

Upaya Pengurangan *Stunting* Melalui Edukasi Gizi dan Demonstrasi Pemanfaatan Pangan Lokal Di Desa Maron Wetan

Andrian Adi Saputra^{1*}, M. Firman Syah², Achmad Naufal Fajrur Ramadhani³, Wahyu Adji Anugrah⁴, Muslim Abdurrahman Alhanif⁵, Anisah Rahmadani⁶, Rani Saptya Ramadhani⁷, Fathur Rohman⁸

¹Ilmu Hadis, ²Teknik Sipil, ³Pendidikan Bahasa Arab, ⁴Manajemen, ⁵Komunikasi Penyiaran Islam, ⁶Ilmu Politik,

⁷Psikologi, ⁸Pendidikan Agama Islam

^{1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8}Universitas Islam Negeri Sunan Ampel

*surel: itsandrianadi@gmail.com

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan gizi kronis di Indonesia, termasuk di Desa Maron Wetan yang tercatat memiliki 48 anak stunting. Kegiatan pengabdian ini bertujuan menganalisis pelaksanaan program edukasi gizi dan demonstrasi pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting. Metode yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang melibatkan ibu balita dan kader posyandu. Hasil menunjukkan bahwa seluruh informan mengalami peningkatan pengetahuan mengenai stunting, 88,9% menyatakan demonstrasi mudah dipraktikkan, dan 77,8% mulai menerapkan perubahan pola konsumsi dengan memanfaatkan pangan lokal, meskipun masih dijumpai beberapa kendala. Kegiatan ini terbukti efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat, serta berpotensi direplikasi pada komunitas pedesaan lain.

Kata Kunci: stunting, edukasi gizi, pangan lokal, Participatory Action Research, pemberdayaan Masyarakat

ABSTRACT

Stunting remains a chronic nutritional problem in Indonesia, including in the village of Maron Wetan, which has 48 children with stunting. This community service project aims to analyze the implementation of a nutrition education program and demonstrations on the use of local foods as a means of empowering the community to prevent stunting. A qualitative method was used, employing a Participatory Action Research (PAR) approach that involved mothers of toddlers and posyandu cadres. The results showed that all informants experienced an increase in knowledge about stunting; 88.9% stated that the demonstrations were easy to put into practice; and 77.8% began to implement changes in their dietary patterns by utilizing local foods, although some obstacles were still encountered. This initiative proved effective in enhancing community knowledge, skills, and awareness, and has the potential to be replicated in other rural communities.

Keywords: stunting, nutrition education, local foods, Participatory Action Research, community empowerment

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan utama dalam pembangunan kesehatan di Indonesia karena berdampak terhadap kualitas sumber daya manusia sejak masa awal kehidupan hingga dewasa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka panjang, terutama selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sehingga menyebabkan gangguan pertumbuhan anak yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan menurut umur berada di bawah standar pertumbuhan berdasarkan ketentuan World Health Organization (WHO) (World Health Organization, 2006). Permasalahan *stunting* tidak hanya berkaitan dengan hambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, kemampuan belajar, produktivitas, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular pada masa dewasa (Victora et al., 2008). Oleh karena itu, upaya penanganan *stunting* membutuhkan pendekatan yang komprehensif melalui peningkatan kualitas asupan gizi, pola asuh keluarga, pelayanan kesehatan, serta pemberdayaan masyarakat agar perubahan perilaku dapat berlangsung secara berkelanjutan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Meskipun prevalensi *stunting* di Indonesia menunjukkan tren penurunan dalam beberapa tahun terakhir, permasalahan ini masih menjadi salah satu prioritas pembangunan kesehatan nasional karena angka kejadian

stunting belum sepenuhnya mencapai target yang ditetapkan pemerintah (Bappenas, 2025). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023, prevalensi *stunting* nasional tercatat sebesar 21,5%, sedangkan Provinsi Jawa Timur memiliki prevalensi sebesar 17,7% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan adanya perkembangan positif dalam upaya percepatan penurunan *stunting*, namun masih terdapat variasi permasalahan antarwilayah yang membutuhkan strategi intervensi sesuai dengan karakteristik masyarakat setempat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Pendekatan berbasis komunitas menjadi penting karena keberhasilan program penurunan *stunting* tidak hanya ditentukan oleh intervensi kesehatan, tetapi juga oleh keterlibatan aktif keluarga dan masyarakat.

