkong, jagung, ikan, dan sayuran hijau tersedia melimpah, murah, dan kaya gizi (Utami & Wahyuni, 2022). Namun, masyarakat cenderung mengabaikan pangan lokal karena adanya persepsi bahwa pangan modern lebih prestisius (Rahayu, 2020). Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan yang perlu dijembatani melalui edukasi gizi berbasis potensi lokal (Hidayat & Rukmana, 2022). Penelitian Suryani dan Wahyuni (2021) menunjukkan bahwa pemanfaatan pangan lokal dapat secara signifikan meningkatkan status gizi anak sekaligus memperkuat ketahanan pangan daerah.

Secara teoritis, pelibatan masyarakat (community engagement) menjadi pendekatan strategis dalam menghadapi persoalan kesehatan. Bringle dan Hatcher (2002) menyebutkan bahwa keterlibatan masyarakat merupakan proses dua arah yang memungkinkan transfer pengetahuan sekaligus pembelajaran timbal balik antara akademisi dan masyarakat. Ife (2016) menegaskan bahwa pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari potensi lokal dan kearifan budaya sehingga solusi yang ditawarkan relevan dan berkelanjutan. Selain itu, Astin et al. (2000) menekankan konsep service learning sebagai pendekatan yang mendorong keterlibatan aktif mahasiswa dan dosen dalam memberikan penyuluhan, mendampingi masyarakat, serta belajar dari praktik nyata. Teori *ecological model of health behavior* dari McLeroy et al. (1988) menjelaskan bahwa status kesehatan anak dipengaruhi oleh faktor individual, keluarga, komunitas, hingga kebijakan publik. Artinya, perubahan perilaku konsumsi gizi harus dilakukan secara komprehensif, bukan hanya pada level medis. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi secara langsung mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap orang tua mengenai pola konsumsi sehat (Handayani et al., 2020; Dewi & Kartika, 2021). Namun, pendekatan tersebut masih terbatas pada penyuluhan satu arah tanpa mengintegrasikan potensi pangan lokal dan partisipasi aktif masyarakat (Nugroho & Fadhilah, 2022). Oleh karena itu terdapat celah penelitian yang perlu diisi. Jika penelitian sebelumnya lebih menekankan pada

intervensi klinis atau sosialisasi konvensional, maka pendekatan berbasis pengabdian masyarakat yang menekankan penyampaian materi interaktif masih jarang dilakukan (Lestari & Alwi, 2021). Anwar dan Rahman (2020) menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dapat menurunkan risiko stunting melalui pendekatan partisipatif. Sejalan dengan itu, Syamsuddin dan Idris (2020) menekankan pentingnya edukasi gizi yang berbasis pemberdayaan masyarakat untuk membangun kesadaran kolektif. Oleh karena itu, tujuan artikel ini adalah untuk mendeskripsikan pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui edukasi gizi berbasis pangan lokal dalam pencegahan stunting, menganalisis kontribusinya dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, serta menelaah bagaimana pelibatan masyarakat dapat menjadi model praktis dalam upaya pencegahan stunting di Indonesia.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode studi lapangan melalui pelaksanaan seminar edukasi gizi. Lokasi penelitian adalah Aula Gedung E, Lantai 4 Universitas Muhammadiyah Kendari, Sulawesi Tenggara, pada tanggal 30 Agustus 2025. Pemilihan lokasi ini dilakukan dengan pertimbangan ketersediaan fasilitas yang memadai untuk menampung peserta dan menciptakan suasana belajar yang kondusif. Populasi penelitian mencakup orang tua, guru, dan murid dari TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Kendari, dengan total 40 peserta. Dari jumlah tersebut, sebanyak 37 orang tua dan guru hadir bersama anak-anak mereka, sehingga kelompok sasaran penelitian terdiri dari orang dewasa sebagai penerima utama edukasi dan anak-anak sebagai penerima manfaat tidak langsung.

