

PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN PEMANFAATAN BAHAN PANGAN LOKAL
UNTUK PEMBERIAN MAKAN TAMBAHAN (PMT) PEMULIHAN
BAGI ANAK STUNTING

Ririn Widyastuti^{1*}, Grasiana Florida Boa², Petrus Belarminus³, Mariana
Ngundju Awang⁴, Wanti⁵, Irfan⁶, Juni Gressilda L Sine⁷, Uly Augustine⁸,
Maria Mencyana Pati Saghu⁹, Demsa Simbolon¹⁰

¹⁻⁹Poltekkes Kemenkes Kupang

¹⁰Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Email Korespondensi: ririenwidyastuti@gmail.com

Disubmit: 04 November 2025

Diterima: 16 Desember 2025

Diterbitkan: 01 Januari 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i1.23350>

ABSTRAK

Angka stunting di Indonesia terus menunjukkan penurunan signifikan, dari 27,7% pada tahun 2019 menjadi 19,8% pada tahun 2024, namun masih terdapat kesenjangan antarwilayah dengan prevalensi tinggi di beberapa provinsi. Salah satu faktor penyebabnya adalah rendahnya pengetahuan dan keterampilan orang tua serta kader posyandu dalam pemenuhan gizi anak, khususnya dalam pengolahan bahan pangan lokal untuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Pelatihan dan pendampingan pemanfaatan bahan pangan lokal menjadi strategi efektif untuk meningkatkan kemampuan tersebut sekaligus mendorong kemandirian pangan keluarga. Melalui optimalisasi potensi pangan lokal yang melimpah, kegiatan ini diharapkan dapat memperkuat peran masyarakat dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting secara berkelanjutan di Indonesia. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua serta kader posyandu dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi PMT pemulihan bagi anak stunting serta mendukung pemenuhan gizi balita secara mandiri dan berkelanjutan, serta berkontribusi dalam menurunkan prevalensi stunting di tingkat keluarga dan masyarakat. Kegiatan dalam bentuk pelatihan, pendampingan dan lomba kreasi cipta menu bahan pangan lokal untuk anak stunting. **Hasil:** kegiatan pelatihan dan pendampingan pemberian PMT 90 hari menunjukkan hasil 4 balita berat badan normal, 2 balita berisiko gizi lebih dan 2 balita dengan gizi kurang. 1 Balita dengan penyakit infeksi telah dilakukan rujukan ke RS. Pelatihan dan pendampingan pemanfaatan bahan pangan lokal efektif meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemandirian orang tua serta kader dalam pembuatan PMT bergizi seimbang bagi anak stunting. Kegiatan ini berkontribusi nyata terhadap perbaikan status gizi anak dan percepatan penurunan angka stunting di masyarakat.

Kata Kunci: Pelatihan, Pendampingan, Kader, Orangtua, PMT, Bahan Pangan Lokal, Stunting.

ABSTRACT

The stunting rate in Indonesia continues to show a significant decline, from 27.7% in 2019 to 19.8% in 2024. However, disparities remain between regions, with high prevalence in several provinces. One contributing factor is the low knowledge and skills of parents and integrated health post (Posyandu) cadres in meeting children's nutritional needs, particularly in processing local food ingredients for supplementary feeding (PMT). Training and mentoring in the use of local food ingredients is an effective strategy to improve these skills while encouraging family food self-sufficiency. By optimizing the abundant potential of local food, this activity is expected to strengthen the role of communities in sustainable stunting prevention and management efforts in Indonesia. Increasing the knowledge and skills of parents and integrated health post (posyandu) cadres in processing local food ingredients into recovery PMT for stunted children and supporting the fulfillment of toddler nutrition independently and sustainably, as well as contributing to reducing the prevalence of stunting at the family and community level. Activities in the form of training, mentoring and competitions to create local food menus for stunted children. 90-day PMT training and mentoring activities showed results for 4 toddlers with normal weight, 2 toddlers at risk of overnutrition, and 2 toddlers with malnutrition. One toddler with an infectious disease was referred to the hospital. Training and mentoring on the use of local food ingredients effectively increases the knowledge, skills, and independence of parents and cadres in preparing nutritionally balanced PMT for stunted children. This activity significantly contributes to improving children's nutritional status and accelerating the reduction of stunting rates in the community.

Keywords: *Training, Mentoring, Cadres, Parents, PMT, Local Food Ingredients, Stunting.*

1. PENDAHULUAN

Penurunan angka stunting di Indonesia mengalami kemajuan yang cukup signifikan. Berdasarkan hasil *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI)* tahun 2024, prevalensi stunting nasional berhasil ditekan hingga mencapai 19,8%. Pencapaian ini merupakan hasil dari berbagai upaya intervensi yang dilakukan secara berkesinambungan selama lima tahun terakhir, di mana angka stunting menurun bertahap dari 27,7% pada tahun 2019. Fakta tersebut mencerminkan bahwa langkah-langkah peningkatan kualitas kesehatan anak dan penguatan sumber daya manusia di Indonesia telah berjalan sesuai arah kebijakan dan target pembangunan nasional. Namun demikian, masih terdapat tantangan besar di sejumlah provinsi yang mencatat prevalensi stunting sangat tinggi. Beberapa daerah seperti Papua Barat Daya dengan angka 30,5%, Sulawesi Barat sebesar 35,4%, dan Nusa Tenggara Timur (NTT) sebagai yang tertinggi mencapai 37%, menunjukkan kesenjangan yang cukup signifikan antarwilayah. Kondisi ini menegaskan perlunya strategi intervensi yang lebih terarah, intensif, dan berbasis kebutuhan lokal agar provinsi-provinsi tersebut dapat mengejar ketertinggalan dan turut berkontribusi dalam pencapaian target penurunan stunting nasional (Kementerian Kesehatan RI, 2025).