Salah satu wilayah yang masih menghadapi permasalahan *stunting* adalah Desa Maron Wetan, Kecamatan Maron, Kabupaten Probolinggo. Berdasarkan hasil observasi lapangan, wawancara dengan kader Posyandu, serta identifikasi masalah dalam kegiatan KKN Kelompok 145 UIN Sunan Ampel Surabaya, ditemukan sebanyak 48 anak mengalami *stunting* di wilayah tersebut (Data primer KKN Kelompok 145 UIN Sunan Ampel Surabaya). Selain tingginya jumlah kasus, hasil identifikasi juga menunjukkan bahwa sebagian masyarakat masih memiliki keterbatasan pemahaman mengenai penerapan gizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber zat gizi, serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa penanganan

stunting di tingkat desa tidak cukup hanya dilakukan melalui pemberian bantuan pangan, tetapi perlu diarahkan pada peningkatan kapasitas masyarakat agar mampu menerapkan pola pemenuhan gizi keluarga secara mandiri (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Berbagai faktor diketahui berkontribusi terhadap kejadian *stunting* pada balita, salah satunya adalah rendahnya pengetahuan keluarga mengenai pemenuhan kebutuhan gizi anak. Praktik pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang tepat, serta pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber makanan bergizi memiliki peranan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak (Beal et al., 2018). Selain faktor asupan makanan, kondisi sanitasi dan perilaku hidup bersih juga berpengaruh terhadap status gizi karena infeksi berulang dapat menghambat penyerapan zat gizi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan (Prendergast & Humphrey, 2014). Oleh sebab itu, upaya pencegahan *stunting* perlu diarahkan pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat agar mampu menerapkan perilaku kesehatan yang sesuai dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk mendukung percepatan penurunan *stunting* adalah melalui edukasi gizi berbasis masyarakat yang dikombinasikan dengan praktik pengolahan makanan bergizi menggunakan pangan lokal. Pendekatan tersebut tidak hanya memberikan informasi mengenai pentingnya pemenuhan gizi, tetapi juga memberikan pengalaman langsung kepada masyarakat dalam mengolah bahan

pangan yang mudah diperoleh menjadi makanan yang lebih bernilai gizi (Anwar et al., 2024). Pemanfaatan pangan lokal menjadi salah satu alternatif yang potensial karena lebih mudah diterapkan oleh masyarakat sesuai dengan kondisi ekonomi dan sumber daya yang tersedia di lingkungan sekitar (Widyaningsih et al., 2025). Dengan demikian, program edukasi gizi yang disertai demonstrasi pengolahan pangan dapat menjadi pendekatan yang lebih aplikatif dibandingkan penyuluhan satu arah.

Namun demikian, sebagian besar program edukasi *stunting* yang telah dilakukan masih berfokus pada peningkatan pengetahuan masyarakat sebagai indikator keberhasilan kegiatan. Evaluasi terhadap aspek keterampilan dalam mengolah makanan bergizi, kesiapan masyarakat dalam menerapkan hasil edukasi, serta faktor yang mendukung dan menghambat keberlanjutan perubahan perilaku masih belum banyak mendapatkan perhatian (Wardani et al., 2024). Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pendekatan pemberdayaan masyarakat yang tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga melibatkan masyarakat secara aktif dalam proses penyelesaian masalah.

Pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) menjadi salah satu metode yang relevan dalam mendukung proses pemberdayaan masyarakat karena menempatkan masyarakat sebagai subjek aktif dalam setiap tahapan kegiatan, mulai dari identifikasi masalah, penyusunan solusi, pelaksanaan program, hingga evaluasi hasil (Kemmis et al., 2014). Melalui pendekatan ini, masyarakat tidak hanya menjadi penerima manfaat, tetapi turut

berperan dalam menentukan strategi yang sesuai dengan kebutuhan dan kondisi lokal mereka (Wallerstein & Duran, 2008). Penerapan PAR dalam program pencegahan *stunting* diharapkan mampu meningkatkan partisipasi masyarakat serta memperkuat keberlanjutan perubahan perilaku kesehatan di tingkat keluarga.

