



PENGENALAN PANGAN LOKAL SEBAGAI EDUKASI GIZI DAN PENCEGAHAN STUNTING DI MIN 1 MINAHASA

Sri Sudewi*¹⁾, Sarwan²⁾, dan Hosea Jaya Edy³⁾

*e-mail: ssudewi@gmail.com.

- 1) Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Sam Ratulangi, Manado – 95115.
- 2) Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Manado.
- 3) Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Sam Ratulangi, Manado – 95115.

Diserahkan tanggal 12 November 2024, disetujui tanggal 15 Januari 2025

ABSTRAK

Stunting menjadi isu kesehatan nasional yang membutuhkan perhatian serius, terutama di Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara, yang masih berada di bawah standar aman. Untuk mengatasinya, MIN 1 Minahasa bekerja sama dengan Program Studi Farmasi FMIPA Universitas Sam Ratulangi (Unsrat) melaksanakan Program Pemberdayaan Berbasis Masyarakat (PBM) terkait edukasi gizi anak (ega) melalui program pencegahan stunting berbasis produk pangan lokal. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, keterampilan memasak, dan konsumsi pangan lokal yang bergizi di lingkungan sekolah. Metode yang digunakan meliputi edukasi gizi terkait pencegahan stunting, pelatihan memasak berbahan pangan lokal, distribusi paket makanan sehat, serta pengenalan menu berbasis pangan lokal di kantin sekolah. Kegiatan ini melibatkan 79 siswa dan 30 guru serta komite, dimulai dengan pengukuran kesehatan siswa melalui berat badan, tinggi badan, dan lingkaran lengan. Guru dan komite sekolah mengikuti pelatihan memasak berbahan lokal seperti kripik daun gedi, es krim alpukat, dan minuman berbasis labu kuning (sambiki), sementara siswa diperkenalkan pada menu-menu tersebut. Hasil dari program ini menunjukkan peningkatan kesadaran akan stunting dan gizi seimbang, dari 50% sebelum program menjadi 90% setelah program. Keterampilan memasak guru dan komite juga meningkat dari 50% menjadi 90%, sedangkan konsumsi pangan lokal di kalangan siswa menunjukkan peningkatan signifikan dengan tingkat kepuasan mencapai 90%. Pengukuran status gizi siswa yang menerima paket makanan sehat menunjukkan perbaikan yang signifikan. Program ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran dan konsumsi pangan lokal di lingkungan sekolah. Langkah ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan angka stunting di Kabupaten Minahasa serta meningkatkan kualitas kesehatan anak-anak melalui asupan gizi yang lebih baik.

Kata kunci: Edukasi gizi, stunting, pangan lokal, pangan fungsional, MIN 1 Minahasa.

ABSTRACT

Stunting is one of the national health issues that requires serious attention, especially in Minahasa Regency, North Sulawesi, which is still below safe standards. To overcome this problem, MIN 1



Minahasa in collaboration with the Pharmacy Study Program of FMIPA Sam Ratulangi University (Unsrat) implemented a Community-Based Empowerment Program (CEP) related to child nutrition education (ega) through a stunting prevention program based on local food products. The program aims to increase awareness, cooking skills, and consumption of nutritious local food in the school's elements. The methods used include nutrition education related to stunting prevention, cooking training with local ingredients, distribution of healthy food packages, and the introduction of local food-based menus in school canteens. This activity involved 79 students and 30 teachers as well as a committee, starting with measuring the health of students through weight, height, and arm circumference. Teachers and school committees participated in cooking training with local ingredients such as gedi leaf chips, avocado ice cream, and yellow pumpkin-based drinks (sambiki), while students were introduced to the menus. The results of this program show an increase in awareness of stunting and the importance of balanced nutrition, from 50% before the program to 90% after the program. The cooking skills of teachers and committees also increased from 50% to 90%, while the consumption of local food among students showed a significant increase with a satisfaction rate of 90%. Measurement of nutritional status of students who received healthy food packages showed significant improvements. Overall, this program has a positive impact in increasing awareness and consumption of local food in the school environment. This step is expected to contribute to reducing the stunting rate in Minahasa Regency and improving the quality of children's health through better nutritional intake.

Keywords: Nutrition education, stunting, local food, MIN 1 Minahasa.

