

## Pelatihan Pemanfaatan Bahan Makanan Lokal Bergizi Tinggi Dalam Rangka Pencegahan Stunting Di Kabupaten Gowa

### *Training On The Use Of Local, High Nutritional Food Ingredients In The Framework Of Stunting Prevention In Gowa District*

Rachmawaty Rachmawaty<sup>1</sup>, Rahmawati Rahmawati<sup>2</sup>, Amraeni Amraeni<sup>3</sup>,  
Riski Aprilianti Baharuddin<sup>4</sup>, Nurdiana Nurdiana<sup>5</sup>  
Universitas Patempo<sup>1,2,3,4</sup>  
Universitas Negeri Makassar<sup>5</sup>

Korepondensi penulis : [diana@unm.ac.id](mailto:diana@unm.ac.id)

#### Article History:

Received: 12 Oktober 2023

Revised: 20 November 2023

Accepted: 04 Desember 2023

**Keywords:** Local Food,  
Nutrition, Stunting.

**Abstract:** *Stunting is a serious problem in Gowa Regency that requires preventive action. The training "Utilization of Highly Nutritious Local Foodstuffs for Stunting Prevention in Gowa Regency" aims to increase the community's understanding of the nutritional value of local foodstuffs and improve their processing skills. Gowa Regency, with its diverse natural resources, is a potential landscape for enriching healthy diets. The training focused on two main objectives: first, improving knowledge about the nutritional content of local food ingredients, and second, improving optimal processing skills. The training not only provided information but also empowered the community to adopt nutritious diets, supporting sustainable stunting prevention efforts. The activity began by providing counseling on the problem of stunting and its prevention, introducing the variety and variety of local ingredients that are good and nutritionally valuable and conducting demonstrations, starting from handling raw materials, how to process ingredients, mixing ingredients, processing to packaging and storage. The results of the training showed that the responses of all participants (100%) had never done local food processing, and they were satisfied and benefited from the training activities. One of the abundant local food ingredients is purple sweet potato. So in this activity, training is given to process it into a jam that is rich in nutrients.*

#### Abstrak

Stunting merupakan masalah serius di Kabupaten Gowa yang memerlukan tindakan preventif. Melalui pelatihan dan penyuluhan "Pemanfaatan Bahan Makanan Lokal Bergizi Tinggi dalam Rangka Pencegahan Stunting di Kabupaten Gowa" bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang nilai gizi bahan makanan lokal dan meningkatkan keterampilan dalam pengolahannya. Kabupaten Gowa, dengan keanekaragaman sumber daya alamnya, menjadi lanskap yang potensial untuk memperkaya pola makan sehat. Pelatihan ini fokus pada dua tujuan utama: pertama, meningkatkan pengetahuan tentang kandungan nutrisi bahan makanan lokal, dan kedua, meningkatkan keterampilan pengolahan optimal. Pelatihan ini tidak hanya memberikan informasi tetapi juga memberdayakan masyarakat untuk mengadopsi pola makan bergizi, mendukung upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan. Kegiatan dimulai dengan memberikan penyuluhan mengenai masalah stunting dan pencegahannya, pengenalan ragam dan variasi bahan lokal yang baik dan bernilai gizi serta melakukan demo, mulai dari penanganan bahan baku, cara mengolah bahan, proses pencampuran bahan, proses pengolahan hingga cara pengemasan dan penyimpanan. Hasil pelatihan menunjukkan respon seluruh peserta (100%) belum pernah melakukan pengolahan bahan makanan lokal, dan mereka merasa puas serta mendapatkan manfaat dari kegiatan pelatihan. Salah satu bahan pangan lokal yang melimpah adalah ubi ungu. Sehingga pada kegiatan ini diberikan pelatihan mengolahnya menjadi selai yang kaya akan gizi.

**Kata Kunci:** Makanan Lokal, Gizi, Stunting.

## **PENDAHULUAN**

Stunting, sebagai masalah kesehatan masyarakat yang mendalam, menunjukkan dampak serius terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Pelatihan pemanfaatan bahan makanan lokal bergizi tinggi muncul sebagai solusi inovatif dan berkelanjutan (Faozi et al., 2022). Fenomena stunting mencerminkan keadaan kesehatan masyarakat yang kompleks, dengan dampak tidak hanya pada tingkat individu tetapi juga pada tingkat sosial dan ekonomi. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang hubungan antara pola makan, ketersediaan bahan makanan lokal, dan pencegahan stunting menjadi krusial untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif dan berkelanjutan.