Kebaruan kegiatan pengabdian ini terletak pada integrasi antara edukasi gizi, demonstrasi pemanfaatan pangan lokal, serta pendekatan partisipatif dalam proses pelaksanaannya. Berbeda dengan kegiatan edukasi yang umumnya hanya menilai peningkatan pengetahuan peserta, kegiatan ini mengevaluasi perubahan secara lebih luas melalui aspek peningkatan pemahaman mengenai *stunting*, keterampilan dalam mengolah pangan lokal, kesiapan penerapan perilaku gizi sehat, serta faktor pendukung dan hambatan yang dihadapi masyarakat dalam menerapkan hasil kegiatan (Sintesis evaluasi kegiatan). Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk menganalisis pelaksanaan program “Gerakan Dapur Sehat: Penanganan *Stunting* Melalui Edukasi Gizi dan Demonstrasi Pemanfaatan Pangan Lokal” sebagai upaya pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan *stunting* di Desa Maron Wetan, Kecamatan Maron, Kabupaten Probolinggo.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) yang menempatkan masyarakat sebagai mitra aktif dalam setiap

tahap proses, mulai dari identifikasi masalah, perencanaan, pelaksanaan aksi, monitoring, hingga evaluasi dan tindak lanjut. Pendekatan PAR dipilih karena mampu mendorong terjadinya perubahan perilaku melalui kemitraan aktif antara peneliti dan partisipan, sekaligus memastikan bahwa solusi yang dihasilkan sesuai dengan kebutuhan dan potensi lokal masyarakat (Mutakabbir et al., 2025).

Kegiatan dilaksanakan pada 11 Juli 2026 di Kantor Desa Maron Wetan, Kecamatan Maron, Kabupaten Probolinggo. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil identifikasi masalah dalam kegiatan KKN Kelompok 145 UIN Sunan Ampel Surabaya yang menemukan sebanyak 48 anak mengalami *stunting* di desa tersebut. Selain tingginya jumlah kasus, hasil observasi dan wawancara dengan kader posyandu menunjukkan bahwa sebagian masyarakat masih memiliki keterbatasan pemahaman mengenai penerapan gizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal, serta perilaku hidup bersih dan sehat. Kondisi tersebut menjadikan Desa Maron Wetan relevan sebagai lokasi intervensi berbasis pemberdayaan masyarakat.

Sasaran kegiatan adalah ibu yang memiliki balita dan kader posyandu dengan jumlah peserta sekitar 45 orang. Kelompok ini dipilih karena memiliki peran strategis dalam pengasuhan anak dan pemenuhan kebutuhan gizi keluarga. Pelaksanaan program melibatkan mahasiswa sebagai fasilitator edukasi dan pendamping kegiatan, serta bidan desa sebagai narasumber sekaligus pendamping teknis di bidang kesehatan dan

gizi. Pemerintah desa dan kader posyandu berperan sebagai mitra dalam mengoordinasikan peserta dan mendukung keberlanjutan program.

Bentuk kegiatan merupakan kombinasi pendidikan masyarakat (edukasi gizi) dan pelatihan (demonstrasi serta praktik langsung pengolahan pangan lokal). Materi edukasi yang disampaikan meliputi: pentingnya pemenuhan gizi sejak masa kehamilan, periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemberian ASI eksklusif, pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tepat, prinsip gizi seimbang, serta pentingnya sanitasi dan perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan *stunting*. Media yang digunakan adalah ceramah interaktif, diskusi, dan pembagian brosur edukasi *stunting*.

Demonstrasi pemanfaatan pangan lokal menggunakan bahan yang mudah diperoleh masyarakat di lingkungan sekitar, antara lain daun kelor, bayam, sayur sop, sayur asem, tahu, tempe, telur, daging ayam, dan ikan lele. Menu yang didemonstrasikan adalah sop ayam berbasis pangan lokal. Setelah demonstrasi, peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung proses pengolahan makanan agar terjadi transfer pengetahuan sekaligus peningkatan keterampilan.

Pelaksanaan program dilakukan secara bertahap berdasarkan pendekatan PAR dengan tahapan sebagai berikut:

1. Identifikasi Masalah dan Analisis Kebutuhan (*Problem Identification*)

Tahap ini dilakukan melalui observasi lapangan, koordinasi dengan pemerintah desa, bidan desa, dan kader posyandu. Diskusi difokuskan pada tingkat pengetahuan masyarakat tentang *stunting*, pola pemberian makan balita, serta inventarisasi potensi pangan lokal yang tersedia. Hasil identifikasi menjadi dasar penentuan bentuk intervensi.

2. Perencanaan Partisipatif (*Participatory Planning*)

Tim pelaksana bersama pemerintah desa, bidan, dan kader posyandu menyusun rencana kegiatan secara partisipatif. Perencanaan mencakup penentuan sasaran, penyusunan materi edukasi, pemilihan jenis pangan lokal yang akan didemonstrasikan, pembagian tugas, serta penyusunan instrumen evaluasi berupa *pre-test* dan *post-test*. Keterlibatan masyarakat bertujuan agar program sesuai dengan kondisi sosial, budaya, dan potensi lokal setempat.