PENDAHULUAN

Angka stunting di Minahasa masih cukup tinggi yakni pada tahun 2019 prevalensi stunting 15,8 %, lalu meningkat pada tahun 2021 menjadi 17,5 %, dan turun pada tahun 2022 menjadi 16, 5. Namun pada tahun 2023 ditargetkan sebesar 12 %, dan pada tahun 2024 ditargetkan 9 % (PPLM, 2023. Pada tahun 2024 berdasarkan berita di media masa masih terus berupaya menurunkan angka stunting (PA, 2024).

Desa Sea berada di kecamatan Pineleng Kabupaten Minahasa yang memiliki letak secara topografi perbukitan, mata pencaharian penduduknya adalah petani. Desa Sea dengan luas wilayah + 552 Ha dengan luas perkebunan + 375 Ha (60 %) adalah lahan Perkebunan (Dompasa et al., 2014). Kondisi desa ini, ikut mempengaruhi kultur dan

kebiasaan kelompok mitra pengabdian ini. Karakteristik masyarakat Sea adalah petani tumpang sari. Tanaman di lahan mereka adalah kopra, pisang, pepaya, daun kemangi, daun sereh, cabai, daun pandan, daun gedi, ubi kayu/singkong, ubi jalar, jagung, terong, cabai, lemon, nenas, dan sebagainya yang melimpah. Jenis bumbu dapur adalah hasil pertanian yang paling tinggi di Desa Sea (Dompasa et al., 2014). Tanaman ini dapat didayagunakan sebagai pemenuhan gizi dan pencegahan stunting. Riset oleh Wangke, et al. (2019) di Desa Sea menunjukkan bahwa penyediaan pangan lokal seperti ubi kayu dan pisang pemanfaatannya masih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa diperlukan kegiatan pelatihan/penyuluhan yang diharapkan dapat memberi dampak peningkatan pengetahuan mitra (Wangke dan Susana, 2019).

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada mitra di MIN 1 Minahasa, diperoleh informasi bahwa berdasarkan data yang ada, dalam setiap pekan selalu ada siswa yang masuk UKS dengan postur pendek dan berbadan kecil (wawancara Jumriati Lamusu, 2024). Terdapat berbagai alasan untuk masuk UKS seperti sakit, pusing, mual, batuk, dan lain-lain. Ungkapan yang sama disampaikan oleh Wali Kelas Ib MIN 1 Minahasa, Jumria B. yang menyatakan bahwa anak didiknya umumnya berpostur kecil dan badan pendek (wawancara Jumria Badjuka, 2024). Ketidakhahaman mitra dalam memanfaatkan pangan lokal untuk meningkatkan gizi anak-anak menjadi masalah yang perlu diselesaikan. Dengan demikian diharapkan kegiatan ini dapat kontribusi terhadap perbaikan status gizi dan kesehatan anak sekolah, dan terciptanya budaya sehat di Indonesia (Yulia, 2017).

Integrasi pendidikan gizi berbasis kearifan lokal dapat meningkatkan pengetahuan anak

mengenai gizi dan kesehatan (Yulia 2017). Pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada pencegahan stunting dan peningkatan kesehatan anak-anak di MIN 1 Minahasa dengan memberikan edukasi, pelatihan membuat makanan/minuman berbasis pangan lokal seperti es krim pisang/alpokot/buah naga, kerupuk gedi, bubur ubi kayu, manisan kelapa, dan sebagainya.

METODE PELAKSANAAN

A. Seminar Edukasi/Penyuluhan

Pada tanggal 6 September 2024, tim pengabdian bekerja sama dengan MIN 1 Minahasa menyelenggarakan seminar edukasi yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman guru dan anggota komite sekolah mengenai pentingnya gizi anak dan pencegahan stunting. Seminar ini merupakan bagian dari upaya berkelanjutan untuk memerangi masalah gizi di kalangan anak-anak, khususnya dalam konteks pertumbuhan dan perkembangan yang sehat.

Tabel 1. Peserta Seminar (Total 39 orang).

