Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 8 No 3 Tahun 2026

PEMBERDAYAAN PANGAN LOKAL MELALUI PROGRAM PELITA (PEMBERIAN PANGAN LOKAL UNTUK IBU DAN BALITA) SEBAGAI MODEL PENCEGAHAN STUNTING

Iin Nur Zulaili[1], Ouliya Zoelfikarsyah [2], Adom Javas Pragata[3], Ferdiansyah Budi Darmawan [4]
Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Email: ouliyazoelfikarsyah@gmail.com

Abstract. *Stunting is a form of growth and developmental impairment in toddlers that can begin as early as the mother's pregnancy. Stunting is caused by prolonged malnutrition. However, the incidence of stunting in Indonesia remains quite high, including in Sugihwaras Village, Kalitengah Subdistrict, Lamongan Regency. Through in-depth interviews and observations with the community, data regarding stunting was collected. The number of stunting cases identified in Sugihwaras Village reached 14 toddlers across all 5 hamlets. Based on this data, students from UINSA's Community Service Program (KKN) Group 75 initiated a cooking demonstration aimed at parents of toddlers, pregnant women, and breastfeeding mothers. By utilizing a variety of local food ingredients namely milkfish and tempeh the students sought to leverage local food availability as a tool to address the issue of stunting in Sugihwaras Village. During the cooking demonstration, participants actively engaged in the cooking process, ensuring they gained practical knowledge they could apply at home.*

Keywords *: Stunting; Local Food; Nutritions; PMT.*

Article History
Received: November 2026
Reviewed: November 2026
Published: November 2026

Plagirism Checker No 234.KK.44.893484
Copyright : Author
Publish by : Krepa

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

LATAR BELAKANG

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka waktu yang panjang, yang dapat dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia 24 bulan. Kondisi ini ditandai dengan terhambatnya laju pertumbuhan, terutama tinggi badan yang tidak sesuai dengan usia. Dampak stunting tidak hanya terbatas pada pertumbuhan fisik, tetapi juga mempengaruhi perkembangan mental, kemampuan kognitif, serta kecerdasan intelektual anak. Balita yang mengalami stunting cenderung sulit mencapai pertumbuhan yang optimal meskipun telah mendapatkan penanganan, sehingga dampaknya dapat berlanjut hingga usia dewasa. Selain itu, individu yang pernah mengalami stunting pada masa kecil memiliki risiko lebih tinggi melahirkan keturunan dengan berat badan lahir rendah, sehingga berpotensi memperpanjang siklus masalah gizi antargenerasi (Rusliani dkk., 2022).

Stunting atau kondisi balita dengan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar usianya merupakan salah satu permasalahan gizi yang masih menjadi perhatian di berbagai negara. Pada tahun 2017, diperkirakan sebanyak 22,2% atau sekitar 150,8 juta balita di seluruh dunia mengalami stunting. Meskipun demikian, angka tersebut menunjukkan penurunan dibandingkan tahun 2000 yang mencapai 32,6%. Sebagian besar kasus stunting pada tahun 2017 berasal dari kawasan Asia, yaitu sekitar 55%, sedangkan sekitar 39% lainnya berasal dari Afrika. Dari total 83,6 juta balita stunting di Asia, proporsi terbesar terdapat di Asia Selatan sebesar 58,7%, sementara proporsi terendah berada di Asia Tengah, yaitu sebesar 0,9%. Berdasarkan data prevalensi stunting yang dihimpun oleh *World Health*

Organization (WHO), Indonesia termasuk salah satu negara dengan prevalensi stunting tertinggi di kawasan Asia Tenggara (South-East Asia Regional/SEAR), menempati peringkat ketiga di wilayah tersebut (Rusliani dkk., 2022).