3. Pelaksanaan Aksi (*Action Implementation*)

Tahap aksi merupakan inti dari pelaksanaan program yang terdiri atas dua kegiatan utama, yaitu edukasi gizi dan demonstrasi pemanfaatan pangan lokal. Edukasi gizi diberikan melalui metode ceramah interaktif, diskusi, serta pembagian brosur edukasi *stunting* yang membahas penyebab, dampak, dan upaya pengurangan *stunting*, disertai penjelasan mengenai prinsip gizi seimbang bagi ibu dan balita. Selanjutnya dilakukan demonstrasi pengolahan pangan lokal menjadi menu bergizi, khususnya pembuatan sop ayam dengan memanfaatkan bahan yang tersedia di

lingkungan sekitar seperti daun kelor, bayam, tahu, tempe, telur, dan daging ayam. Setelah demonstrasi, peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung proses pengolahan makanan sehingga terjadi transfer pengetahuan sekaligus peningkatan keterampilan.

4. Monitoring dan Refleksi Partisipatif (*Monitoring and Reflection*)

Selama kegiatan berlangsung dilakukan monitoring terhadap partisipasi peserta, pemahaman materi, dan kemampuan praktik. Setelah kegiatan selesai, dilaksanakan sesi refleksi bersama yang melibatkan peserta, kader posyandu, bidan desa, dan tim pelaksana untuk menyampaikan pengalaman, hambatan, serta potensi penerapan hasil pelatihan.

5. Evaluasi dan Tindak Lanjut (*Evaluation and Follow-up*)

Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan, observasi selama kegiatan, serta wawancara mendalam (*home visit*) terhadap sembilan informan yang terdiri atas ibu balita dan kader posyandu. Data wawancara dianalisis secara deskriptif kualitatif dengan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi perubahan pengetahuan, keterampilan, penerapan perilaku, serta faktor pendukung dan penghambat. Hasil evaluasi kemudian didiskusikan bersama pemerintah desa, kader posyandu, dan bidan sebagai dasar penyusunan rekomendasi tindak lanjut berupa pendampingan berkelanjutan dan

penguatan edukasi pada kegiatan posyandu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada 11 Juli 2026 mulai pukul 08.00 WIB hingga selesai bertempat di Kantor Desa Maron Wetan, Kecamatan Maron, Kabupaten Probolinggo. Sasaran kegiatan adalah ibu yang memiliki balita serta kader posyandu karena keduanya memiliki peran strategis dalam pemenuhan gizi keluarga dan upaya pengurangan *stunting*. Program ini diikuti oleh sekitar 45 peserta yang terdiri atas ibu balita, kader posyandu, mahasiswa, bidan sebagai tenaga kesehatan, serta didukung oleh pemerintah desa. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara kolaboratif dengan melibatkan mahasiswa sebagai fasilitator dan pendamping kegiatan, bidan sebagai narasumber sekaligus pendamping teknis di bidang kesehatan dan gizi, serta pemerintah desa dan kader posyandu sebagai mitra dalam mengoordinasikan peserta dan mendukung keberlanjutan program di tingkat masyarakat.

1. Identifikasi Masalah dan Analisis Kebutuhan (*Problem Identification*)

- a) Tim pengabdian melakukan identifikasi kebutuhan dan pemetaan sasaran bersama pemerintah Desa Maron Wetan, bidan desa, dan kader posyandu untuk mengidentifikasi keluarga yang memiliki balita serta kondisi pengetahuan masyarakat mengenai *stunting*, pemenuhan gizi keluarga, dan pemanfaatan pangan lokal. Pada tahap ini juga dilakukan inventarisasi potensi pangan lokal yang mudah diperoleh masyarakat sebagai bahan demonstrasi, seperti daun kelor, bayam, sayur sop, sayur asem, tahu, tempe, telur, dan daging ayam, yang

dipilih karena memiliki kandungan gizi tinggi serta mudah diakses oleh masyarakat.