Peran orang tua dan kader posyandu menjadi sangat penting dalam mendukung program pencegahan dan penanganan stunting, terutama melalui pemberian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi anak yang

mengalami masalah gizi. Orang tua berperan langsung dalam menyediakan dan memastikan asupan gizi anak terpenuhi, sementara kader posyandu dapat memberikan penyuluhan dan edukasi tentang stunting kepada masyarakat dan mengajarkan pengolahan bahan pangan lokal untuk PMT (Widyastuti et al., 2024). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah kegiatan pemberian makanan kepada balita dalam bentuk kudapan yang aman dan bermutu beserta kegiatan pendukung lainnya dengan memperhatikan aspek mutu dan keamanan pangan. PMT Pemulihan dimaksudkan untuk memenuhi kebutuhan gizi balita sekaligus sebagai pembelajaran bagi ibu dari balita sasaran. PMT Pemulihan diberikan dalam bentuk makanan atau bahan makanan lokal (Darubekti, 2021). Namun, salah satu kendala utama di lapangan adalah keterbatasan pengetahuan dan keterampilan dalam memilih serta mengolah bahan pangan bergizi yang sesuai kebutuhan anak.

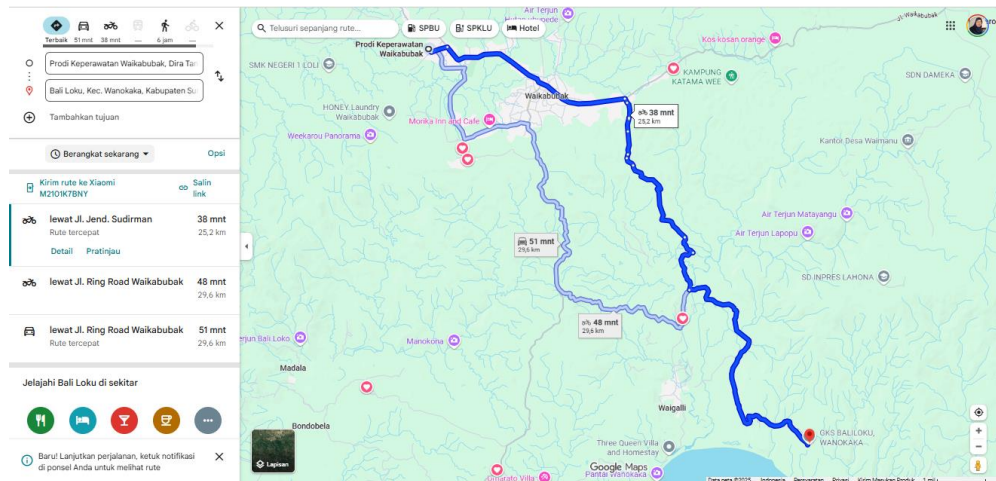
Pelatihan pembuatan PMT berbasis bahan pangan lokal menjadi strategi yang efektif untuk mengatasi masalah gizi. Kegiatan PMT berbasis pangan lokal diharapkan dapat mendorong kemandirian pangan dan gizi keluarga secara berkelanjutan. Indonesia merupakan negara terbesar ketiga di dunia dalam keragaman hayati. Setidaknya terdapat 77 jenis sumber karbohidrat, 30 jenis ikan, 6 jenis daging, 4 jenis unggas; 4 jenis telur, 26 jenis kacang-kacangan, 389 jenis buahbuahan, 228 jenis sayuran, dan 110 jenis rempah dan bumbu. Hal tersebut menunjukkan bahwa potensi pemanfaatan pangan lokal sangat terbuka luas termasuk untuk penyediaan pangan keluarga, termasuk untuk perbaikan gizi Ibu hamil dan balita. Namun demikian ketersediaan bahan pangan yang beraneka ragam tersebut belum dimanfaatkan secara maksimal sebagai bahan dasar Makanan Tambahan (MT) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2023).

Keterkaitan antara tingginya angka stunting, pentingnya peran orang tua dan kader, serta urgensi pelatihan pembuatan PMT berbasis pangan lokal menunjukkan bahwa upaya pencegahan dan penanganan stunting harus dilakukan secara komprehensif dan berbasis masyarakat. Pelatihan pemanfaatan bahan pangan lokal tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan status gizi anak stunting, tetapi juga memperkuat kesadaran gizi keluarga dan mendorong kemandirian pangan di tingkat rumah tangga. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu mendukung tercapainya target nasional penurunan stunting secara berkelanjutan.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Masalah aktual yang terjadi adalah keterbatasan pengetahuan dan keterampilan orangtua dan kader dalam memilih serta mengolah bahan pangan bergizi yang sesuai kebutuhan anak. Rumusan pertanyaannya adalah Bagaimana efektivitas pelatihan dan pendampingan pemanfaatan bahan pangan lokal dalam meningkatkan kemampuan orang tua dan kader dalam pembuatan PMT bagi anak stunting?

Lokasi kegiatan ditampilkan dalam peta dibawah ini:



Gambar 1. Lokasi Kegiatan

Keterangan: Kegiatan pengabmas di lakukan di Desa Baliloku Kecamatan Wanukaka. Jarak lokasi Prodi Keperawatan Waikabubak dengan lokasi kegiatan $\pm 29,6$ km dengan waktu tempuh ± 51 menit dengan menggunakan kendaraan roda 4.