Fenomena stunting di Kabupaten Gowa memerlukan perhatian serius dan tindakan segera. Menurut data kesehatan masyarakat, tingkat stunting di Kabupaten Gowa masih tinggi, menciptakan tantangan berkelanjutan dalam mencapai pembangunan manusia yang berkelanjutan. Stunting tidak hanya mempengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga dapat mengakibatkan masalah kesehatan jangka panjang, termasuk gangguan perkembangan kognitif dan penurunan daya tahan tubuh. Dengan demikian, memahami penyebab stunting dan merumuskan solusi yang sesuai menjadi tugas yang mendesak untuk meningkatkan kesejahteraan anak-anak (Rusilanti & Riska, 2021).

Sebagai respons terhadap fenomena ini, pelatihan pemanfaatan bahan makanan lokal bergizi tinggi menawarkan pendekatan yang menjanjikan. Bahan makanan lokal memiliki potensi besar untuk meningkatkan gizi anak-anak, mengingat keanekaragaman sumber daya alam yang dimiliki. Namun, implementasi yang efektif dari potensi ini memerlukan pemahaman mendalam tentang nilai gizi bahan makanan lokal, cara pengolahan yang tepat, dan penerimaan masyarakat. Oleh karena itu, pelatihan ini bukan hanya mengatasi masalah stunting secara langsung tetapi juga menciptakan kemandirian masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya lokal mereka untuk meningkatkan gizi dan kesehatan (Sutyawan et al., 2022).

Secara literatur, terdapat penelitian yang mendukung urgensi pendekatan ini. Kajian ilmiah terbaru menggambarkan hubungan erat antara pola makan sehat berbasis bahan makanan lokal dan penurunan risiko stunting. Selain itu, literatur juga memberikan wawasan tentang berbagai metode dan strategi pelatihan yang efektif dalam mengubah perilaku masyarakat terkait konsumsi pangan. Pengetahuan ini menjadi dasar bagi perancangan program pelatihan yang sesuai dengan konteks lokal Kabupaten Gowa (Pemanfaatan et al., 2022).

Pelatihan ini tidak hanya berfokus pada penyediaan informasi tentang nutrisi, tetapi juga mempertimbangkan faktor-faktor sosial dan ekonomi yang memengaruhi pilihan

makanan. Masalah ini menciptakan panggung bagi penelitian dan intervensi yang holistik, membutuhkan kolaborasi antara sektor kesehatan, pendidikan, dan pembangunan ekonomi (Fitriyaningsih et al., 2023). Pentingnya konteks lokal dalam merumuskan strategi pencegahan stunting tidak dapat diabaikan. Kabupaten Gowa memiliki kekayaan sumber daya alam yang dapat dimanfaatkan secara optimal untuk meningkatkan kesehatan anak-anak. Namun, ada kebutuhan untuk mengatasi ketidaksetaraan dalam akses dan pengetahuan terkait dengan bahan makanan lokal ini (Yulmaniati et al., 2022). Oleh karena itu, pelatihan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang nilai gizi bahan makanan lokal dan memberdayakan mereka untuk mengintegrasikannya ke dalam pola makan sehari-hari.

Tujuan Pelatihan ini diantaranya, 1) Meningkatkan Kesadaran dan Pengetahuan Masyarakat tentang Nilai Gizi Bahan Makanan Lokal, 2) Meningkatkan Keterampilan dalam Pengolahan Bahan Makanan Lokal yang Optimal. Hasil penelitian ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga memberdayakan masyarakat untuk mengambil langkah konkret dalam meningkatkan pola makan sehat dan mencegah stunting.

## **METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2023. Pelaksanaan pelatihan dan penyuluhan tentang pemanfaatan bahan makanan lokal bergizi tinggi dalam rangka pencegahan stunting dengan survey dan diskusi dengan pihak masyarakat Desa Pattalassang, Kecamatan Pattalassang, Kabupaten Gowa. Dalam diskusi ini, menentukan pelatihan yang sesuai untuk penyelesaian permasalahan yang dijadikan prioritas masyarakat disana. Prioritas permasalahannya adalah pengolahan makanan lokal yang digunakan untuk pencegahan stunting. Bahan dasar yang digunakan dalam pengolahan pangan adalah bahan pangan yang tinggi protein. Bahan yang digunakan mudah didapatkan dan terjangkau oleh masyarakat. Sehingga penyuluhan dan pelatihan merupakan metode yang sangat tepat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan mitra di Desa Gintungan, Desa Pattalassang, Kecamatan Pattalassang, Kabupaten Gowa.