- b) Tim pengabdian melaksanakan koordinasi dan perumusan rencana kegiatan secara partisipatif bersama pemerintah Desa Maron Wetan, bidan desa, dan kader posyandu untuk menentukan sasaran kegiatan, jadwal pelaksanaan, serta pembagian tugas masing-masing pihak. Berdasarkan hasil koordinasi, sasaran kegiatan ditetapkan sebanyak sekitar 45 peserta yang terdiri atas ibu yang memiliki balita dan kader posyandu. Bertempat di Kantor Desa Maron Wetan, Kecamatan Maron, Kabupaten Probolinggo.
- c) Sebagai bagian dari upaya peningkatan kapasitas masyarakat, tim pengabdian melakukan persiapan selama tiga minggu sebelum pelaksanaan program. Kegiatan meliputi penyusunan materi edukasi tentang *stunting*, gizi seimbang, dan pemanfaatan pangan lokal, pembuatan brosur sebagai media pendukung pembelajaran dan mempersiapkan bahan pangan lokal dan Proses pengolahan menu makanan yang akan didemonstrasikan meliputi pembuatan sop ayam.

2. Pelaksanaan Aksi (Action Implementation)

Pelaksanaan Edukasi Gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Kegiatan edukasi gizi dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat ini di laksanakan melalui tiga tahapan utama, yakni:

- a) Seminar Edukasi Gizi

Materi yang di jelaskan oleh narasumber mencakup pentingnya

pemenuhan gizi sejak masa kehamilan, periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, pemberian Makanan Pendamping Asi (MPASI) yang tepat, sampai pentingnya menjaga sanitasi dan pola kehidupan yang bersih sebagai bagian dari upaya pengurangan *stunting*.



Gambar 1. Seminar Edukasi Gizi dan Demonstrasi Pemanfaatan Pangan Lokal

Berdasarkan gambar 1 menunjukkan kegiatan Seminar Edukasi Gizi dan Demonstrasi Pemanfaatan Pangan Lokal yang diadakan di Kantor balai desa Maron Wetan dan yang dihadiri oleh para ibu hamil, ibu menyusui, kader posyandu, dan serta Masyarakat setempat. Melalui kegiatan ini, diharapkan Masyarakat memperoleh pemahaman yang lebih baik terkait upaya pengurangan *stunting* secara berkelanjutan. Peserta yang hadir dalam kegiatan ini tampak mendengarkan dengan seksama dan antusias mengikuti seminar yang dipaparkan oleh Mayasari Kurnia Akbar, salah

satu bidan spesialis dalam gizi di puskesmas Maron Wetan dan juga sebagai narasumber utama yang memberikan edukasi mengenai upaya pengurangan *stunting*.

b) Demonstrasi Pemanfaatan Pangan Lokal

Selain pemaparan materi, kegiatan seminar ini juga mendemonstrasikan resep berbasis bahan pangan lokal seperti daun kelor, sop ayam dan ikan lele. Pemanfaatan pangan lokal terbukti berperan sangat penting dalam menjaga ketahanan pangan keluarga serta memberikan manfaat yang begitu besar bagi Kesehatan (Sihite & Hutasoit, 2023).



Gambar 2. Demonstrasi Pemanfaatan Pangan Lokal

Berdasarkan gambar 2 tersebut memperlihatkan kegiatan demonstrasi atau praktik langsung memasak sop ayam. Dalam sesi demonstrasi ini peserta diberikan penjelasan mengenai cara menghasilkan cita rasa gurih secara alami melalui proses perebusan daging ayam. Penjelasan ini diberikan setelah diketahui bahwa sebagian peserta masih terbiasa menggunakan kaldu instan atau penyedap rasa sebagai penambah cita rasa masakan sehari-hari. Melalui praktik memasak secara langsung, peserta dapat melihat bahwa kuah hasil rebusan ayam sudah mampu menghasilkan rasa gurih tanpa harus menambahkan kaldu instan. Demonstrasi ini

bertujuan untuk memberikan pengalaman baru bagi peserta sekaligus memperkaya pengetahuan mereka mengenai alternatif pengolahan makanan yang sederhana, mudah diterapkan, dan sesuai untuk menu keluarga.

c) Refleksi Partisipatif

Setelah seluruh rangkaian edukasi gizi dan demonstrasi pemanfaatan pangan lokal selesai dilaksanakan, kegiatan dilanjutkan dengan sesi refleksi partisipatif sebagai bagian dari proses evaluasi program. Pada tahap ini, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan tanggapan, pengalaman, serta mengajukan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan. Sesi refleksi berlangsung secara interaktif dengan melibatkan ibu hamil, ibu balita, kader posyandu, bidan desa, serta tim pelaksana, sehingga tercipta komunikasi dua arah yang memungkinkan peserta menyampaikan kebutuhan dan pengalaman mereka secara langsung.