3. KAJIAN PUSTAKA

Pelatihan dan pendampingan merupakan bagian dari proses *capacity building* yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan sikap individu atau kelompok agar mampu melaksanakan suatu program secara mandiri dan berkelanjutan (UNDP, 2009). Dalam konteks penanganan stunting, pelatihan pemanfaatan bahan pangan lokal untuk *Pemberian Makanan Tambahan (PMT)* menjadi strategi penting guna memperkuat kemampuan orang tua dan kader posyandu dalam menyediakan makanan bergizi sesuai kebutuhan anak. Melalui pendekatan partisipatif, pelatihan tidak hanya mentransfer informasi, tetapi juga mengembangkan keterampilan praktis seperti perencanaan menu, teknik pengolahan bahan pangan, serta pemahaman tentang gizi seimbang yang disesuaikan dengan potensi pangan lokal.

Konsep pemanfaatan bahan pangan lokal didasarkan pada prinsip *food security* dan *local wisdom*, yaitu pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat melalui sumber daya yang tersedia di lingkungan sekitar. Bahan pangan lokal seperti umbi-umbian, kacang-kacangan, ikan, telur, sayuran, dan buah-buahan memiliki kandungan gizi tinggi serta mudah dijangkau oleh masyarakat. Pendampingan setelah pelatihan berperan penting untuk memastikan penerapan hasil pelatihan di lapangan, memantau perubahan perilaku, serta menjaga keberlanjutan program PMT pemulihan bagi anak stunting. Dengan demikian, pelatihan dan pendampingan berbasis pangan lokal tidak hanya meningkatkan status gizi anak, tetapi juga memperkuat kemandirian masyarakat dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting secara berkelanjutan (Canton, 2021).

Berikut adalah PMT bahan pangan lokal yang dilatih kepada kader dan orangtua balita:

1) Perkedel Tajari

Bahan: 500 g tahu, 200 g ikan teri nasi, 35 g jagung manis, 3 siung bawang merah iris, 2 bh daun bawang, 12 g kaldu bubuk, Minyak goreng secukupnya untuk menggoreng.

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah garpu, 2 buah piring, 1 buah sutel dan 1 buah wajan, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor.

Cara Membuat:

a) Tahu dihaluskan lalu dicampur dengan ikan teri nasi dan jagung manis.



b) Tambahkan bawang merah iris, daun bawang dan kaldu bubuk diaduk rata.

c) Cetak menggunakan 2 sendok, goreng dalam minyak panas sampai warna kecoklatan.

d) Perkedel Tajari siap disajikan diatas piring.

Jumlah Porsi : 16 buah

NB: Bahan bisa dimodifikasi dengan mengganti/ menambahkan seperti daun kelor, dll

2) Telur Sakura

Bahan: 500 g putih telur, 200 g ikan kembung suir, 35 g jagung manis, 20 g bawang goreng, 4 btg daun bawang, 12 g kaldu bubuk, 250 ltr minyak goreng

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah garpu, 2 buah piring, 20 bh cetakan kue, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah dandang pengukus, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor

Cara Membuat:

a) Ikan kembung di goreng lalu di suir isinya, lalu sisihkan



b) Putih telur dicampur dengan jagung manis, ikan suir, bawang goreng, daun bawang, dan kaldu bubuk.

c) Masukkan adonan dalam cetakan kue yang sudah diolesi minyak agar tidak lengket.

d) Kukus selama 15 menit, lalu sajikan di atas piring.

Jumlah Porsi : 30 buah

NB: Bahan bisa dimodifikasi dengan mengganti/ menambahkan seperti daun kelor, dll

3) Tahu Jalur Sakura

Bahan: 1000 g tahu, 35 g jagung manis pipil, 20 btr telur puyuh rebus, 2 btr telur, 8 siung bawang putih, 4 btg daun bawang, 12 g kaldu bubuk, ½ sdt merica bubuk dan minyak goreng secukupnya untuk menggoreng

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah garpu, 2 buah piring, 20 bh cetakan, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah panci kecil, 1 buah panci pengukus, 1 buah saringan minyak, 1 buah kompor

Cara Membuat:



- a) Tahu dihaluskan lalu dicampur dengan jagung manis pipil.
- b) Tambahkan bawang putih, daun bawang, kaldu bubuk dan merica bubuk diaduk rata.
- c) Cetak tahu menggunakan cetakan yang sudah diolesi minyak, letakkan telur puyuh rebus di bagian tengah lalu dikukus selama 15 menit.
- d) Setelah tahu yang telah dikukus dicelupkan dalam kocokan telur lalu digoreng dengan minyak panas yang banyak.
- e) Sajikan tahu jalur sakura diatas piring.

Jumlah Porsi: 20 buah

NB: Bahan bisa dimodifikasi dengan mengganti/ menambahkan seperti daun kelor, ikan kembung, wortel dll

4) Tempe Telur Crispy

Bahan: 200 g tempe, 1 btr telur, 5 g kaldu bubuk, 2 bh bawang putih, ½ sdt merica bubuk, 1 sdm air, minyak goreng secukupnya untuk menggoreng

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah piring, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor.

Cara Membuat:

- a) Tempe diiris lalu di campur dengan bawang putih halus, kaldu bubuk, merica dan air. Diamkan selama 5 menit.
- b) Masukkan tempe yang sudah di bumbu lalu celupkan ke dalam telur yang sudah di kocok.
- c) Goreng dalam minyak panas sampai warna kecoklatan.

Jumlah Porsi : 15 buah



NB: Bahan bisa dimodifikasi dengan mengganti/ menambahkan seperti tahu, ikan fillet dll

5) Rempeyek Teri Basah

Bahan: 300 g Ikan teri basah, 200 g tepung beras, 1 btr telur, 10 g kaldu bubuk, 5 bh bawang putih, 2 btr kemiri, ½ sdt Merica bubuk, 1 sdm ketumbar, ½ sdt kunyit bubuk, 2 lbr daun kunyit muda iris, minyak goreng secukupnya untuk menggoreng.

