

PELATIHAN UMKM PANGAN LOKAL BERGIZI DUKUNG ASI CEGAH STUNTING

Andi Maryam^{1*}, Andi Hafidah², Andi Elis³, Lismayana⁴, Imriani Idrus⁵

^{1,3}Fakultas Kesehatan, Universitas Kurnia Jaya Persada

²Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Kurnia Jaya Persada

⁴Fakultas Agama Islam, Universitas Indonesia Timur

⁵Program Studi Bisnis Digital, Institut Teknologi dan Bisnis Bina Adinata

*Korespondensi: andimaryam778@gmail.com

ABSTRACT

Stunting remains a chronic nutritional issue that significantly affects the growth and development of children in Indonesia. One of the key interventions in preventing stunting is the optimal provision of exclusive breastfeeding, which is highly influenced by the nutritional status of breastfeeding mothers. This Community Service Program aimed to enhance the capacity of Micro, Small, and Medium Enterprises (MSMEs) in processing nutritious local food to support breastfeeding and prevent stunting. The training was conducted on June 21, 2025, in Pattingalloang Subdistrict, Ujung Tanah District, Makassar City, involving the "Fatimah Az-Zahrah" women fisher group, which consists of breastfeeding mothers and local MSME actors. The activity included counseling and video-based training on nutritious local food. The post-test results were higher than the pre-test results, indicating an increase in participants' knowledge regarding the utilization of local food, as well as strong enthusiasm to apply this knowledge in their daily lives. Conclusion: This approach can serve as a sustainable community empowerment model to support family nutrition resilience while also enhancing the local economy.

Keywords: Exclusive Breastfeeding; Nutrition; Local Food; Stunting; MSMEs

ABSTRAK

Stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat utama di Indonesia. Salah satu pilar utama pencegahannya adalah penuhan gizi ibu menyusui untuk mendukung keberhasilan ASI eksklusif. Pemanfaatan pangan lokal yang bernutrisi merupakan strategi potensial namun belum optimal. Program pengabdian ini dirancang untuk memberdayakan Pelaku Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) dari kalangan ibu menyusui dalam mengolah pangan lokal menjadi produk bergizi tinggi guna mendukung pencegahan stunting. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Pattingalloang, Makassar pada Bulan Juni Tahun 2025, yang melibatkan Kelompok Wanita Nelayan "Fatimah Az-Zahrah". Intervensi berupa pelatihan yang mencakup sesi edukasi dan demonstrasi melalui video mengenai teknik pengolahan pangan lokal. Efektivitas program diukur melalui perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta. Analisis menunjukkan bahwa skor pengetahuan peserta setelah intervensi (*post-test*) secara signifikan lebih tinggi daripada sebelum intervensi (*pre-test*). Temuan ini mencerminkan keberhasilan transfer pengetahuan terkait pengolahan dan manfaat pangan lokal. Peserta juga menunjukkan antusiasme dan komitmen untuk menerapkan keterampilan baru dalam praktik sehari-hari. Pemberdayaan masyarakat melalui pelatihan pengolahan pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas UMKM. Pendekatan ini menawarkan model sinergis yang tidak hanya mendukung perbaikan status gizi keluarga tetapi juga memperkuat ekonomi lokal, sehingga berkontribusi pada strategi pencegahan stunting yang komprehensif.

Kata Kunci: ASI Eksklusif; Gizi; Pangan Lokal; Stunting; UMKM

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah pola makan yang terus berlanjut dan telah lama menjadi sumber kekhawatiran bagi para pembuat kebijakan kesehatan di Indonesia. Frekuensi stunting nasional di Indonesia masih lebih tinggi daripada kriteria 20% yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (WHO), menurut data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) (Handayani, 2023; Maryam et al., 2021). Stunting bukan hanya berdampak pada keterlambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga dapat menyebabkan hambatan dalam perkembangan kognitif anak, menurunkan produktivitas, dan berdampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia (Maryam et al., 2023).