Gambar 3. Tanya jawab pada tahap Refleksi Partisipatif

Berdasarkan gambar 3 tersebut memperlihatkan bahwa peserta aktif menyampaikan pertanyaan, pengalaman dan tanggapan terkait pemenuhan gizi keluarga serta pengolahan makanan bergizi menggunakan bahan pangan lokal. Suasana diskusi berlangsung secara aktif dan komunikatif. Peserta tidak hanya mengajukan pertanyaan, tetapi juga menceritakan

pengalaman mereka dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga, termasuk kebiasaan memasak sehari-hari dan beberapa kendala yang sering dihadapi. Bermula dari pengalaman tersebut, narasumber dapat memberikan penjelasan dan saran yang lebih kontekstual sehingga peserta dapat memahami cara menerapkan materi yang telah diperoleh sesuai dengan kondisi di lingkungan masing-masing.

Sesi refleksi partisipatif tidak hanya berfungsi sebagai sarana evaluasi terhadap pelaksanaan program, tetapi juga menjadi media untuk memperkuat pemahaman peserta melalui proses diskusi dan berbagi pengalaman. Dalam pendekatan *Participatory Action Research* (PAR), keterlibatan aktif masyarakat pada tahap refleksi merupakan bagian penting untuk memastikan bahwa pengetahuan yang diperoleh tidak berhenti pada tataran teori, melainkan dapat dipahami sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat. Melalui proses ini, tim pelaksana juga memperoleh masukan mengenai tantangan yang masih dihadapi peserta dalam menerapkan pola makan bergizi, sehingga hasil refleksi dapat menjadi dasar dalam menyusun tindak lanjut program pengurangan *stunting* yang lebih kontekstual dan berkelanjutan.

3. Evaluasi dan Tindak Lanjut (*Evaluation and Follow-up*)

Setelah pelaksanaan edukasi gizi dan demonstrasi pemanfaatan pangan lokal, dilakukan tahap evaluasi dan tindak lanjut untuk menilai efektivitas program dalam meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan keterampilan peserta. Evaluasi dilaksanakan melalui wawancara rumah ke rumah (*home visit*) yang didampingi oleh mahasiswa guna mengidentifikasi perubahan perilaku serta kendala yang dihadapi peserta setelah mengikuti kegiatan.



Gambar 4. Wawancara tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

Tabel 1. Ringkasan Hasil Wawancara terhadap Sembilan Informan

No.	Aspek yang dievaluasi	Hasil Temuan	Presentase
1	Peningkatan pengetahuan tentang <i>stunting</i> dan gizi keluarga	Seluruh informan memperoleh pemahaman baru bahwa <i>stunting</i> bukan semata faktor keturunan, melainkan akibat kekurangan gizi kronis	77,8% (7/9)
2	Kemudahan praktik demonstrasi pengolahan pangan lokal	Informan menyatakan menu yang didemonstrasikan mudah dipraktikkan karena bahan tersedia di lingkungan sekitar	88,9% (8/9)
3	Perubahan perilaku konsumsi keluarga	Informan mulai mengurangi penggunaan penyedap rasa instan dan beralih ke bumbu alami serta memanfaatkan pangan lokal	77,8% (7/9)

No.	Aspek yang Dievaluasi	Hasil Temuan	Presentase
4	Kendala dalam penerapan	Keterbatasan waktu, kebiasaan keluarga menggunakan bumbu instan, anak yang picky eater, serta faktor alergi	55,6% (5/9)
5	Harapan terhadap keberlanjutan program	Informan menginginkan kegiatan serupa dilaksanakan secara rutin dengan cakupan peserta yang lebih luas	88,9% (8/9)

Hasil wawancara menunjukkan bahwa edukasi gizi berhasil meningkatkan literasi kesehatan masyarakat. Sebelum kegiatan, sebagian informan masih memandang *stunting* sebagai kondisi tubuh pendek yang dipengaruhi faktor keturunan. Setelah mengikuti edukasi, seluruh informan memahami bahwa *stunting* merupakan gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis. Salah satu informan menyatakan, “*Stunting* itu kurang gizi, terus perkembangan anaknya itu kurang... Jadi terhambat” (Bu Dian, kader posyandu). Informan lain menambahkan, “kita itu jadi tahu dari umur itu di badan harus ya apa kalau kurang itu ya diucapkan *stunting*” (Nur Laili). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Anwar et al. (2024) dan Widyaningsih et al. (2025) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis pendekatan partisipatif mampu memperbaiki pemahaman masyarakat mengenai penyebab dan pencegahan *stunting*.