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah piring, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor.

Cara Membuat:

- a) Cuci bersih ikan teri basah, buang kepalanya.
 - b) Campurkan tepung beras dan bumbu halus dalam wadah, tambahkan air secukupnya.
 - c) Tambahkan kocokan telur dan irisan daun kunyit muda aduk sampai adonan tercampur rata.
 - d) Panaskan minyak goreng, ambil adonan menggunakan sendok sayur lalu tambahkan sekitar 5 ekor teri basah di atasnya.
 - e) Goreng dalam minyak panas sampai warna kecoklatan dengan api sedang.
 - f) Sajikan rempeyek ikan teri.
- Jumlah Porsi : 16 buah

6) Ikan Belimbing

Bahan: 25 ekor ikan kembung, 100 g belimbing wuluh, 5 bh bawang putih, 3 bh bawang merah, 3 bh tomat, 10 g kaldu bubuk, 2 btg daun kemangi, 3 btg serai tumbuk kasar, 5 bh Lombok kecil, ½ sdt kunyit bubuk, 500 ml air, 2 sdm minyak goreng.

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah piring, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, dan 1 buah kompor

Cara Membuat:

- a) Cuci bersih ikan kembung, lalu tiriskan.
 - b) Tumis bawang merah, bawang putih dan serai sampai harum. Lalu masukkan belimbing wuluh, kunyit bubuk aduk sebentar.
 - c) Tambahkan air, lalu masukkan ikan kembung. Masak sampai mendidih, lalu masukkan kaldu bubuk, irisan tomat, daun kemangi dan lombok kecil.
 - d) Masak sebentar, lalu sajikan dalam mangkuk.
- Jumlah Porsi : 25 porsi



7) Rempeyek Kacang Tanah

Bahan: 300 g kacang tanah, 200 g tepung beras, 1 btr telur, 10 g kaldu bubuk, 5 bh bawang putih, 1 sdm ketumbar, 2 lbr daun jeruk iris, air secukupnya dan minyak goreng secukupnya untuk menggoreng

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah piring, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor

Cara Membuat :

- a) Kacang tanah di pilih yang baik dan di potong-potong menjadi 2.
- b) Campurkan tepung beras dan bumbu halus dalam wadah, tambahkan air secukupnya.
- c) Tambahkan kocokan telur dan irisan daun jeruk aduk sampai adonan tercampur rata.
- d) Panaskan minyak goreng, ambil adonan menggunakan sendok sayur lalu tambahkan kacang tanah diatasnya.
- e) Goreng dalam minyak panas sampai warna kecoklatan dengan api sedang.
- f) Sajikan rempeyek kacang tanah dialasi dengan tisu untuk menyerap minyak. Jumlah Porsi : 50 buah

NB: Bahan bisa dimodifikasi dengan mengganti/ menambahkan seperti kacang hijau, kacang nasi, ikan teri nasi yang kering, dll

8) Sate Putape

Bahan: 75 g tahu, 75 g tempe, 10 btr telur puyuh, 5 g kaldu bubuk, 2 bh bawang putih, 3 bh bawang merah, 1 buah lombok besar, 1 lbr daun bawang, air secukupnya, minyak goreng secukupnya untuk menumis dan 5 bh lidi sate.



Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah piring, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor.

Cara Membuat:

- a) Telur puyuh direbus sampai matang, lalu dikupas.
 - b) Potong dadu tempe dan tahu, lalu di goreng sampai berwarna kecoklatan.
 - c) Semua bumbu dihaluskan lalu ditumis sampai harum, tambahkan air secukupnya.
 - d) Masukkan tempe, tahu dan telur puyuh aduk merata sampai bumbu meresap, tambahkan daun bawang.
 - e) Tusuk bergantian tempe, tahu dan telur puyuh pada lidi sate yang sudah di olesi sedikit minyak.
 - f) Sajikan sate di piring lalu taburi dengan bawang goreng.
- Jumlah Porsi : 5 porsi

NB: Bahan bisa dimodifikasi dengan mengganti/ menambahkan seperti ikan tuna digoreng dadu, dll

9) Fillet Ikan Tuna

Bahan: 300 g ikan tuna fillet, 1 btr telur, 5 bh bawang putih, 10 g kaldu bubuk, ½ sdt merica bubuk, 100-150 ml air dan minyak goreng secukupnya untuk menggoreng.



Bahan Pelapis: 6 sdm tepung terigu protein tinggi, 2 sdm tepung beras, 2 sdm tepung maizena/tapioca dan 10 g kaldu bubuk.

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah piring, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor.

Cara Membuat:



- a) Cuci ikan tuna, lalu dipotong dadu
 - b) Campur telur, bawang putih, merica, garam dan kaldu bubuk dalam wadah. Aduk rata.
 - c) Masukkan potongan ikan tuna, dalam rendaman bumbu, diamkan sekitar 15-30 menit.
 - d) Pisahkan ikan dari rendaman bumbu. Tambahkan air ke dalam air rendaman, diaduk rata.
 - e) Campurkan semua bahan pelapis pada wadah yang lain.
 - f) Balur ikan dengan bahan pelapis, lalu masukkan dalam air rendaman. Balur lagi dengan bahan pelapis sambil dipijat pelan-pelan.
 - g) Goreng ikan yang telah ditepungi dalam minyak goreng yang cukup banyak. Goreng dengan api agak besar.
 - h) Setelah ikan agak kekuningan, kecilkan api, goreng sambil diaduk agar matang merata.
 - i) Angkat ikan setelah berwarna kuning kecoklatan. Lalu disajikan dengan saos tomat.
- Jumlah Porsi: 12 buah

NB: Bahan bisa dimodifikasi dengan mengganti/ menambahkan seperti ikan jenis lain, dll

10) Ikatate Campur

Bahan: 150 g tahu, 50 g tempe, 200 g ikan kembung goreng disuir, 10 btr telur puyuh, 10 g kaldu bubuk, 5 bh bawang putih, 7 bh bawang merah, 1 buah lombok besar, 1 lbr daun bawang, 2 btg serai, air secukupnya dan minyak goreng secukupnya untuk menggoreng.