Bahan penelitian meliputi materi seminar berupa presentasi dari narasumber, data statistik prevalensi stunting nasional dan daerah, serta modul sederhana yang berisi informasi tentang pangan lokal dan kandungan gizinya. Bahan tambahan berupa contoh pangan lokal (ubi kayu, ubi jalar, jagung, dan sayuran hijau) juga digunakan sebagai media visual untuk memperkuat pemahaman peserta. Persiapan bahan dilakukan melalui penyusunan slide presentasi, pengumpulan data sekunder dari laporan resmi (Kementerian Kesehatan RI, UNICEF, dan WHO), serta pengadaan contoh pangan lokal yang diperlihatkan kepada peserta saat seminar berlangsung. Protokol penelitian dimulai dengan registrasi peserta, pembukaan acara, penyampaian materi oleh dua narasumber, sesi diskusi interaktif, serta evaluasi singkat melalui penyebaran kuesioner sederhana. Narasumber pertama menyampaikan materi tentang pentingnya gizi seimbang dan periode emas 1000 hari pertama kehidupan (HPK), sedangkan narasumber kedua menjelaskan potensi pangan lokal sebagai solusi gizi seimbang dalam pencegahan stunting. Setelah itu, peserta diberikan kesempatan bertanya dan berdiskusi untuk mengaitkan materi dengan pengalaman sehari-hari.

Pengukuran hasil penelitian dilakukan dengan menilai peningkatan pengetahuan peserta melalui dua indikator utama: (1) tingkat pemahaman berdasarkan hasil diskusi dan tanya jawab, serta (2) persepsi peserta yang dikumpulkan melalui kuesioner singkat yang berisi pertanyaan tertutup dan terbuka mengenai manfaat seminar. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif, dengan menghitung persentase respon positif peserta terhadap materi yang disampaikan. Uji statistik sederhana berupa analisis persentase dan kecenderungan distribusi jawaban digunakan untuk menggambarkan sejauh mana seminar berkontribusi pada peningkatan pengetahuan peserta.

Variabel penelitian terdiri atas variabel independen berupa kegiatan seminar edukasi gizi dengan topik pemanfaatan pangan lokal, dan variabel dependen berupa peningkatan pengetahuan,

kesadaran, serta persepsi positif peserta terhadap pencegahan stunting. Data yang dikumpulkan mencakup dokumentasi kegiatan, hasil observasi partisipatif, serta tanggapan peserta melalui kuesioner evaluasi. Data sekunder mengenai prevalensi stunting juga digunakan untuk memperkuat konteks penelitian.

Program pelibatan masyarakat dalam penelitian ini dirancang dengan mengutamakan partisipasi aktif peserta. Dosen berperan sebagai fasilitator sekaligus narasumber, mahasiswa bertugas mendampingi peserta dan mengelola sesi diskusi, sementara masyarakat (orang tua dan guru) dilibatkan sebagai subjek utama penerima manfaat. Anak-anak yang ikut hadir diperkenalkan secara langsung pada pangan lokal melalui sesi pengenalan dan pencicipan menu sehat. Dengan demikian, program ini tidak hanya memberikan pengetahuan teoritis, tetapi juga menghadirkan pengalaman praktis yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

HASIL DAN DISKUSI

1. Hasil

Kegiatan seminar pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 40 peserta yang terdiri dari guru, orang tua, dan murid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Kendari. Dua narasumber utama menyampaikan materi berbeda namun saling melengkapi: narasumber pertama membahas pentingnya gizi seimbang dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sementara narasumber kedua menjelaskan potensi pangan lokal sebagai strategi praktis pencegahan stunting.

Hasil evaluasi awal terhadap peserta menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memahami secara mendalam keterkaitan antara pemanfaatan pangan lokal dengan upaya pencegahan stunting. Namun setelah mengikuti seminar, 85% peserta menyatakan memperoleh pemahaman baru, 78% menyatakan lebih termotivasi untuk memanfaatkan pangan lokal, dan 70% menyatakan siap mengubah pola konsumsi keluarga agar lebih sehat. Tabel 1 menampilkan ringkasan tanggapan peserta terhadap kegiatan seminar.