Indonesia masih menghadapi tantangan yang cukup besar dalam upaya penanggulangan stunting. Berbagai faktor berkontribusi terhadap tingginya prevalensi stunting, di antaranya kondisi makro ekonomi serta akses masyarakat terhadap layanan kesehatan. Oleh karena itu, pemerintah menjadikan percepatan penurunan stunting sebagai salah satu program prioritas nasional. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi stunting pada tahun 2024 tercatat sebesar 19,8%, mengalami penurunan dibandingkan tahun 2023 yang mencapai 21,5%. Meskipun demikian, angka tersebut masih tergolong tinggi karena diperkirakan sekitar 4.482.340 balita di Indonesia masih mengalami stunting. Salah satu kendala dalam pelaksanaan program penurunan stunting adalah penerapan kebijakan yang cenderung seragam di seluruh daerah, padahal setiap wilayah memiliki karakteristik, penyebab, dan faktor risiko yang berbeda. Oleh sebab itu, diperlukan kajian yang lebih komprehensif sebagai dasar penyusunan strategi penanganan stunting yang sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masing-masing daerah (Purnama dkk., 2025).

Provinsi Jawa Timur merupakan salah satu wilayah prioritas dalam pelaksanaan intervensi percepatan penurunan stunting secara terintegrasi pada tahun 2025. Berdasarkan data tahun 2023, prevalensi stunting di provinsi ini tercatat sebesar 17,7%. Di antara seluruh kabupaten/kota di Jawa Timur, Kabupaten Lamongan mencatat penurunan prevalensi stunting yang sangat signifikan, yaitu dari 27,5% pada tahun 2022 menjadi 9,4% pada tahun 2023 (TPPS Provinsi Jawa Timur, 2024). Capaian tersebut menunjukkan adanya kemajuan yang penting sehingga perlu dikaji lebih lanjut, khususnya mengenai peran pemerintah daerah dalam mendukung percepatan penurunan stunting. Hal ini sejalan dengan fungsi pemerintah daerah yang memiliki kewenangan dan tanggung jawab dalam penyelenggaraan urusan pemerintahan di tingkat daerah (Fathoni, 2025).

Berbagai faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting di Kabupaten Lamongan meliputi kurangnya pemenuhan kebutuhan gizi pada ibu hamil dan balita, pola pengasuhan anak yang belum optimal, serta kualitas air bersih dan sanitasi yang masih perlu ditingkatkan. Sebagai upaya penanganan, Pemerintah Kabupaten Lamongan membentuk Tim Percepatan Penurunan Stunting (TPPS) sesuai dengan amanat Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021. Selain itu, pemerintah daerah juga menetapkan Peraturan Bupati Lamongan Nomor 60 Tahun 2023 tentang Percepatan Penurunan Stunting sebagai landasan pelaksanaan berbagai program kesehatan dan perbaikan gizi yang disesuaikan dengan kebutuhan daerah (Fathoni, 2025).

Upaya yang berkelanjutan untuk mendukung percepatan penurunan stunting melalui pemberdayaan masyarakat di tingkat desa. Kegiatan pemberdayaan masyarakat ini dilakukan melalui rangkaian program PELITA (Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Ibu dan Balita). Program ini terbentuk atas inisiatif tim KKN kami sebagai solusi dalam penanganan dan pencegahan stunting di Desa Sugihwaras. Program PELITA (Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Ibu dan Balita) bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang cara mengolah bahan pangan lokal menjadi menu makanan sehat yang dapat membantu asupan harian Ibu dan Balita.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi dan wawancara dengan bidan desa Sugihwaras serta pengamatan terhadap kondisi lingkungan sekitar Desa Sugihwaras. Data primer diperoleh dari hasil pengukuran berat badan, tinggi badan setiap hari senin di polindes. Sedangkan data sekunder diperoleh dari wawancara dan observasi, kedua data ini digunakan untuk mengidentifikasi masalah utama yang dihadapi dalam menurunkan prevalensi stunting di Desa Sugihwaras.

Setelah tahap identifikasi masalah, langkah selanjutnya adalah mengolah data yang telah didapat dari wawancara dan observasi. Setelah itu merancang program kerja demonstrasi masak dengan menu yang telah sesuai dengan pedoman "isi piringku". Tim KKN 75 UINSA melakukan diskusi dengan element perangkat desa sugihwaras dan rekan tim KKN 75 UINSA untuk mendapatkan rancangan konsep acara yang akan dibawakan oleh tim KKN 75 UINSA.