Peningkatan pengetahuan diikuti oleh berkembangnya keterampilan peserta dalam mengolah pangan lokal. Seluruh informan menyatakan bahwa demonstrasi memasak lebih mudah dipahami dibandingkan penyampaian materi secara teoritis. Sebanyak 88,9% informan menyampaikan bahwa menu yang diperagakan mudah diterapkan karena memanfaatkan bahan yang tersedia di lingkungan sekitar, seperti daun kelor, bayam, tahu, tempe, telur, dan daging ayam. Salah satu informan mengungkapkan, “saya baru tahu kalau ayamnya itu dimatikan dulu... Enggak susah karena intinya sama-sama belajar dari kemarin” (Bu Novian). Informan lain menambahkan bahwa setelah demonstrasi ia mulai mengubah cara memasak, “sekarang sudah ngerti saya buang sudah... Jadi lebih milih yang alami-alami” (Bu Marhummah). Temuan ini mendukung hasil penelitian Wardani et al. (2024) yang menekankan pentingnya praktik langsung dalam mendorong kemandirian masyarakat memanfaatkan potensi pangan lokal.

Dampak kegiatan juga mulai terlihat pada perubahan perilaku. Sebanyak 77,8% informan telah menerapkan materi yang diperoleh, antara lain mengurangi penggunaan penyedap rasa instan dan menyusun menu keluarga yang lebih beragam. Salah satu informan menyampaikan, “akhirnya kita berubah dari instan ke menu yang lebih ke bumbu yang lebih sehat gitu lebih natural” (Bu Ayu). Informan lain menegaskan, “Udah bermanfaat biar anaknya tidak *stunting* lagi... sering masak sop dan daun kelor” (Ibu Halimatus Sa’diah). Perubahan ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif

tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mulai membentuk perilaku yang mendukung pemenuhan gizi keluarga.

Meskipun demikian, implementasi masih menghadapi beberapa tantangan. Sebanyak 55,6% informan mengaku belum mampu menerapkan menu bergizi secara konsisten karena keterbatasan waktu, kebiasaan keluarga menggunakan bumbu instan, serta preferensi makan anak (picky eater). Beberapa informan juga menyoroti pentingnya perhatian terhadap sanitasi lingkungan. Salah satu informan memberikan masukan, “percuma kita ngasih gizi yang baik tapi terkait lingkungan... masih banyak anak-anak dimandikan di sungai sedangkan sungai kita sekarang kan kotor” (Bu Ayu). Temuan mengenai tantangan sanitasi ini sejalan dengan penelitian Prendergast & Humphrey (2014) yang menyatakan bahwa infeksi berulang akibat lingkungan yang kurang bersih dapat menghambat penyerapan zat gizi.

Secara keseluruhan, tujuan kegiatan telah tercapai. Integrasi edukasi gizi, demonstrasi pemanfaatan pangan lokal, dan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR) terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta mendorong perubahan perilaku masyarakat. Hasil ini memberikan implikasi praktis bahwa model pemberdayaan berbasis potensi lokal dapat dijadikan strategi yang relevan untuk mendukung upaya pengurangan *stunting* di tingkat desa dan berpotensi direplikasi pada komunitas pedesaan lain yang memiliki karakteristik serupa.

Meskipun demikian, terdapat beberapa area yang perlu diperbaiki. Cakupan peserta masih terbatas sehingga perlu diperluas. Sebagaimana diungkapkan oleh salah satu kader, “sangat membantu masyarakat terutama ibu-ibu yang memiliki balita, kalau bisa untuk kedepannya bisa diundang untuk seluruh ibu-ibunya” (Bu Feli). Selain itu, pendampingan pasca-kegiatan perlu dilakukan secara berkala oleh bidan dan kader posyandu agar perubahan perilaku dapat bertahan dalam jangka panjang. Penguatan edukasi mengenai sanitasi dan perilaku hidup bersih dan sehat juga perlu diintegrasikan agar upaya pengurangan *stunting* menjadi lebih komprehensif.