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan intervensi fundamental dalam pencegahan stunting, yang terbukti mendukung pertumbuhan optimal dan menekan risiko gangguan pertumbuhan jangka panjang (Majid et al., 2022; Yuliawati et al., 2022). Namun, keberhasilan praktik laktasi ini sangat bergantung pada status gizi maternal, yang seringkali rentan akibat kerawanan pangan (Elis et al., 2024). Populasi berisiko, seperti masyarakat berpenghasilan rendah dan komunitas pesisir, menghadapi tantangan signifikan dalam mengakses pangan bergizi. Oleh karena itu, penguatan ketahanan pangan keluarga melalui optimalisasi pemanfaatan sumber daya pangan lokal menjadi strategi krusial untuk memastikan kecukupan gizi ibu menyusui dan mendukung keberhasilan program ASI eksklusif (Kes et al., 2024).

Indonesia memiliki kekayaan pangan lokal yang sangat beragam dan potensial untuk dikembangkan, seperti umbi-umbian, ikan air tawar, kacang-kacangan, dan sayuran lokal (Angely et al., 2024; Widowati & Nurfitriani, 2023). Namun, pemanfaatannya masih terbatas karena minimnya edukasi dan inovasi dalam pengolahan serta pemasaran produk pangan lokal. Di sisi lain, Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) memiliki peran strategis dalam penyediaan produk pangan serta pemberdayaan ekonomi masyarakat, khususnya perempuan (Gobal & Allo, 2024; Hafidah et al., 2024). Tetapi, sebagian besar pelaku UMKM belum memiliki kapasitas teknis dan pemahaman gizi yang cukup untuk menghasilkan produk pangan lokal yang bernilai gizi tinggi dan sesuai dengan kebutuhan ibu menyusui serta anak balita sehingga menjadi dasar untuk dilakukannya pengabdian di Kelurahan Pattingalloang, yang merupakan salah satu wilayah pesisir di Kota Makassar yang masih perlu dilakukan pelatihan tambahan khususnya pengolahan pangan lokal bergizi.

Program pengabdian ini dilatarbelakangi oleh adanya kesenjangan antara potensi sumber daya pangan lokal dengan kapasitas Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) dalam mengolahnya menjadi produk bernilai tambah gizi. Keterbatasan pengetahuan dan keterampilan teknis pada pelaku UMKM menjadi hambatan dalam penyediaan pangan bergizi yang terjangkau untuk mendukung nutrisi ibu menyusui dan pencegahan stunting. Oleh karena itu, intervensi ini dirancang secara spesifik untuk meningkatkan kapasitas UMKM di wilayah pesisir Kota Makassar melalui pelatihan terstruktur. Tujuan utamanya adalah memberdayakan UMKM untuk mampu mengembangkan dan memproduksi pangan lokal yang tidak hanya bernilai ekonomis tetapi juga difortifikasi untuk pemenuhan gizi, sekaligus meningkatkan literasi masyarakat mengenai pentingnya ASI eksklusif sebagai pilar utama pencegahan stunting.

METODE

Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada tanggal 21 Juni 2025 di Kelurahan Pattingalloang, Kecamatan Ujung Tanah, Kota Makassar, melibatkan Kelompok Wanita Nelayan "Fatimah Az-Zahrah" yang terdiri dari ibu menyusui dan pelaku UMKM lokal. Tahapan kegiatan ini dimulai dari persiapan, meliputi pemilihan topik dan tujuan, pemilihan sasaran dan lokasi PKM, dan penyusunan materi dan pembuatan video pelatihan pangan lokal bergizi. Tahapan pelaksanaan diawali dengan pemeriksaan kesehatan peserta dan penimbangan balita kemudian pemberian kuesioner pre-test terlebih dahulu setelah itu penyuluhan kepada pelaku UMKM dan ibu menyusui yang disampaikan menggunakan poster edukasi pengolahan pangan lokal bergizi dan pelatihan melalui video pelatihan pengolahan pangan lokal bergizi. Tahapan terakhir adalah evaluasi perubahan pengetahuan yang dilakukan dengan pemberian kuesioner post-test kepada peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 17 orang peserta yang terdiri dari pelaku UMKM lokal dan ibu menyusui. Adapun distribusi data peserta kegiatan sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Peserta Kegiatan Pelatihan Pangan Lokal Bergizi

NO	PESERTA	JUMLAH	%
1.	Pelaku UMKM Lokal	9	52.94
2.	Ibu Menyusui	8	47.06
	TOTAL	17	100

Sumber : Data Primer, 2025

Total partisipan yang terlibat dalam kegiatan ini berjumlah 17 orang (N=17). Komposisi partisipan terdiri dari dua kelompok sasaran, yaitu pelaku Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) sebanyak 9 orang (52,9%) dan ibu menyusui sebanyak 8 orang (47,1%).