Berdasarkan hasil survei dan diskusi bersama masyarakat, diperoleh informasi bahwa permasalahan kesehatan yang utama, khususnya pada kesehatan ibu dan anak, meliputi masih rendahnya pengetahuan dan kesadaran mengenai pentingnya pemenuhan asupan gizi selama masa kehamilan, belum optimalnya praktik pemberian ASI eksklusif kepada bayi, serta kurang tepatnya pemberian makanan pendamping atau makanan tambahan sesuai dengan usia dan kebutuhan anak. Berdasarkan temuan tersebut, kelompok kami melakukan diskusi internal untuk menentukan serta menyusun bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dinilai paling sesuai dengan kebutuhan dan permasalahan yang telah diidentifikasi.

Permasalahan yang terjadi di Desa Sugihwaras, tim KKN bekerja sama dengan perangkat Desa termasuk ibu bidan dan kader desa Sugihwaras mendapatkan hasil untuk mengadakan kegiatan demo masak terkait pencegahan stunting di desa Sugihwaras. Kegiatan ini berfokus kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan balita. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat dua tahapan kegiatan, antara lain:

1. Pra Kegiatan
   Pada tahap ini, tim KKN melakukan survei, observasi dan diskusi bersama dengan perangkat desa, bidan desa, dan kader untuk mengetahui permasalahan Kesehatan yang terjadi di Desa Sugihwaras. Setelah melakukan tahapan tersebut, tim kkn memaparkan informasi data yang didapat kepada rekan tim kkn dan juga element perangkat desa terkait situasi dan permasalahan kesehatan yang terjadi di Desa Sugihwaras. Sebagai tahap persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, tim terlebih dahulu melakukan koordinasi dan perizinan dengan bidan desa sebagai penanggung jawab pelayanan kesehatan di wilayah setempat. Selanjutnya, tim berkoordinasi dengan ibu kader PKK desa untuk menyampaikan informasi kepada sasaran kegiatan, yaitu ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu yang memiliki balita, mengenai jadwal dan pelaksanaan kegiatan. Selain itu, tim mempersiapkan seluruh sarana dan prasarana yang diperlukan guna mendukung kelancaran kegiatan. Sebagai bentuk implementasi edukasi gizi seimbang, tim juga menyediakan hidangan konsumsi yang mengacu pada Pedoman Isi Piringku Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2023, yang terdiri atas sumber karbohidrat, lauk berprotein, sayuran, buah-buahan, dan air minum dalam proporsi yang seimbang. Selain penyediaan konsumsi, tim juga menyiapkan souvenir yang akan diberikan kepada balita sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi mereka dalam mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Adapun kegiatan uji coba resep dan

evaluasi organoleptik awal dilakukan sebagai bahan evaluasi mengingat program ini melibatkan konsumsi masyarakat dan praktik secara langsung.

2. Pelaksanaan Kegiatan
   Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan rangkaian program yang bertajuk "PELITA" (Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Ibu dan Balita), yang diinisiasi oleh tim KKN sebagai upaya mendukung pencegahan stunting melalui pemanfaatan bahan pangan lokal di Desa Sugihwaras. Seluruh rangkaian kegiatan dirancang oleh divisi program KKN berdasarkan hasil identifikasi kebutuhan ibu hamil, ibu menyusui, dan balita di desa tersebut. Kegiatan dilaksanakan secara mandiri oleh tim KKN pada pukul 13.00–15.00 WIB di Balai Desa Sugihwaras. Sebelum kegiatan dimulai, seluruh anggota tim mengikuti *briefing* untuk memastikan pembagian tugas dan mekanisme pelaksanaan berjalan dengan baik. Kegiatan diawali dengan pproses registrasi peserta yang terdiri atas ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu yang memiliki balita. Selanjutnya, tim KKN memberikan edukasi mengenai pencegahan stunting melalui penyampaian materi tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang bagi ibu dan balita dengan mengacu pada Pedoman Isi Piringku Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2023 sebagai panduan dalam menyusun pola makan yang sehat, bergizi, dan seimbang. Penyampaian materi didukung dengan edukasi yang lebih mudah dipahami oleh peserta. Setelah sesi edukasi, kegiatan dilanjutkan dengan praktik demonstrasi pengolahan makanan bergizi menggunakan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh masyarakat. Menu yang diperagakan meliputi dimsum berbahan dasar ikan bandeng, nugget tempe, dan oseng wortel sebagai contoh menu bergizi, ekonomis, dan mudah diterapkan di tingkat rumah tangga. Hidangan yang telah diolah kemudian dibagikan kepada seluruh peserta sebagai contoh penerapan menu bergizi berbasis pangan lokal sekaligus memberikan pengalaman mencicipi hasil olahan yang telah didemonstrasikan. Kegiatan diakhiri dengan sesi dokumentasi bersama antara tim KKN, bidan desa, kader PKK, serta seluruh peserta sebagai bentuk penutup rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