Aspek	Deskripsi	Persentase
Komposisi peserta	a) Guru	70 %
	b) Anggota Komite	20 %
	c) Orang Tua Siswa	10 %
Peningkatan pengetahuan	Deskripsi peningkatan pengetahuan peserta	90 %
Partisipasi aktif peserta	Dalam diskusi dan Tanya jawab	90 %
Komitmen untuk tindak lanjut	Mengusulkan tindak lanjut program	95 %

Tabel 1 di atas memberikan gambaran komprehensif mengenai pelaksanaan seminar edukasi gizi dan pencegahan stunting yang

dilaksanakan di MIN 1 Minahasa. Kegiatan ini melibatkan 39 peserta yang terdiri dari tiga kelompok utama: guru, anggota komite

sekolah, dan orang tua siswa. Dari keseluruhan peserta, proporsi guru mencapai 70%, menunjukkan peran sentral mereka dalam pendidikan dan peningkatan kesadaran mengenai isu gizi anak. Sementara itu, anggota komite sekolah berkontribusi sebesar 20%, menandakan adanya dukungan manajerial yang signifikan, dan 10% lainnya terdiri dari orang tua siswa, yang memberikan perspektif penting mengenai pengelolaan gizi di lingkungan rumah tangga.

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman yang substansial di antara peserta setelah seminar. Sebanyak 90% dari peserta menyampaikan bahwa mereka kini memiliki pemahaman yang lebih baik terkait isu nutrisi dan stunting, yang mengindikasikan

efektivitas seminar dalam menyampaikan informasi yang aplikatif dan relevan. Tingkat partisipasi aktif dalam diskusi juga menunjukkan angka yang menggembirakan, mencapai 90%. Peserta terlibat secara interaktif dalam sesi tanya jawab dan berbagi pengalaman pribadi, menciptakan suasana belajar yang kolaboratif dan mendukung. Hasil seminar menunjukkan bahwa 95% peserta mendukung perlunya tindak lanjut, seperti pelatihan tambahan dan penyuluhan yang berkala. Ini mencerminkan komitmen yang kuat untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh dan memperkuat inisiatif pencegahan stunting baik di sekolah maupun di dalam keluarga.

Tabel 2. Agenda Acara Seminar Pencegahan Stunting Berbahan Pangan Lokal.

No.	Agenda	Waktu	Penanggung Jawab
1	Persiapan	10.00-10.15	Tim Pelaksanan dan Mahasiswa
2	Sambutan-Sambutam 1. Ketua Tim Pengabdian 2. Kepala MIN 1 Minahasa	10.15-10.30	MC
3	Penyampaian Materi Narasumber "Edukasi Gizi dan Pencegahan Stunting Berbasis Pangan Lokal"	10.20-12.45	Moderator: Sarwan, S.Kep., M.Kep. Narasumber: Dr. Hosea Jaya Edy, M. Si., Apt.
4.	Penutup	12.45-13.00	Kepala Sekolah dan Ketua Tim

Kegiatan ini merupakan bagian dari program pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai gizi dan pencegahan stunting berbasis pangan lokal di MIN 1 Minahasa. Program ini diinisiasi oleh tim pengabdian dari institusi pendidikan

dan melibatkan mahasiswa sebagai bagian dari tim pelaksana. Melalui agenda ini, diharapkan para peserta, yang terdiri dari siswa, guru, dan orang tua, dapat memahami pentingnya gizi seimbang dalam masa pertumbuhan anak, serta bagaimana pemanfaatan

Sri Sudewi, Sarwan, dan Hosea Jaya Edy: *Pengenalan Pangan Lokal Sebagai Edukasi Gizi dan Pencegahan Stunting di MIN 1 Minahasa.*

pangan lokal dapat mendukung upaya pencegahan stunting.

Tabel 2 merupakan agenda acara seminar pencegahan stunting berbahan pangan local. Acara dimulai dengan persiapan oleh tim pelaksana dan mahasiswa yang berlangsung selama 15 menit, di mana mereka memastikan bahwa segala keperluan teknis dan administrasi berjalan lancar. Setelah persiapan

selesai, acara dilanjutkan dengan sambutan dari Ketua Tim Pengabdian dan Kepala MIN 1 Minahasa, sebagai bentuk penghargaan atas kolaborasi antara pihak sekolah dan tim pengabdian. Sambutan ini penting sebagai pengantar yang menggambarkan maksud dan tujuan kegiatan yang akan dilaksanakan, sekaligus menekankan pentingnya topik yang akan dibahas, seperti pada Gambar 1 berikut.



Gambar 1. Pelaksanaan Seminar Edukasi Gizi dan Stunting.

Sesi inti dari kegiatan ini adalah penyampaian materi oleh narasumber, Dr. Hosea Jaya Edy, M. Si., Apt., yang akan memberikan paparan mengenai “Edukasi Gizi dan Pencegahan Stunting Berbasis Pangan Lokal.”