Desain program yang melibatkan pelaku UMKM (produsen) dan ibu menyusui (konsumen) secara bersamaan merupakan sebuah pendekatan strategis. Intervensi ini menciptakan sebuah hubungan timbal balik (symbiotic relationship) di tingkat komunitas. Peningkatan kapasitas teknis pada UMKM untuk memproduksi pangan bergizi diimbangi dengan peningkatan literasi gizi pada ibu menyusui, yang berpotensi mendorong permintaan terhadap produk tersebut. Model intervensi target ganda ini tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga membangun fondasi bagi ekosistem pangan lokal yang lebih sehat dan berkelanjutan, sehingga dapat memperkuat dampak program dalam jangka panjang.

Evaluasi kegiatan pengabdian ini berdasarkan hasil *Pres Test* dan *Post Test* adalah sebagai berikut :

Tabel 2. Hasil Pre test dan Post Test

Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	f	%	f	%
Baik	12	70.59	16	94.12
Cukup	2	11.76	1	5.88
Kurang	3	17.65	0	0
Total	17	100	17	100

Sumber : Data Primer, 2025

Evaluasi program menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan partisipan setelah mengikuti intervensi (Tabel 2). Secara spesifik, persentase partisipan dengan tingkat pengetahuan kategori ‘**Baik**’ meningkat secara substansial dari **70,59%** pada saat *pre-test* menjadi **94,12%** pada *post-test*. Peningkatan ini diiringi dengan penurunan persentase partisipan pada kategori ‘**Cukup**’ (dari 11,76% menjadi 5,88%) dan eliminasi partisipan pada kategori ‘**Kurang**’ (dari 17,65% menjadi 0%).

Peningkatan signifikan pada pengetahuan partisipan pasca-intervensi mengindikasikan efektivitas model pelatihan edukatif yang diterapkan. Pendekatan partisipatif yang mengintegrasikan edukasi gizi dengan demonstrasi pengolahan pangan lokal terbukti mampu meningkatkan kapasitas pemahaman pelaku UMKM dan ibu menyusui. Temuan ini memperkuat hasil riset Kementerian Kesehatan RI (2023) yang menyatakan bahwa intervensi edukasi gizi berbasis komunitas, terutama dengan melibatkan perempuan sebagai agen perubahan, berkontribusi positif terhadap upaya percepatan penurunan stunting.

Lebih lanjut, keberhasilan program ini juga dapat diatribusikan pada metode pelatihan yang bersifat interaktif dan kontekstual. Hal ini sejalan dengan pandangan (Zed et al., 2024),, yang menemukan bahwa pelatihan UMKM yang berorientasi pada sumber daya lokal tidak hanya meningkatkan kesadaran akan nilai gizi, tetapi juga memperkuat daya saing produk yang dihasilkan.

Pemanfaatan pangan lokal seperti ikan gabus (*Channa striata*), yang secara ilmiah terbukti kaya akan albumin, merupakan strategi kunci dalam intervensi ini. Albumin tidak hanya esensial untuk regenerasi sel dan penyembuhan, tetapi juga berkorelasi positif dengan peningkatan kualitas ASI (Dewi dkk., 2021). Oleh karena itu, program ini memfasilitasi transfer teknologi kepada UMKM untuk mengolah bahan baku tersebut menjadi produk inovatif yang praktis dan padat gizi, seperti biskuit fortifikasi atau camilan bernutrisi tinggi yang dirancang khusus untuk memenuhi kebutuhan ibu menyusui.