Alat: 1 buah talenan, 1 buah pisau, 2 buah mangkuk, 2 buah sendok, 1 buah piring, 1 buah cobek, 1 buah sutel, 1 buah wajan, 1 buah saringan minyak dan 1 buah kompor.

Cara Membuat:

- a) Telur puyuh direbus sampai matang, lalu dikupas.
 - b) Potong dadu tempe dan tahu, lalu di goreng sampai berwarna kecoklatan.
 - c) Goreng ikan kembung lalu di suwir dipisahkan dari tulang
 - d) Semua bumbu dihaluskan lalu ditumis sampai harum, tambahkan air secukupnya.
 - e) Masukkan tempe, tahu, ikan suwir dan telur puyuh aduk merata sampai bumbu meresap, tambahkan daun bawang.
 - f) Sajikan Ikatate campur di piring lalu taburi dengan bawang goreng.
- Jumlah Porsi : 10 porsi



4. METODE

- a. Kegiatan dilakukan dengan metode pelatihan pembuatan PMT bahan pangan lokal dilanjutkan dengan pendampingan pengolahan menu bahan pangan lokal sebagai PMT pemulihan bagi anak stunting dan tahap akhir dilakukan evaluasi dengan lomba menu kreasi bahan pangan lokal sebagai PMT anak stunting.
- b. Peserta terdiri dari 10 ibu balita stunting dan 15 kader Posyandu Desa Baliloku Kecamatan Wanukaka Kabupaten Sumba Barat.
- c. Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:
 - 1) Persiapan dan pembentukan tim PKM
 - 2) Persiapan lapangan: perizinan dengan nomor: 070/1083/DPMPTSP43/04/2024.
 - 3) Persiapan logistik: pengadaan sarana pendukung dengan mempersiapkan peralatan dan bahan habis pakai.
 - 4) Pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut

Tabel 1. Pelaksanaan Kegiatan

No	Tanggal	Kegiatan	Tempat
1	15 Mei 2024	Pelatihan dan pengolahan PMT modifikasi bahan pangan lokal.	Kantor Desa Baliloku
2	24 Mei s/d 20 Agustus 2024	Pendampingan pengolahan bahan pangan lokal dan Pemberian PMT pemulihan (90 Hari) dengan menu bahan pangan lokal	Rumah Kader
3	12 September 2024	Lomba cipta kreasi menu bahan pangan lokal sebagai PMT pemulihan anak stunting	Kantor Desa Baliloku

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

- 1) Pelatihan pengolahan bahan pangan lokal sebagai PMT pemulihan bagi anak stunting.



Gambar 2. Pelatihan pengolahan bahan pangan lokal sebagai PMT Pemulihan bagi Balita Stunting

Presentasi masing-masing kelompok dan hasil olahan PMT Bahan Pangan Lokal.



Gambar 3. Presentasi masing-masing kelompok (Kader dan orangtua balita stunting) serta hasil pengolahan bahan pangan lokal untuk PMT Pemulihan Balita Stunting.

- 2) Pendampingan pemberian PMT pemulihan bahan pangan lokal kepada 90 anak balita stunting.

Pemberian PMT pemulihan dilakukan selama 90 hari dengan menu bervariasi. Bentuk monitoring dilakukan setiap hari melalui WA group (Bentuk dokumentasi/video pemberian PMT) baik oleh kader ataupun orangtua dan Evaluasi penurunan kasus stunting sebagai berikut:

Tabel 2. Evaluasi Pemberian PMT Pemulihan Bahan Pangan Lokal selama 90 Hari di Desa Baliloku Kecamatan Wanukaka

No	Usia Saat Ukur	Tanggal Pengukuran	Berat	Tinggi	Cara Ukur	LiLA	BB/U		TB/U		BB/TB		Naik Berat Badan
							Sebelum	Setelah	Sebelum	Setelah	Sebelum	Setelah	
1	2 Tahun - 4 Bulan - 5 Hari	09-08-24	8.3	87	Berdiri	14.5	Sangat kurang	Sangat Kurang	Sangat Pendek	Normal	Gizi Kurang	Gizi Buruk	N
2	4 Tahun - 7 Bulan - 2 Hari	08-08-24	12.5	98.4	Berdiri	14	Kurang	Kurang	Pendek	Normal	Gizi Kurang	Gizi Kurang	N
3	2 Tahun - 5 Bulan - 28 Hari	08-08-24	11.3	85.3	Berdiri	14	Kurang	Berat Badan Normal	Pendek	Normal	Gizi Baik	Normal	T
4	2 Tahun - 5 Bulan - 8 Hari	08-08-24	8.9	81.6	Berdiri	14	Sangat kurang	Kurang	Pendek	Pendek	Gizi Kurang	Gizi Kurang	T
5	2 Tahun - 2 Bulan - 15 Hari	08-08-24	12.4	81.7	Berdiri	15.3	Kurang	Berat Badan Normal	Pendek	Normal	Gizi Baik	Beresiko Gizi Lebih	N
6	2 Tahun - 6 Bulan - 2 Hari	08-08-24	10.7	81.4	Berdiri	16	Normal	Berat Badan Normal	Pendek	Pendek	Gizi Baik	Normal	T
7	1 Tahun - 3 Bulan - 11 Hari	09-08-24	9.1	74.2	Terlentang	11.5	Normal	Berat Badan Normal	Pendek	Pendek	Gizi Baik	Normal	T
8	2 Tahun - 4 Bulan - 0 Hari	08-08-24	12.4	81.3	Berdiri	14	Normal	Berat Badan Normal	Pendek	Pendek	Gizi Baik	Beresiko Gizi Lebih	N
9	2 Tahun - 3 Bulan - 18 Hari	08-08-24	9.6	82.7	Berdiri	13.8	Kurang	Kurang	Pendek	Normal	Gizi Baik	Normal	N