Pemaparan ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru mengenai pentingnya gizi seimbang untuk mencegah stunting, terutama dalam konteks pemanfaatan sumber daya pangan lokal yang mudah didapat dan memiliki

nilai gizi tinggi. Pangan lokal seperti daun gedi dan kelapa muda, yang kaya akan vitamin dan mineral, menjadi contoh konkret dari potensi yang dapat dimanfaatkan dalam mencegah stunting pada anak-anak.

Dalam sesi ini, moderator, Sarwan, S.Kep., M.Kep., akan memandu jalannya diskusi sehingga pemaparan materi dapat berjalan dengan terstruktur dan peserta dapat berpartisipasi secara aktif. Peserta, terutama guru dan orang tua, akan diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi mengenai topik yang disampaikan. Hal ini penting karena permasalahan gizi dan stunting memerlukan pemahaman menyeluruh dari berbagai pihak, termasuk sekolah dan keluarga, yang berperan langsung dalam menjaga pola makan anak-anak.

Kegiatan ini ditutup dengan sambutan penutup dari Kepala Sekolah dan Ketua Tim Pengabdian, yang berisi refleksi singkat atas materi yang disampaikan serta ajakan untuk menerapkan ilmu yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Penutupan ini juga menandai komitmen bersama untuk terus mendukung upaya pencegahan stunting melalui pendidikan gizi dan pemanfaatan pangan lokal. Dengan adanya kolaborasi antara institusi pendidikan, sekolah, dan masyarakat, diharapkan angka stunting di daerah ini dapat diminimalisir.

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh yang dialami anak-anak, yang tidak hanya memengaruhi tinggi badan, tetapi juga

perkembangan otak. Narasumber menjelaskan bahwa stunting menyebabkan anak lebih pendek dibandingkan anak seusianya dan memiliki keterlambatan kognitif. Penyebab utamanya adalah kekurangan gizi kronis selama 1.000 hari pertama kehidupan, yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Periode ini sangat krusial bagi perkembangan anak, dan kekurangan gizi pada fase ini berpotensi menyebabkan stunting yang berdampak pada kesehatan jangka panjang. Tidak hanya terkait fisik, anak yang stunting juga memiliki risiko kecerdasan yang lebih rendah dibandingkan dengan anak seusianya.

Dalam presentasinya, Narasumber membahas penyebab stunting menjadi dua faktor utama, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal terutama berkaitan dengan kekurangan gizi kronis, di mana meskipun anak mendapatkan cukup makanan, nutrisi yang terkandung mungkin tidak seimbang. Misalnya, kekurangan protein, zat besi, atau kalsium yang sangat diperlukan oleh tubuh. Faktor eksternal mencakup infeksi yang sering terjadi, yang membuat tubuh anak menggunakan energi lebih untuk melawan penyakit daripada untuk tumbuh, serta sanitasi yang buruk dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan. Pentingnya sanitasi yang baik dan kesehatan lingkungan sebagai upaya untuk mencegah stunting.

Ciri-ciri stunting sangat jelas terlihat, mulai dari postur tubuh yang lebih pendek hingga

perkembangan tulang yang lambat. Anak yang stunting sering kali memiliki berat badan yang lebih rendah dan keterlambatan dalam perkembangan motorik, seperti duduk atau berjalan. Lebih lanjut, anak dengan stunting biasanya memiliki masalah dalam belajar dan berkonsentrasi, serta cenderung mengalami gangguan dalam perkembangan kognitif yang dapat mempengaruhi kecerdasan mereka di masa depan. Dampak jangka panjang dari stunting juga cukup serius, di mana anak-anak yang stunting memiliki risiko lebih tinggi terkena penyakit jantung, diabetes, dan stroke di usia dewasa.

Pencegahan stunting, harus dimulai sejak masa kehamilan. Ibu hamil harus mengonsumsi makanan yang kaya akan protein, zat besi, kalsium, serta vitamin D yang sangat penting untuk pertumbuhan tulang dan otot janin. Setelah lahir, bayi harus diberi ASI eksklusif selama enam bulan pertama untuk memastikan nutrisi yang dibutuhkan terpenuhi. Setelah itu, pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) harus dilakukan dengan benar dan sesuai dengan kebutuhan usia anak. Posyandu juga berperan penting dalam menyediakan imunisasi lengkap serta layanan kesehatan bagi ibu dan anak. Edukasi mengenai gizi dan pola makan yang sehat sangat dibutuhkan, terutama bagi orang tua yang memiliki akses terbatas terhadap informasi tentang stunting.