### **Tahapan dalam Pelatihan**

Dalam kegiatan pelatihan, meliputi beberapa tahapan sebagai berikut :

1. Sosialisasi/ Penyuluhan terkait pangan sehat, ragam pangan sumber kesehatan dan permasalahan stunting.
2. Peningkatan kompetensi peserta pelatihan melalui interaksi langsung dengan cara diskusi dan tanya jawab

3. Pelaksanaan pelatihan dengan demo langsung pembuatan olahan makanan lokal tinggi protein.

### **Gambaran IPTEK**

Stunting menjadi permasalahan umum yang ada di masyarakat, khususnya daerah Jawa Timur. Permasalahan ini hendaknya dapat ditangani oleh semua golongan dan lapisan masyarakat. Penggunaan bahan pangan sehat yang bergizi baik diperlukan untuk mengatasi permasalahan stunting pada anak-anak. Variasi dan keberagaman bahan pangan dapat bersumber dari hasil – hasil perikanan dan pertanian, salah satunya adalah pada tanaman kelor sebagai sumber protein nabati dan ikan serta udang sebagai sumber protein hewani. Apabila bahan-bahan tersebut diaplikasikan pada suatu produk olahan pangan yang dikonsumsi sehari-hari, memungkinkan terbentuknya produk olahan pangan baru yang bermutu baik dengan kualitas dan kuantitas gizi yang memadai untuk menunjang kesehatan anak-anak (Putri et al., 2023).

Balita cenderung tidak suka mengonsumsi sayuran, apalagi daun kelor memiliki aroma khas langu dan sedikit pahit yang biasanya tidak disukai. Melalui cara pengolahan dan penyajian yang tepat, seperti penyamaran aroma dengan penambahan rempah-rempah dapat mensiasati agar daun kelor dapat disukai oleh balita. Selain itu, pada kegiatan pelatihan ini masyarakat akan dikenalkan dengan bahan alternatif pengganti tepung terigu yaitu roti tawar. Dengan mengurangi penggunaan tepung terigu diharapkan dapat mengedepankan penggunaan sumber bahan pangan bernilai gizi tinggi (Lailiyah et al., 2023).

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pelatihan ini diadakan di Desa Pattalassang, Kecamatan Pattalassang, Kabupaten Gowa, dengan tujuan mendorong optimalisasi bahan makanan lokal, khususnya melalui pembuatan selai ubi ungu, sebagai solusi untuk meningkatkan status gizi anak, terutama balita, dan mengurangi prevalensi stunting. Peserta kegiatan ini masih minim pemahaman mengenai status gizi, stunting, dan potensi bahan-bahan lokal di sekitar mereka.

Keterbatasan pengetahuan tentang pencegahan stunting dan peningkatan status gizi anak melalui olahan pangan menjadi fokus utama. Oleh karena itu, kegiatan pelatihan ini akan difokuskan pada diversifikasi olahan bahan makanan lokal, dengan penekanan khusus pada pembuatan selai ubi ungu yang kaya protein. Diharapkan, pelatihan ini akan menjadi sarana efektif bagi masyarakat di Desa Pattalassang untuk meningkatkan pemahaman dan penerapan praktis dalam menciptakan sumber gizi lokal yang dapat efektif mencegah stunting.

Proses pelatihan ini terbagi menjadi tiga tahap yang terstruktur, dimulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi.

### 1. Tahap Persiapan

Tahap ini dimulai dengan melakukan survei menyeluruh bersama masyarakat setempat. Pada saat ini, tim pelaksana pelatihan akan berinteraksi dengan masyarakat untuk memahami kebiasaan makan, pemahaman tentang gizi, serta tingkat pengetahuan mereka terkait stunting. Survey ini menjadi landasan penting dalam merancang program pelatihan yang sesuai dengan kebutuhan dan konteks lokal.



**Gambar 1.** Dokumentasi Lapangan

### 2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan menjadi inti dari kegiatan ini. Melibatkan penyelenggaraan pelatihan aktif yang fokus pada pembuatan selai ubi ungu. Peserta akan dipandu melalui langkah-langkah praktis, termasuk pemilihan bahan, proses pengolahan, dan penyimpanan. Pelatihan tidak hanya memberikan pengetahuan teknis, tetapi juga menyampaikan informasi tentang nilai gizi ubi ungu dan bagaimana konsumsi secara teratur dapat meningkatkan status gizi anak-anak dan mengurangi risiko stunting.