Berdasarkan tabel 2 evaluasi pemberian PMT didapatkan data bahwa dari 9 balita dengan parameter BB/TB menunjukkan 4 balita berat badan normal, 2 balita berisiko gizi lebih dan 2 balita dengan gizi kurang. 1 Balita dengan penyakit infeksi penyerta dan sudah dilaporkan di Desa Baliloku dan Puskesmas Lahihuruk untuk mendapatkan penanganan lanjut.

- 3) Lomba cipta kreasi menu bahan pangan lokal sebagai PMT pemulihan anak stunting





Gambar 4. Lomba cipta kreasi menu bahan pangan lokal sebagai PMT pemulihan anak stunting.

b. Pembahasan

PMT merupakan suatu kegiatan untuk memberikan makanan tambahan kepada balita yang mengandung nilai gizi sesuai kebutuhan balita. Makanan tambahan yang bernilai gizi baik dapat meningkatkan berat badan balita sesuai umurnya. Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Widyastuti et al (2024), menunjukkan bahwa bahan pangan lokal dapat digunakan sebagai PMT bahan pangan lokal dapat mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Orangtua balita dan kader mempunyai peran penting untuk pencegahan stunting. Pelatihan pembuatan PMT berbasis bahan pangan lokal menjadi strategi yang efektif untuk mengatasi masalah gizi. Kegiatan PMT berbasis bahan pangan lokal diharapkan dapat mendorong kemandirian pangan dan gizi keluarga secara berkelanjutan. Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan sebelumnya, yaitu pelatihan pada kader dan orangtua dapat meningkatkan pengetahuan terkait gizi dan membekali keterampilan ibu balita dan kader dalam mempersiapkan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal (Husnul et al., 2023; Muchtar, 2024; Rismawati et al., 2024). Berdasarkan uraian tersebut, penulis berasumsi bahwa pelaksanaan kegiatan PMT berbasis bahan pangan lokal tidak hanya berfungsi sebagai intervensi gizi untuk memperbaiki status gizi balita, tetapi juga sebagai sarana pemberdayaan masyarakat dalam mengoptimalkan potensi sumber daya pangan daerah. Melalui peningkatan kapasitas kader dan orang tua dalam pengolahan makanan bergizi dari bahan lokal, diharapkan akan tercipta perubahan perilaku konsumsi yang lebih sehat, peningkatan kemandirian pangan keluarga, serta berkontribusi terhadap percepatan penurunan angka stunting secara berkelanjutan.

Beragam bahan pangan lokal dapat dimanfaatkan sebagai bahan dasar pembuatan makanan tambahan guna meningkatkan status gizi balita. Pemberian makanan tambahan (PMT) menjadi salah satu langkah

strategis dalam memenuhi kebutuhan gizi anak agar pertumbuhan dan perkembangannya berlangsung secara optimal. Beberapa jenis pangan lokal yang berpotensi dijadikan bahan dasar olahan antara lain labu kuning, yang mengandung vitamin A, B1, C, serta protein dan karbohidrat. Selain itu, ubi ungu dan tepung tempe dimanfaatkan dalam pembuatan *fitbar*, karena ubi ungu memiliki kandungan antioksidan dan serat tinggi serta indeks glikemik rendah dibandingkan sumber karbohidrat lainnya. Tepung tempe berfungsi untuk meningkatkan kadar protein dalam produk tersebut. Tepung kedelai dan tepung mocaf sebagai bahan utama dalam pembuatan *cookies*, karena keduanya mengandung vitamin A, E, dan K, serta mineral penting seperti kalsium, zat besi, seng, dan fosfor, dengan kadar protein yang cukup tinggi. terdapat perubahan status gizi secara signifikan pada balita yang mengalami gizi kurang setelah diberikan intervensi PMT berbasis pangan lokal (Hadju et al., 2023). Berdasarkan uraian tersebut, penulis berasumsi bahwa pemanfaatan beragam bahan pangan lokal sebagai bahan dasar pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) memiliki potensi besar dalam meningkatkan status gizi balita. Kandungan gizi yang lengkap dan seimbang dari bahan pangan seperti labu kuning, ubi ungu, tempe, tepung kedelai, dan tepung mampu memenuhi kebutuhan energi, protein, vitamin, serta mineral yang dibutuhkan anak untuk tumbuh optimal. Selain memberikan manfaat gizi, pemanfaatan pangan lokal juga mendorong kemandirian masyarakat dalam mengelola sumber daya pangan yang tersedia di lingkungannya. Dengan demikian, pemberian PMT berbasis pangan lokal dipandang sebagai langkah strategis dan berkelanjutan dalam upaya memperbaiki status gizi balita dan mencegah terjadinya stunting di tingkat komunitas.