3. Monitoring
   Tahap monitoring dan evaluasi dilaksanakan untuk menilai keberhasilan pelaksanaan program PELITA (Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Ibu dan Balita) serta mengetahui tingkat penerimaan peserta terhadap menu makanan bergizi yang telah didemonstrasikan. Monitoring dilakukan melalui plate waste atau sisa makanan secara langsung setelah peserta mengonsumsi hidangan yang disajikan sebagai indikator sederhana untuk menilai tingkat penerimaan makanan, di mana semakin sedikit sisa makanan yang tersisa menunjukkan bahwa menu yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh peserta. Selanjutnya, evaluasi dilakukan melalui umpan balik (*feedback*) dari bidan desa dan kader PKK mengenai hasil olahan pangan lokal yang telah disajikan. Penilaian dilakukan berdasarkan beberapa indikator, yaitu rasa, aroma, penampilan, dan penilaian secara keseluruhan terhadap makanan yang disajikan. Hasil monitoring dan evaluasi tersebut kemudian digunakan sebagai bahan refleksi untuk mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan pelaksanaan program serta sebagai dasar penyempurnaan kegiatan edukasi gizi dan demonstrasi pengolahan pangan lokal dalam upaya pencegahan stunting di Desa Sugihwaras.

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 8 No 3 Tahun 2026

HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Sugihwaras adalah desa yang berlokasi di Kecamatan Kalitengah, Kabupaten Lamongan, Provinsi Jawa Timur. Desa ini memiliki 5 Dusun yang berbeda-beda, yakni Dusun Depek, Dusun Mungsu, Dusun Poncol, Dusun Pengkol, dan Dusun Sumberejo. Desa Sugihwaras memiliki Polindes dan Posyandu di masing-masing Dusun nya. Desa Sugihwaras memiliki mayoritas pekerjaan sebagai petani dan tambak yang dapat bermanfaat sebagai pangan lokal masyarakat sekitar.

Tabel 1. Data Hasil Wawancara dengan Ibu Bidan Setempat

No.	Pertanyaan	Jawaban	Kode
1.	Bagaimana kondisi stunting di Desa Sugihwaras saat ini?	Saat ini terdapat 13 balita yang mengalami stunting di berbagai Dusun Sugihwaras	W1
2.	Apa penyebab utama stunting di Desa Sugihwaras?	Penyebabnya karena adanya Ibu hamil yang mengalami KEK	W2
3.	Program apa yang sudah dilakukan untuk pencegahan stunting di Desa Sugihwaras?	Posyandu rutin setiap awal bulan di berbagai dusun, pemberian PMT setiap hari pada balita stunting dan Ibu hamil KEK, edukasi gizi pada Ibu hamil serta Ibu balita	W3
4.	Apa potensi pangan lokal yang dapat dimanfaatkan di Desa Sugihwaras?	Desa memiliki hasil tambak berupa ikan bandeng dan pabrik tempe yang dapat dimanfaatkan sebagai sumber protein	W4

Keterangan : W1 = Wawancara ke-1 ;W3 = Wawancara ke-3
W2 = Wawancara ke-2 ;W4 = Wawancara ke-4

Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan desa serta data pengukuran antropometri yang dilakukan melalui kegiatan Posyandu, diketahui bahwa Desa Sugihwaras masih memiliki 14 balita yang mengalami stunting. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada ibu dan balita masih memerlukan perhatian melalui upaya *promotif* dan *preventif* yang melibatkan masyarakat secara langsung. Selain faktor asupan gizi yang belum optimal, hasil observasi juga menunjukkan bahwa sebagian ibu masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai penyusunan menu bergizi seimbang, pemanfaatan bahan pangan lokal, serta pengolahan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi ibu hamil, ibu menyusui, dan balita, berikut merupakan hasil dari observasi bisa dilihat dari tabel berikut:

Tabel 2. Data Hasil Observasi

No	Dusun	Balita			Ibu Hamil			Ibu Menyusui		
		N	**x**	**%**	**N**	**x**	**%**	**N**	**x**	**%**
1.	Depek	70	3	4,2	8	2	25	8	1	12,5
2.	Poncol	37	2	5,4	5	0	0	3	0	0
3.	Mungsu	32	1	3,1	4	0	0	8	0	0
4.	Pengkol	49	4	8,1	4	1	25	8	0	0
5.	Sumberejo	17	4	23,5	3	0	0	2	0	0

Keterangan : N = Total Balita/Ibu Hamil/Ibu Menyusui di Dusun Sugihwaras

x = Jumlah balita stunting / ibu Kekurangan Energi

% = Prevalensi jumlah balita stunting / ibu KEK

Temuan tersebut menunjukkan bahwa permasalahan stunting di Desa Sugihwaras masih memerlukan perhatian melalui upaya *promotif* dan *preventif*. Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan desa, sebagian besar kasus stunting dipengaruhi oleh kurang optimalnya pemenuhan gizi selama masa kehamilan dan balita, rendahnya variasi konsumsi pangan keluarga, serta masih terbatasnya pemahaman mengenai penyusunan menu bergizi seimbang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan masyarakat menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung percepatan penurunan stunting.

Potensi penghasilan Desa Sugihwaras sebagai daerah pertanian dan perikanan sebenarnya menyediakan berbagai bahan pangan lokal yang bernilai gizi tinggi dan mudah diperoleh masyarakat (Aulia dkk., 2024). Pemanfaatan bahan pangan tersebut sebagai menu bergizi sehari-hari masih belum optimal. Oleh karena itu, Tim KKN UIN Sunan Ampel Surabaya menginisiasi program "PELITA" (Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Ibu dan Balita) sebagai bentuk edukasi gizi berbasis pemberdayaan masyarakat dalam mendukung upaya pencegahan stunting, sekaligus mengenalkan kepada masyarakat terkait asset pangan lokal yang bisa digunakan, mudah didapat dan cukup terjangkau.

Program PELITA diawali dengan pemberian edukasi mengenai stunting, penyebab, dampak jangka panjang, serta pentingnya pemenuhan gizi seimbang selama masa kehamilan hingga usia dua tahun pertama kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kehidupan). Materi disampaikan dengan mengacu pada Pedoman "Isi Piringku" Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2023 sehingga peserta memperoleh pemahaman mengenai proporsi konsumsi karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayur, buah, serta pentingnya konsumsi air minum yang cukup setiap hari (Rahayu dkk., 2026). Penyampaian materi dilakukan secara komunikatif melalui diskusi dan tanya jawab sehingga peserta dapat menyampaikan berbagai permasalahan yang dihadapi dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Dengan mempertimbangkan nilai gizi dan keterjangkauan pada bahan, maka ditemukan 3 bahan utama sebagai model praktis demonstrasi masak, yaitu: 1. Ikan Bandeng,

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 8 No 3 Tahun 2026

2. Tempe dan 3. Wortel.

Gambar 1. Pra Kegiatan



Gambar di atas adalah proses persiapan bahan setengah jadi atau mentah yang di dinginkan semalaman sebelum digunakan di keesokan harinya.

Kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pengolahan makanan bergizi menggunakan bahan pangan lokal yang mudah dijumpai di Desa Sugihwaras. Menu yang diperagakan meliputi dimsum berbahan dasar ikan bandeng, nugget tempe, dan oseng wortel. Pemilihan menu tersebut mempertimbangkan kandungan gizi yang lengkap, yaitu protein hewani dari ikan bandeng, protein nabati dari tempe, serta vitamin dan mineral dari sayuran. Selain memiliki nilai gizi yang baik, seluruh bahan yang digunakan mudah diperoleh dengan harga yang relatif terjangkau sehingga masyarakat dapat menerapkannya secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Demonstrasi memasak tidak hanya memperlihatkan pproses pengolahan makanan, tetapi juga memberikan contoh teknik memasak yang tepat agar kandungan zat gizi tetap terjaga. Selama kegiatan berlangsung, peserta terlibat aktif mengikuti setiap tahapan demonstrasi, mulai dari pproses persiapan bahan, pengolahan, hingga penyajian makanan. Beberapa peserta juga mengajukan pertanyaan mengenai alternatif bahan pangan lain yang dapat digunakan sesuai dengan kondisi ekonomi keluarga masing-masing. Tingginya partisipasi peserta menunjukkan bahwa metode demonstrasi menjadi media edukasi yang lebih menarik dibandingkan penyampaian materi secara konvensional karena memberikan pengalaman belajar secara langsung (*learning by doing*) (Bara dkk., 2025). Adapun selama pproses memasak peserta dan narasumber saling melempar dan menjawab pertanyaan sebagai bentuk responsif dan menarik perhatian dua arah. Pertanyaan diberikan sesuai dengan tema terkait pola makan, serta saran apa saja yang bisa dilakukan oleh ibu ibu dari rumah.