**Gambar 2.** Dokumentasi Lapangan

### 3. Tahap Evaluasi

Setelah pelatihan, tahap evaluasi berlangsung melalui pendampingan. Tim pelatihan akan mendampingi peserta dalam mengaplikasikan keterampilan yang telah dipelajari selama pelatihan. Pendampingan ini mencakup proses pengawasan dan memberikan umpan balik konstruktif. Tujuannya adalah memastikan bahwa peserta dapat mengimplementasikan pembuatan selai ubi ungu dengan benar dan secara konsisten di lingkungan sehari-hari mereka. Evaluasi ini mendukung keberlanjutan upaya pencegahan stunting di komunitas setempat.



**Gambar 3.** Dokumentasi Lapangan

Dengan pendekatan ini, tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi saling terintegrasi untuk mencapai hasil yang maksimal, memastikan bahwa pelatihan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga membawa dampak nyata dalam mengurangi prevalensi stunting di Desa Pattalassang, Kecamatan Pattalassang, Kabupaten Gowa

### **KESIMPULAN**

Adapun kesimpulan dari kegiatan pelatihan ini adalah : 1. Seluruh kelompok mitra sebagai peserta pelatihan dapat membuat produk olahan yang berbahan makanan lokal dengan baik. 2. Produk olahan memberi hasil yang lebih menarik dan dapat dikembangkan dengan memanfaatkan bahan lokal untuk memperkaya nilai gizi. 3. Kegiatan pelatihan yang dilaksanakan mampu bermanfaat bagi kelompok mitra terhadap penanganan stunting dan pembuatan makanan sehat bergizi tinggi. 4. Semakin meningkatnya pengetahuan dan pemahaman kelompok mitra di Desa Pattalassang, Kecamatan Pattalassang, Kabupaten Gowa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Faozi, I., Firdaus, F., Istiqomah, I., Nurina, N., Kristianasari, H., Hamid, M., Prayitno, A., Prabowo, A. B., Lini, N. S., Setyani, N., & Kurniasari, F. S. (2022). Training in Utilizing Local Food in Stunting Prevention in Somogede Village. *Abdimas Galuh*, 4(2), 724. <https://doi.org/10.25157/ag.v4i2.7459>
- Fitriyaningsih, Simbolon, R., Simanihuruk, R., Nahak, K. A., Simbolon, M., & Sembiring, T. (2023). Pelatihan dan pendampingan pemanfaatan pangan lokal untuk mencegah stunting pada keluarga di desa oenenu selatan, bikomi tengah, ntt tahun 2022. *Krida Cendekia*, 01(10), 0–4.
- Lailiyah, W. N., Tanjung, G. S., Rifqiyyah, Q. Z., Suhaili, Zumroh, A., & Maulidah, A. W. (2023). Pelatihan Pembuatan Nugget Ikan Dalam Rangka. *DedikasiMU (Journal of Community Service) Volume*, 5(2), 143–149.
- Pemanfaatan, P., Pisang, B., Pencegah, M., Berdasarkan, S., Menteri, P., Nomor, K., Junus, N., & Mamu, K. J. (2022). Pelatihan Pemanfaatan Buah Pisang Sebagai Makanan Pencegah Stunting Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang di Desa Lamu. *DAS SEIN: Jurnal Pengabdian Hukum Dan Humaniora*, 2(1), 1–12.
- Putri, R. A., Sulastri, S., & Apsari, N. C. (2023). Pemanfaatan Potensi Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Ijd-Demos*, 5(1). <https://doi.org/10.37950/ijid.v5i1.394>
- Rusilanti, & Riska, N. (2021). Edukasi Gizi Yang Sehat Untuk Pencegahan Stunting Di Kelurahan Benda Baru Kecamatan Pamulang Tangerang Selatan. *Sarwahita*, 18(01), 11–27. <https://doi.org/10.21009/sarwahita.181.2>
- Sutyawan, Novidiyanto, & Wicaksono, A. (2022). Optimization the Utilization of Local Food that is Safe and Nutritious in Stunting Prevention Efforts in Ibul Village, West Bangka Regency. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 566.
- Yulmaniati, Y., Hurul Ainun, N., & Jailani, M. (2022). Pemanfaatan Hasil Pangan Lokal Dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Bandar Baru, Kecamatan Sibolangit, Sumatera Utara. *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 5(5), 2396–2401. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v5i5.2238>