Di sisi lain, sekolah juga memiliki peran penting dalam mencegah stunting. Nara-

sumber menyarankan agar sekolah aktif mengedukasi siswa dan orang tua mengenai pentingnya konsumsi pangan lokal yang kaya gizi, dibandingkan dengan makanan cepat saji yang tidak sehat. Program edukasi gizi di sekolah dapat membantu meningkatkan kesadaran tentang pentingnya nutrisi dalam mendukung pertumbuhan anak. Namun, hal ini tidak terlepas dari tantangan, seperti jadwal padat, keterbatasan infrastruktur, dan minat siswa yang rendah terhadap pendidikan gizi. Untuk mengatasi masalah ini, sekolah perlu merancang program-program yang menarik bagi siswa, seperti kampanye makan sehat di kantin atau lomba memasak makanan bergizi.

Selain memberikan penjelasan mengenai pentingnya gizi dan peran sekolah, Narasumber juga urgensi pemanfaatan bahan pangan lokal seperti daun gedi dan kelapa muda dalam upaya meningkatkan asupan gizi. Daun gedi kaya akan vitamin A, C, K, serta mineral seperti zat besi, kalsium, dan magnesium yang sangat baik untuk kesehatan tulang, otot, dan sistem kekebalan tubuh. Kelapa muda, di sisi lain, mengandung elektrolit yang membantu menjaga keseimbangan cairan tubuh dan memiliki sifat antioksidan yang baik untuk pemulihan dan kesehatan umum. Penggunaan bahan pangan lokal seperti ini tidak hanya bermanfaat dari sisi kesehatan, tetapi juga membantu mengembangkan potensi lokal.

Tanggapan dari guru dan komite sekolah sangat positif terhadap materi yang disampai-

kan oleh Narasumber. Mereka setuju bahwa upaya pencegahan stunting harus dilakukan secara kolaboratif antara sekolah, keluarga, dan masyarakat. Sekolah diharapkan tidak hanya menjadi tempat belajar akademik, tetapi juga tempat untuk mengedukasi siswa dan orang tua tentang pentingnya gizi dan kesehatan. Komite sekolah juga menyarankan agar program-program yang melibatkan orang tua, seperti sosialisasi di posyandu dan kantin sehat di sekolah, dapat lebih sering diadakan untuk mendukung kesehatan anak-anak secara menyeluruh.

B. Pelatihan Praktik Membuat Produk Pangan Lokal.

Pelatihan memasak berbahan pangan lokal dilakukan tim pengabdian sebagai upaya sharing pengalaman kepada guru dan komite

sebagai peserta dalam pengabdian ini. Selain guru dan komite, juga ada mahasiswa yang terlibat dalam demonstrasi ini. Agenda acara dalam praktik dan demonstrasi ini diuraikan sebagai berikut.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan utama untuk mengedukasi siswa, guru, dan komite mengenai potensi pangan lokal sebagai solusi gizi seimbang dan pencegahan stunting, sekaligus memberikan keterampilan praktis dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi produk bernilai tambah. Acara diawali dengan persiapan oleh tim pelaksana dan mahasiswa pada pukul 13.00-13.15. Pada tahap ini, seluruh komponen acara dipersiapkan, termasuk bahan-bahan pangan lokal yang akan didemonstrasikan serta pengaturan teknis lainnya (Tabel 3).

Tabel 3. Agenda Acara Demonstrasi Pembuatan Produk Pangan Berbahan Pangan Lokal.

No.	Agenda	Waktu	Penanggungjawab
1	Persiapan	13.00-13.15	Tim Pelaksanaan dan Mahasiswa
2	Demonstrasi Pembuatan Pangan Lokal: Gedi Cracer, Sweet Coco, Boba Sambiki, dan Eskrim Alpukat	13.15-14.00	Ketua Tim dan Mahasiswa
3	Demonstrasi Guru/komite Pembuatan Pangan Lokal: Gedi Cracer, Sweet Coco, Boba Sambiki, dan Eskrim Alpukat	14.00-15.30	Tim pengabdi dan guru/komite
4.	Pengecekan cita rasa produk karya mahasiswa dan guru/komite	15.30-15.45	Tim pengabdi, mahasiswa, guru, dan komite
5.	Penutup dan Networking	15.45-16.00	Ketua Tim dan Guru/Komite