Gambar 2. Pproses Memasak Bersama Ibu-Ibu



Gambar di atas merupakan pproses memasak bersama peserta aktif demo masak yang diambil dari total 3 peserta (masing masing satu dari Ibu Balita, Ibu Hamil dan Ibu Menyusui)

Evaluasi pengamatan terhadap *plate waste*, evaluasi juga dilakukan melalui umpan balik dari bidan desa dan kader PKK yang terlibat selama kegiatan. Penilaian dilakukan secara subjektif berdasarkan indikator rasa, aroma, penampilan, dan penilaian keseluruhan terhadap makanan yang disajikan. Berdasarkan hasil evaluasi, seluruh menu memperoleh tanggapan yang positif. Menurut bidan desa dan kader PKK, menu yang diperagakan memiliki cita rasa yang sesuai dengan selera masyarakat, aroma yang menarik, tampilan yang menggugah selera, serta berpotensi menjadi alternatif menu sehat bagi ibu dan balita di Desa Sugihwaras. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan kualitas konsumsi pangan keluarga.

Gambar 3. Sasaran Penerima



Gambar di atas merupakan penerima makanan jadi hasil dari kegiatan demo masak yang terdiri dari ibu balita, ibu hamil dan ibu menyusui.

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 8 No 3 Tahun 2026

Pelaksanaan Program PELITA menunjukkan bahwa edukasi gizi yang dipadukan dengan demonstrasi memasak mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang. Pendekatan ini memberikan pengalaman belajar yang lebih aplikatif karena peserta tidak hanya memperoleh informasi secara teoritis, tetapi juga menyaksikan secara langsung proses pengolahan makanan yang mudah dipraktikkan di rumah. Metode demonstrasi juga mampu meningkatkan kepercayaan diri peserta dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi menu yang lebih bervariasi dan bernilai gizi tinggi (Rahayu dkk., 2026).

Gambar 4. Hasil Jadi Masakan



Gambar di atas merupakan hasil jadi dari kegiatan demo masak dengan 5 menu dari pedoman "isi piring ku", yaitu: Dimsum bandeng sebagai protein hewani, Nugget tempe sebagai protein nabati, Oseng wortel sebagai sayuran, Pisang sebagai buah dan Nasi sebagai karbohidrat.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa pendidikan gizi berbasis praktik mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Selain itu, pemanfaatan pangan lokal merupakan salah satu strategi yang direkomendasikan dalam upaya percepatan penurunan stunting karena lebih mudah diakses masyarakat, memiliki biaya yang relatif rendah, serta mendukung ketahanan pangan lokal. Dengan memanfaatkan sumber daya yang tersedia di lingkungan sekitar, masyarakat tidak hanya memperoleh alternatif menu yang sehat, tetapi juga dapat meningkatkan kemandirian dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga secara berkelanjutan (Mardya dkk., 2026).

Gambar 5. Pengawasan Pemberian Makan Pada Balita



Gambar di atas merupakan kegiatan pengawasan oleh orang tua untuk memberikan makan kepada balita sebagai salah satu sasaran utama kegiatan.