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini bahan pangan lokal yang digunakan adalah Beras, Jagung, Ubi, Sayuran (Kelor), Kacang-kacangan, dan Ikan laut. Selain beras, jagung merupakan makanan utama bagi masyarakat Wanukaka. Dari hasil penelitian yang dilakukan di kabupaten Timor Tengah Selatan (TTS) Prov NTT menunjukkan bahwa pemberian PMT modifikasi berbasis kearifan lokal pada balita stunting dengan jenis pangan lokal jagung bosc dapat memperbaiki dan meningkatkan status gizi anak. Pemberian bahan makanan tambahan jagung bosc dapat dikombinasi dengan ikan, telur, kacang-kacangan, dan sayur-sayuran untuk meningkatkan gizi anak. Jagung bosc juga dapat membantu meningkatkan produktivitas ASI ibu menyusui (Pingge et al., 2023). Selain protein hewani dibutuhkan juga protein nabati yang berasal dari kacang-kacangan. Hasil pertanian penduduk Wanukaka selain padi dan jagung juga kacang hijau dan kacang tanah. Pemberian makanan tambahan kombinasi protein nabati dan protein hewani diperoleh balita yang mempunyai status gizi baik sebanyak 54,2% dan gizi kurang sebanyak 45,8%. Hasil tersebut secara statistik menunjukkan pemberian makanan tambahan kombinasi jus kacang hijau dan telur ayam rebus memiliki kecenderungan positif terhadap perbaikan status gizi balita berdasarkan kategori BB/U dan BB/TB, namun tidak berpengaruh secara signifikan terhadap perubahan status gizi berdasarkan kategori TB/U walaupun terdapat 2 balita dengan perubahan dari stunting menjadi normal (Suksesty et al., 2020; Afidah & Mardiana, 2021). Selain itu kelor juga banyak ditemukan di wilayah NTT. Kelor memiliki nutrisi lengkap yaitu kandungan asam amino sebagai protein untuk mencegah stunting. Hasil

analisis proximate bubuk daun kelor memiliki kadar lemak 1.71%, kadar protein 1.95%, kadar serat kasar 0.24%, kadar kalori 45.74%, kadar kalsium 119.48 ppm, kadar Zn 2.28 ppm. Daun kelor basah meningkatkan kandungan protein dua kali lipat dibandingkan dengan daun kelor kering. Pemberian 5% daun kelor yang masih segar pada nasi dapat meningkatkan kandungan protein hingga 26%. Sedangkan pemberian 5% bubuk daun kelor yang sudah kering hanya mampu meningkatkan kandungan protein sebesar 14% (Oyeyinka & Oyeyinka, 2018). Wanukaka merupakan daerah pesisir pantai penghasil ikan laut. Ikan laut (ikan kembung) dan telur merupakan sumber protein hewani yang mengandung omega 3 dan DHA yang dibutuhkan anak agar tumbuh secara optimal. Nilai gizi, formulasi P1 yang dibuat dengan formulasi tepung terigu 70%, dan 15% tepung kedelai dapat dijadikan alternatif sebagai makanan selingan balita karena dari segi kadar karbohidrat paling mendekati dengan SNI biskuit, kadar protein dan kadar lemak sudah memenuhi standar SNI biskuit. Pada perlakuan P1 untuk dapat memenuhi kebutuhan selingan berdasarkan AKG (5,2 gram) balita dapat mengonsumsi 7 keping biskuit untuk usia 12-36 bulan dan 8 keping untuk usia 37-59 bulan. Formulasi tepung terigu, tepung ikan lele dan tepung kedelai terbukti meningkatkan kadar karbohidrat, protein, lemak pada biskuit dengan nilai $p < \alpha$ ($\alpha = 0,05$). (Salman et al., 2019).

Hasil penelitian dan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan oleh tim pengabmas di Pulau Semau menunjukkan hasil Perubahan pengetahuan dan ketrampilan para kader untuk lebih terampil mengolah snack yang menarik dan bergizi dari sumber bahan pangan lokal yang ada disekitar mereka. Hal ini ditandai dengan antusias dari setiap peserta kader saat membuat bola-bola mie ikan dan sempol ikan kelor, selain itu pihak desa juga turut terlibat mendukung kegiatan ini dengan memasukkan dalam salah satu program desa yaitu pemberian makanan tambahan (PMT) bagi ibu hamil dan anak balita (Nita et al., 2022). Berdasarkan uraian tersebut, penulis berasumsi bahwa pemanfaatan bahan pangan lokal seperti beras, jagung, ubi, kelor, kacang-kacangan, dan ikan laut sebagai dasar pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan strategi yang tepat dan kontekstual untuk meningkatkan status gizi balita di wilayah pedesaan, khususnya daerah pesisir seperti Wanukaka. Kombinasi antara sumber protein hewani (ikan dan telur) dengan protein nabati (kacang-kacangan dan kelor) mampu menyediakan zat gizi makro dan mikro yang dibutuhkan anak untuk pertumbuhan optimal. Selain berkontribusi terhadap peningkatan status gizi balita, pemanfaatan bahan pangan lokal juga memiliki nilai ekonomi dan sosial, karena mendorong masyarakat untuk mengoptimalkan hasil pertanian dan perikanan di wilayahnya sendiri. Pelibatan kader dan orang tua dalam pelatihan pengolahan pangan lokal menjadi makanan tambahan yang bergizi, menarik, dan mudah diterima anak merupakan langkah strategis dalam pemberdayaan masyarakat. Dengan demikian, PMT berbasis bahan pangan lokal tidak hanya berperan sebagai intervensi gizi, tetapi juga sebagai upaya berkelanjutan untuk memperkuat ketahanan pangan dan mendukung program penurunan stunting di tingkat desa.