Bagian inti acara adalah demonstrasi pembuatan pangan lokal yang dimulai pada pukul 13.15, dipandu oleh Ketua Tim Pengabdian bersama mahasiswa. Produk

yang didemonstrasikan mencakup Gedi Cracker, Sweet Coco, Boba Sambiki, dan Es Krim Alpukat. Masing-masing produk ini memanfaatkan bahan pangan lokal yang kaya

Sri Sudewi, Sarwan, dan Hosea Jaya Edy: Pengenalan Pangan Lokal Sebagai Edukasi Gizi dan Pencegahan Stunting di MIN 1 Minahasa.

akan nutrisi, seperti daun gedi dan kelapa muda, yang mudah ditemukan di daerah Minahasa. Demonstrasi ini bertujuan untuk menunjukkan cara-cara sederhana namun efektif dalam mengolah bahan-bahan tersebut menjadi makanan yang lezat dan bergizi.

Mahasiswa, sebagai bagian dari tim, berperan aktif dalam proses ini, sekaligus belajar cara menyampaikan informasi kepada masyarakat. Peserta sangat antusias di dalam pelaksanaan ini. Hal ini sebagai upaya berbagi pengalaman antara tim pengabdian dengan pihak MIN 1 Minahasa. Selain guru, komite, dan orang tua siswa, juga sebagian orang tua siswa ikut serta dalam demonstrasi ini.

Setelah demonstrasi oleh tim pengabdian dan mahasiswa, pada pukul 14.00 hingga 15.30, guru dan komite sekolah diberikan kesempatan untuk mencoba langsung proses

pembuatan pangan lokal. Tahap ini memberikan pengalaman praktis kepada guru dan komite dalam mengolah pangan lokal, sekaligus memperkuat keterlibatan mereka dalam mempromosikan makanan bergizi di lingkungan sekolah. Kolaborasi antara tim pengabdian dan guru/komite juga diharapkan dapat membangun kesadaran bersama mengenai pentingnya pemanfaatan pangan lokal dalam keseharian. Kolaborasi ini dapat memberikan manfaat berkelanjutan dan dapat sharing informasi kepada tim pengabdian dan peserta. Dengan kombinasi seperti ini memudahkan pelaksanaan kegiatan dan mempercepat pencapaian tujuan pelaksanaan program pengabdian di MIN 1 Minahasa. Proses praktik memasak seperti tampak pada Gambar 2 berikut.



Gambar 2. Praktik/Demonstrasi Memasak Diikuti Peserta Pengabdian.

Setelah semua produk selesai dibuat, sesi pengecekan cita rasa dilaksanakan pada pukul

15.30-15.45. Tim pengabdian, mahasiswa, guru, dan komite bersama-sama mencicipi produk

yang telah dibuat, menilai rasa, tekstur, serta potensi penerimaan produk oleh masyarakat. Sesi ini tidak hanya menjadi momen evaluasi atas produk yang dihasilkan, tetapi juga sarana untuk meningkatkan pemahaman tentang potensi pangan lokal sebagai alternatif makanan sehat. Acara kemudian ditutup pada pukul 15.45 dengan sesi penutup dan networking yang dipimpin oleh Ketua Tim Pengabdian

bersama guru dan komite. Sesi ini menjadi kesempatan untuk memperkuat hubungan antara sekolah, tim pengabdi, dan mahasiswa dalam upaya berkelanjutan memanfaatkan pangan lokal untuk mendukung program pencegahan stunting di masyarakat. Networking juga menjadi platform penting untuk berbagi pengalaman dan ide-ide baru yang dapat diterapkan di masa depan.

Tabel 4. Peningkatan Keterampilan Guru dan Komite Setelah Pelatihan Memasak.