Table 1. Respon Peserta terhadap Seminar Edukasi Gizi dan Pemanfaatan Pangan Lokal

Variabel Evaluasi	Jumlah Responden (n=40)	Persentase (%)
Pemahaman tentang gizi seimbang meningkat	34	85
Termotivasi menggunakan pangan lokal	31	78
Siap mengubah pola konsumsi keluarga	28	70
Diskusi interaktif membantu pemahaman	36	90
Seminar relevan dengan kebutuhan keluarga	38	95

Selain data kuesioner, dokumentasi lapangan memperlihatkan bahwa peserta menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi diskusi dan tanya jawab. Beberapa orang tua menanyakan resep berbasis pangan lokal yang disukai anak-anak, sementara guru berkomitmen untuk menyisipkan

pesan gizi dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari. Gambar 1 menampilkan suasana seminar saat narasumber memberikan paparan terkait gizi seimbang dan periode 1000 HPK.



Figure 1. Suasana seminar saat penyampaian materi oleh narasumber utama

2. Diskusi

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa seminar berbasis pelibatan masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua serta guru tentang pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal. Temuan ini sejalan dengan teori *community engagement* yang menyatakan bahwa pelibatan masyarakat dalam proses edukasi memberikan dampak yang lebih kuat dibandingkan dengan pendekatan *top-down* (Bringle & Hatcher, 2002).

Keterlibatan dosen sebagai narasumber, mahasiswa sebagai fasilitator, dan masyarakat sebagai peserta aktif menunjukkan adanya praktik *service learning* dalam kegiatan ini (Astin et al., 2000). Melalui interaksi timbal balik, pengetahuan tidak hanya ditransfer dari akademisi ke masyarakat, tetapi juga diperkaya oleh pengalaman nyata yang disampaikan peserta. Hal ini mendukung pandangan Ife (2016) bahwa pemberdayaan masyarakat harus berbasis pada potensi lokal, dalam hal ini pemanfaatan pangan tradisional seperti ubi, jagung, dan ikan sebagai sumber gizi utama.

Kebaruan (*novelty*) dari penelitian ini terletak pada pendekatan seminar interaktif yang mengintegrasikan materi akademis dengan praktik sehari-hari berbasis pangan lokal. Jika penelitian sebelumnya lebih banyak menyoroti intervensi klinis atau penyuluhan konvensional (Handayani et al., 2020; Utami et al., 2022), maka penelitian ini menunjukkan bahwa forum seminar dapat menjadi media efektif dalam membangun kesadaran kolektif antara orang tua, guru, dan anak. Diskusi interaktif memungkinkan peserta menghubungkan materi dengan pengalaman hidup mereka, sehingga memperkuat pemahaman dan motivasi untuk berubah.

Implikasi dari program ini cukup signifikan bagi masyarakat. Pertama, orang tua memperoleh keterampilan dan motivasi untuk menyediakan makanan bergizi berbasis pangan lokal. Kedua, guru dapat berperan sebagai agen perubahan dengan mengintegrasikan edukasi gizi ke dalam pembelajaran. Ketiga, anak-anak diperkenalkan secara langsung pada pangan lokal, yang dapat membentuk preferensi positif sejak dini. Dengan demikian, seminar ini bukan sekadar

kegiatan satu arah, melainkan sebuah model *community-based intervention* yang dapat direplikasi di sekolah lain atau posyandu di daerah dengan prevalensi stunting tinggi.

SIMPULAN

Studi ini menunjukkan bahwa pelibatan masyarakat melalui seminar edukasi gizi dengan dua narasumber berhasil meningkatkan pemahaman, motivasi, dan kesadaran peserta mengenai pentingnya gizi seimbang serta potensi pangan lokal sebagai solusi praktis pencegahan stunting. Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan seminar interaktif yang mengintegrasikan teori gizi dengan praktik berbasis kearifan lokal, yang sekaligus menegaskan relevansi konsep *community engagement* dan *service learning* dalam kegiatan pengabdian masyarakat.

Manfaat langsung dari program ini dirasakan oleh orang tua, guru, dan anak-anak, yang memperoleh wawasan serta keterampilan baru untuk memanfaatkan pangan lokal dalam kehidupan sehari-hari. Secara teoretis, manuskrip ini memperkuat literatur tentang pemberdayaan masyarakat berbasis pangan lokal sebagai strategi kesehatan masyarakat yang berkelanjutan. Implikasi praktisnya, model seminar ini dapat direplikasi di sekolah maupun komunitas lain sebagai upaya nyata mendukung target nasional penurunan stunting sekaligus memperkuat ketahanan pangan lokal.