6. KESIMPULAN

Pelatihan dan pendampingan pemanfaatan bahan pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan orang tua dan kader dalam pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi anak stunting. Melalui kegiatan ini, peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan tentang gizi dan pentingnya pangan lokal, tetapi juga keterampilan praktis dalam mengolah bahan pangan menjadi menu PMT bergizi seimbang, terjangkau, dan sesuai dengan kebutuhan anak. Pendampingan berkelanjutan memperkuat penerapan hasil pelatihan di lapangan, meningkatkan kepercayaan diri dan kemandirian kader serta orang tua dalam menyediakan makanan bergizi dari potensi lokal. Dengan demikian, program ini berkontribusi langsung terhadap perbaikan status gizi anak dan percepatan penurunan angka stunting di masyarakat. Penulis merekomendasikan agar pemanfaatan bahan pangan lokal dalam pembuatan PMT disesuaikan dengan potensi pangan yang tersedia di masing-masing daerah. Setiap wilayah memiliki sumber daya alam yang berbeda, sehingga inovasi resep dan formulasi PMT perlu dikembangkan sesuai karakteristik lokal. Misalnya, daerah pesisir dapat memanfaatkan ikan laut, rumput laut, dan kelor; daerah pegunungan dapat mengoptimalkan ubi, jagung, dan kacang-kacangan; sedangkan daerah pertanian dapat mengolah beras, tempe, dan sayuran hijau sebagai bahan dasar PMT. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan efektivitas program gizi, tetapi juga memperkuat kemandirian pangan lokal, menggerakkan ekonomi masyarakat, serta menjamin keberlanjutan intervensi gizi bagi balita di berbagai wilayah Indonesia.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Afidah, N., & Mardiana, M. (2021). Potensi Nagasari Formulasi Tepung Jagung dan Tepung Kacang Hijau sebagai Kudapan PMT-P Balita Stunting. *Sport and Nutrition Journal*, 3(2), 39-50.
- Canton, H. (2021). Food and agriculture organization of the United Nations—FAO. In *The Europa directory of international organizations 2021* (pp. 297-305). Routledge.
- Darubekti, N. (2021). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pemulihan bagi balita gizi buruk. *Prosiding Penelitian Pendidikan Dan Pengabdian 2021*, 1(1), 639-644.
- Hadju, V. A., Aulia, U., & Mahdang, P. A. (2023). Pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) lokal terhadap perubahan status gizi balita. *Gema Wiralodra*, 14(1), 105-111.
- Husnul, N., Setiyono, A., & Annasr, N. N. (2023). Pendidikan dan pelatihan pembuatan makanan tambahan pada ibu balita dan kader menuju masyarakat sadar stunting di Kota Tasikmalaya. *Jurnal Abdimas Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(1), 27-33.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Petunjuk Teknis Pemberian Makanan Tambahan Balita dan Ibu Hamil (Balita - Ibu Hamil - Anak Sekolah). In *Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* (Vol. 6, Issue August). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. https://kesmas.kemkes.go.id/assets/uploads/contents/others/20230516_Juknis_Tatalaksana_Gizi_V18.pdf

- Kementrian Kesehatan RI. (2025). *Potret Stunting di Indonesia*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK). <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/potret-stunting-di-indonesia/>
- Muchtar, F. (2024). Pelatihan Pembuatan Kudapan Bolu Kukus Bayam Sebagai Makanan Tambahan Balita Pada Kader Posyandu Waraswanawati di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kendari. *Indonesia Berdaya*, 5(2), 593-602.
- Nita, M. H. D. N. D., Sine, J., Pantaleon, M. G., & Nenotek, K. R. (2022). Pemberdayaan kader melalui teknologi pengolahan ikan sebagai sumber protein hewani dalam mencegah stunting pada balita di daerah terpencil di pulau semau kabupaten kupang. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Kepulauan Lahan Kering*, 3(2), 44-49.
- Oyeyinka, A. T., & Oyeyinka, S. A. (2018). Moringa oleifera as a food fortificant: Recent trends and prospects. *Journal of the Saudi Society of Agricultural Sciences*, 17(2), 127-136.
- Pingge, Y. A. U., Mirasa, Y. A., & Winarti, E. (2023). Pemberian PMT Modifikasi Berbasis Kearifan Lokal pada Balita Stunting:: Studi Kasus di Kabupaten Timor Tengah Selatan NTT. *Sci-Tech Journal (STJ)*, 2(2), 245-251.
- Rismawati, S., Nafsah, L. A., & Putri, D. H. (2024). Pelatihan Pengelolaan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal pada Kader di Wilayah Kerja Puskesmas Bantar Kota Tasikmalaya. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(2), 460-465.
- Salman, Y., Khadijah, S., & Suryani, N. (2019). Analisis Kandungan Zat Gizi Makro Biskuit Dengan Formulasi Tepung Ikan Lele Dan Tepung Kedelai Dalam Upaya Mencegah Stunting. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 10(1), 17-22.
- Suksesty, C. E., Hikmah, H., & Afrilia, E. M. (2020). Efektifitas Program Pemberian Makanan Tambahan Menggunakan Kombinasi Jus Kacang Hijau Dan Telur Ayam Rebus Terhadap Perubahan Status Gizi Stunting Di Kabupaten Pandeglang. *IMJ (Indonesian Midwifery Journal)*, 3(2).
- UNDP. (2009). *Capacity development: A UNDP primer*. United Nations Development Programme.
- Widyastuti, R., Boa, G. F., Dafroyati, Y., Belarminus, P., Bata, V. A., Saghu, M. M. P., & Riti, D. N. (2024). Pemberdayaan Masyarakat Untuk Mencegah Stunting Melalui 3P (Penyuluhan Kesehatan, Pemanfaatan Bahan Pangan Lokal dan Pijat Bayi). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(2), 752-763.