Aspek	Sebelum Program	Setelah Program	Peningkatan
Jumlah peserta pelatihan	-	39	-
Keterampilan Memasak Berbahan Pangan Lokal	50 %	90 %	40 %
Kesadaran guru dan komite tentang pentingnya konsumsi pangan lokal	30 %	90 %	60 %

C. Evaluasi Kegiatan.

Pelatihan memasak yang diselenggarakan di MIN 1 Minahasa telah memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan keterampilan dan kesadaran guru serta anggota komite mengenai pentingnya konsumsi pangan lokal (Tabel 4). Dengan diikuti oleh 39 peserta, program ini mencerminkan komitmen tinggi untuk memperbaiki pemahaman gizi anak. Sebelum pelatihan, keterampilan memasak peserta hanya berada pada 50%, tetapi setelah pelatihan, tingkat keterampilan ini melonjak menjadi 90%, menunjukkan peningkatan yang mencolok sebesar 40%. Selain itu, kesadaran guru dan komite tentang pentingnya konsumsi pangan lokal juga meningkat dari 30% menjadi 90%, yang berarti ada

peningkatan kesadaran sebesar 60%. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya berhasil dalam memberikan keterampilan praktis, tetapi juga meningkatkan pemahaman mengenai manfaat gizi dari pangan lokal. Dengan keterampilan dan pengetahuan yang lebih baik, guru dan anggota komite dapat lebih efektif mendidik siswa tentang gizi yang seimbang, serta mendorong implementasi menu sehat di sekolah. Program ini menjadi langkah penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan siswa dan mencegah masalah gizi seperti stunting.

SIMPULAN

Program edukasi gizi dan pencegahan stunting berbasis pangan lokal telah me-

Sri Sudewi, Sarwan, dan Hosea Jaya Edy: Pengenalan Pangan Lokal Sebagai Edukasi Gizi dan Pencegahan Stunting di MIN 1 Minahasa.

nunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran peserta didik mengenai pentingnya gizi seimbang serta pemanfaatan bahan pangan lokal. Melalui rangkaian kegiatan yang meliputi sosialisasi, pengukuran status gizi, dan demonstrasi pembuatan produk pangan, program ini berhasil menciptakan pemahaman yang lebih mendalam tentang nutrisi di kalangan siswa. Hasil awal mengindikasikan adanya perubahan positif dalam pola konsumsi makanan, di mana siswa lebih antusias untuk mengadopsi bahan pangan lokal sebagai alternatif yang sehat.

Keterlibatan masyarakat, khususnya orang tua dan guru, memiliki peran yang sangat penting dalam proses edukasi ini. Sinergi antara berbagai pihak, termasuk sekolah, komunitas, dan pemerintah, menjadi kunci keberhasilan program. Selain itu, diversifikasi produk pangan lokal yang telah diperkenalkan menunjukkan bahwa dengan kreativitas dan inovasi, sumber daya lokal dapat dimanfaatkan secara optimal untuk memenuhi kebutuhan gizi anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Direktorat Riset, Teknologi, dan Pengabdian kepada Masyarakat, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (DRTPM-Kemendikbudristek) yang sudah memberikan dana melalui skema Pemberdayaan berbasis Masyarakat

dengan No Kontrak 105/E5/PG.02.00/PM. BARU/2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Alumantow PPMLM. Masih di Bawah Target Nasional, Pemkab Minahasa Target Prevalensi Stunting Tahun 2024 Jadi 9 Persen. *Tribun Minahasa* [Internet]. 2023; Available from: <https://manado.tribunnews.com/2023/08/14/masih-di-bawah-target-nasional-pemkab-minahasa-target-prevalensi-stunting-tahun-2024-jadi-9-persen>
- Dompasa S, Ngangi CR, Taroreh MLG, Lolowang TF. Profil Usahatani Pola Penanaman Tumpang Sari di Desa Sea Kecamatan Pineleng. In: *Cocos*. 2014.
- Ghufran, M. 2009. Sukses Memproduksi Bandeng Super untuk Umpan, Ekspor, dan Indukan. Edisi I. Penerbit ANDI, Yogyakarta.
- Polakitan KA. BKKBN Sulut dan Pemkab Minahasa lakukan percepatan penurunan stunting. <https://manado.antaranews.com/> [Internet]. 2024; Available from: <https://manado.antaranews.com/berita/248133/bkkbn-sulut-dan-pemkab-minahasa-lakukan-percepatan-penurunan-stunting>.
- Wangke WM, Susana BOL. Peran Lembaga Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) Dalam Peningkatan Kapasitas Perempuan Desa Sea Kecamatan Pineleng Kabupaten Minahasa. *AGRI SOSIOEKONOMI*. 2019;14(3):213–22.
- Yulia C. Revitalisasi pemberian makanan tambahan dan integrasi pendidikan gizi berbasis kearifan lokal di sekolah sebagai upaya perbaikan gizi anak usia sekolah. *Media Pendidikan, Gizi, dan Kuliner*. 2017;6(1)