KESIMPULAN

Pelaksanaan program edukasi gizi dan demonstrasi pemanfaatan pangan lokal berbasis *Participatory Action Research* (PAR) di Desa Maron Wetan menunjukkan efektivitas dalam mendukung upaya pengurangan *stunting* melalui peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemenuhan gizi keluarga. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman peserta mengenai penyebab, dampak, dan upaya pengurangan *stunting*, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan praktis dalam mengolah pangan lokal menjadi menu bergizi yang mudah diterapkan di tingkat rumah tangga. Selain itu, sebagian besar peserta mulai menerapkan perubahan perilaku dalam pola konsumsi keluarga dengan memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber gizi, meskipun implementasinya masih menghadapi beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu, kebiasaan

penggunaan bumbu instan, dan preferensi makan anak. Temuan tersebut menunjukkan bahwa integrasi edukasi gizi, demonstrasi praktik, dan pendekatan partisipatif mampu mendorong perubahan pengetahuan, keterampilan, serta perilaku masyarakat secara lebih komprehensif dibandingkan pendekatan edukasi yang hanya berorientasi pada penyampaian informasi.

Hasil kegiatan ini memberikan implikasi praktis bahwa integrasi edukasi gizi, demonstrasi pemanfaatan pangan lokal, dan pendampingan partisipatif dapat dijadikan model pemberdayaan masyarakat yang berkelanjutan dalam mendukung upaya pengurangan *stunting* di tingkat desa. Model ini berpotensi direplikasi oleh pemerintah desa, puskesmas, kader posyandu, maupun perguruan tinggi melalui program edukasi yang disesuaikan dengan potensi pangan lokal dan kebutuhan masyarakat setempat. Untuk pengembangan program di masa mendatang, disarankan agar cakupan peserta diperluas, pendampingan pascakegiatan dilakukan secara berkala, serta edukasi mengenai sanitasi, perilaku hidup bersih dan sehat, dan pemanfaatan pangan lokal diintegrasikan secara berkelanjutan. Penelitian selanjutnya juga perlu melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan periode evaluasi yang lebih panjang agar keberlanjutan perubahan perilaku masyarakat dapat dianalisis secara lebih komprehensif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Maron Wetan, bidan desa, kader posyandu, dan seluruh ibu balita atas

partisipasi dan dukungannya selama pelaksanaan program. Apresiasi juga disampaikan kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, R., Abdurrachim, R., & Aprianti, A. (2024). Edukasi dan pelatihan pada ibu balita yang mempunyai anak balita stunting tentang gizi stunting dan pengolahan PMT berbahan pangan lokal di Desa Teluk Selong Kabupaten Banjar. *Majalah Cendekia Mengabdi*, 2(4).
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 14(4), e12617.
- Kemmis, S., McTaggart, R., & Nixon, R. (2014). *The action research planner: Doing critical participatory action research*. Springer.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman strategi komunikasi perubahan perilaku dalam percepatan pencegahan stunting*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 21 Tahun 2021 tentang pelayanan kesehatan masa sebelum hamil, masa hamil, persalinan, dan masa sesudah melahirkan, penyelenggaraan pelayanan kontrasepsi, serta pelayanan kesehatan seksual*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Pedoman nasional pelayanan kedokteran tata laksana stunting*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Buku saku hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2023*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2025). Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) Tahun 2025–2029. Bappenas.
- Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2014). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265.
- Victora, C. G., 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.
- Wallerstein, N., & Duran, B. (2008). The conceptual, historical, and practice roots of community based participatory research and related participatory traditions. In M. Minkler & N. Wallerstein (Eds.), *Community-based participatory research for health* (pp. 25–46). Jossey-Bass.
- Wardani, R. A., Purwanto, N. H., & Cahyono, E. A. (2024). Peningkatan partisipasi dan kemandirian masyarakat dalam penanganan stunting melalui program Dapur Ibu Lurah. *Jurnal AbdiMas Nusa Mandiri*.
- Widyaningsih, Y. I., Ambas, J., Amin, A. N., Putri, M. D., & Harfah, N. (2025). Penerapan participatory action research dalam edukasi gizi melalui demonstrasi pengolahan pangan lokal untuk pencegahan stunting. *MAMMIRI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- World Health Organization. (2006). *Child growth standards: Length/height-for-age, weight-for-age, weight-for-length, weight-for-height and body mass index-for-age: Methods and development*. World Health Organization.
- Mutakabbir, A., Nihaya, H., Yusuf, N. M., & Ambarwati, A. D. A. T. (2025). Pengantar metodologi penelitian participatory action research (PAR). *Eureka Media Aksara*.
- Sihite, N. W., & Hutasoit, M. S. (2023). Potensi bahan pangan lokal Indonesia sebagai pangan fungsional dan manfaatnya bagi kesehatan: Review. *Jurnal Riset Gizi*, 11(2), 133–138.