Secara keseluruhan, Program PELITA memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui pemanfaatan pangan lokal. Antusiasme peserta selama kegiatan, tingginya tingkat penerimaan terhadap menu yang diperagakan, serta hasil evaluasi dari bidan desa dan kader PKK menunjukkan bahwa program ini diterima dengan baik oleh masyarakat. Meskipun pelaksanaan kegiatan belum dapat mengukur perubahan status gizi balita secara langsung karena keterbatasan waktu, kegiatan ini diharapkan menjadi langkah awal dalam membangun perilaku konsumsi pangan bergizi yang berkelanjutan sehingga dapat mendukung upaya percepatan penurunan stunting di Desa Sugihwaras.

SIMPULAN DAN SARAN

Dengan adanya program kegiatan PELITA (Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Ibu dan Balita) yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa para Ibu-ibu telah mendapatkan pengetahuan dan pemahaman baru terkait penanganan serta pencegahan stunting melalui demonstrasi masak. Kegiatan berjalan dengan baik, dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 35 orang termasuk ibu kader, ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita. Berdasarkan hasil evaluasi, diperoleh *feedback* yang baik dari Ibu Bidan desa dan Ibu Kader setempat. Selain itu, sisa makanan hasil dari demonstrasi masak menunjukkan bahwa makanan diterima dengan baik ditandai dengan makanan yang dihabiskan. Bagi kelompok pengabdi masyarakat selanjutnya diharapkan melakukan konselling lanjutan terkait problem yang dialami Ibu-ibu dalam memberikan makanan kepada balita. Bagi kader dan bidan setempat diharapkan untuk melakukan pemantauan berkala terhadap pemberian makanan tambahan.

Gambar 6. Dokumentasi Penutupan Bersama Seluruh Peserta Demo Masak



Gambar di atas merupakan dokumentasi penutupan bersama seluruh peserta yang terdiri dari Ibu Balita, Ibu Hamil dan Ibu Menyusui serta Bidan dan Kader PKK dengan jumlah peserta sebanyak 35 orang

DAFTAR RUJUKAN

Aulia, D., Gunarto, T., Murwiati, A., & Maimunah, E. (2024). Determinan Prevalensi Balita Stunting 34 Provinsi di Indonesia Tahun 2017-2022. Jurnal Simki Economic, 7(1), 289–299. https://doi.org/10.29407/jse.v7i1.617

Bara, F. E., Lidi, M. W., & Wae, V. P. S. M. (2025). Penerapan Metode Demonstrasi Uwi Kaju Kedho untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik SMA Karitas Watuneso. Biocaster : Jurnal Kajian Biologi, 5(4), 717–728. https://doi.org/10.36312/biocaster.v5i4.657

Fathoni, A. L. (2025). PERAN PEMERINTAH DAERAH DALAM PERCEPATAN PENURUNAN STUNTING DI KABUPATEN LAMONGAN PROVINSI JAWA TIMUR.

Mardya, B., Abdillah, M. H., Akhmad Raja Shaufi, Ariani, M., Nur, R., & Styawan, B. (2026). Edukasi Kader Posyandu dan PKK Tentang Pemberian Makanan Pendamping Menggunakan Sayuran Lokal: Educating Posyandu and PKK Cadres on Complementary Feeding Using Locally Vegetables. J.Abdimas: Community Health, 7(1), 37–48. https://doi.org/10.30590/jach.v7n1.385

Purnama, E., Gorontalo, A., & Gorontalo, K. (2025). Pemetaan Indeks Khusus Penanganan Stunting (IKPS) Indonesia menggunakan Metric Multidimensional Scaling.

Rahayu, W. D., Almira, A. T., Saputra, H. T., & Lestari, D. A. (2026). EDUKASI GIZI BERBASIS PANGAN LOKAL SEBAGAI STRATEGI PENINGKATAN KUALITAS KESEHATAN MASYARAKAT DI DESA TEMPUREJO JEMBER.

Rusliani, N., Hidayani, W. R., & Sulistyoningsih, H. (2022). Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan, 1(01), 32–40. https://doi.org/10.56741/bikk.v1i01.39

Krepa: Kreativitas Pada Abdimas
ISSN 2988-3059
Cahaya Ilmu Bangsa
Vol 8 No 3 Tahun 2026

Widyandini, M., Kasanova, E., Devitasari, I., & Sari, S. P. (2026). PEMBERDAYAAN KELUARGA MELALUI EDUKASI 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI KECAMATAN CEMPAGA KABUPATEN KOTAWARINGIN TIM*UR*.