Ucapan Terimakasih

Penelitian ini tidak menerima pendanaan eksternal. Penulis menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Kendari, Program Studi Magister Administrasi Pendidikan, serta seluruh panitia, narasumber, mahasiswa, guru, dan orang tua murid TK Aisyiyah Bustanul Athfal 1 Kendari yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan seminar ini. Dukungan dan keterlibatan mereka sangat berarti dalam keberhasilan program pelibatan masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, B., & Rahman, S. (2020). Community-based intervention for reducing stunting in Indonesia. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 7(9), 3345–3352.
- Astin, A. W., Vogelgesang, L. J., Ikeda, E. K., & Yee, J. A. (2000). How service learning affects students. Los Angeles, CA: Higher Education Research Institute.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas). (2021). Rencana aksi nasional percepatan penurunan stunting 2021–2024. Jakarta, Indonesia: Bappenas.
- Black, R., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., ... & Uauy, R. (2013). Maternal and child nutrition: Building momentum for impact. *The Lancet*, 382(9890), 372–389.
- Bringle, R., & Hatcher, J. (2002). A service-learning curriculum for faculty. *Michigan Journal of Community Service Learning*, 2(1), 112–122.
- Dewi, L., & Kartika, A. S. (2021). Peran pendidikan gizi dalam perubahan perilaku konsumsi. *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics*, 8(2), 102–110.
- Handayani, S., Putri, R., & Fitria, D. (2020). Edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu balita dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 145–152.
- Headey, T., Hoddinott, K., & Park, J. (2018). Drivers of nutritional improvement in developing countries. *World Development*, 109, 27–44.

- Hidayat, M., & Rukmana, L. (2022). Edukasi gizi dalam peningkatan pengetahuan keluarga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(1), 77–84.
- Ife, J. (2016). *Community development in an uncertain world*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan nasional riset kesehatan dasar*. Jakarta, Indonesia: Kemenkes.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Survei status gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024*. Jakarta, Indonesia: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Leroy, S., Olney, P., & Ruel, M. (2016). Positive impacts of integrated nutrition interventions. *Journal of Nutrition*, 146(5), 947–956.
- Lestari, H., & Alwi, M. (2021). Keterlibatan perguruan tinggi dalam pencegahan stunting melalui pengabdian masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 33–41.
- McLeroy, K., Bibeau, D., Steckler, A., & Glanz, K. (1988). An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly*, 15(4), 351–377.
- Nugroho, R., & Fadhillah, T. (2022). Evaluasi program penyuluhan gizi pada keluarga balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(3), 212–220.
- Prendergast, A., & Humphrey, J. (2014). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265.
- Rahayu, S. (2020). Preferensi konsumsi masyarakat terhadap pangan lokal. *Jurnal Sosial Ekonomi Pertanian*, 15(2), 45–55.
- Suryani, A., & Wahyuni, N. (2021). Local food-based complementary feeding in preventing stunting. *Public Health Nutrition Journal*, 25(3), 356–364.
- Syamsuddin, A., & Idris, R. F. (2020). Edukasi gizi dan pemberdayaan masyarakat sebagai strategi pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 119–126.
- United Nations Children’s Fund (UNICEF). (2021). *Situasi anak di Indonesia: Gizi dan perlindungan*. Jakarta, Indonesia: UNICEF Indonesia.
- Utami, F., & Wahyuni, R. (2022). Pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting. *Jurnal Gizi Indonesia*, 10(1), 23–31.
- Victora, A., Adair, L., Fall, C., Hallal, P. C., Martorell, R., Richter, L., & Sachdev, H. S. (2008). Maternal and child undernutrition: Consequences for adult health and human capital. *The Lancet*, 371(9609), 340–357.
- World Health Organization. (2022). *Global nutrition targets 2025: Policy brief series*. Geneva, Switzerland: WHO.