Secara konseptual, program ini membangun sebuah model interdependensi positif antara UMKM sebagai produsen dan ibu menyusui sebagai konsumen teredukasi. Model ini menciptakan rantai nilai lokal: UMKM diberdayakan untuk memasok produk bernutrisi, sementara ibu menyusui menjadi pasar yang sadar gizi. Hubungan simbiosis ini tidak hanya berdampak pada peningkatan kesehatan, tetapi juga secara langsung memperkuat ketahanan ekonomi keluarga. Pendekatan yang mengintegrasikan edukasi gizi dengan penguatan ekonomi rumah tangga ini sejalan dengan kerangka kerja yang direkomendasikan FAO (2022) untuk mewujudkan sistem pangan lokal yang inklusif dan berkelanjutan.



Gambar 1. Pemeriksaan Kesehatan Peserta dan Penimbangan Balita



Gambar 2. Penyuluhan dengan Poster Edukasi Pengolahan Pangan Lokal Bergizi



Gambar 3. Pelatihan Melalui Video Pelatihan Pengolahan Pangan Lokal Bergizi



Gambar 4. Penutupan dan Foto Bersama Peserta Pelatihan

Kegiatan ini berjalan dengan lancar, ditandai dengan adanya peningkatan pengetahuan pada Pelaku UMKM dan Ibu Menyusui sebagai peserta pelatihan dan edukasi setelah mendapat informasi dari pemateri melalui poster edukasi pengolahan pangan lokal bergizi (**Gambar 2**). Sebelum dilakukan edukasi terlebih dahulu dilakukan pemeriksaan kesehatan pada ibu dan balita (**Gambar 1**). Setelah edukasi dengan poster dilanjutkan dengan pemutaran video pelatihan pengolahan pangan lokal bergizi (**Gambar 3**). Peserta menunjukkan adanya antusias dan ketertarikan mengikuti pelatihan dan edukasi yang disampaikan. Pelatihan ini berpotensi menguatkan ketahanan ekonomi keluarga. Keberhasilan

pelatihan dan edukasi ini juga sejalan dengan pengabdian di daerah pesisir menunjukkan keberhasilan pelatihan UMKM dalam menghasilkan produk berbasis ikan laut lokal yang diformulasikan untuk ibu hamil dan menyusui, disertai peningkatan omzet usaha setelah kegiatan (Setyorini & Nuryani,2022). Hasilnya menunjukkan bahwa pelatihan teknis berbasis gizi tidak hanya meningkatkan kompetensi pelaku usaha, tetapi juga memperkuat praktik konsumsi sehat di keluarga sasaran. Sehingga, metode ini dapat menjadi langkah strategi yang efektif. Kegiatan ini diakhiri dengan foto bersama dengan peserta dan pembagian souvenir (**Gambar 4**).

SIMPULAN

Kegiatan *Pelatihan UMKM Pangan Lokal Bergizi Dukung ASI Cegah Stunting* yang dilaksanakan pada tanggal 21 Juni 2025 di Kelurahan Pattingalloang, Kecamatan Ujung Tanah, Kota Makassar, berhasil dilaksanakan dengan partisipasi aktif dari 17 peserta yang terdiri atas pelaku UMKM lokal dan ibu menyusui. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pentingnya pemanfaatan pangan lokal bergizi untuk mendukung praktik pemberian ASI dan pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada Universitas Kurnia Jaya Persada dan kelompok wanita nelayan “Fatimah Az-Zahrah” yang terdiri dari ibu menyusui dan pelaku UMKM lokal yang telah memfasilitasi dalam pelaksanaan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Angely, D. R., Nursabrina, A. B., Nikmah, E. S., Marsely, B., Rachim, S. D., Utami, S., & Khotimperwati, L. (2024). Potensi Kekayaan Sumber Daya Genetik Lokal Umbi-Umbian sebagai Ketahanan Pangan Nasional di Kecamatan Mijen, Kota Semarang, Jawa Tengah. *Jurnal Ilmu Lingkungan*, 22(1), 11–19.

Elis, A., Sain, S., Darwin, D., & Maryam, A. (2024). Improving midwives' knowledge and attitudes in providing lactation education based on local wisdom of the Bugis ethnic in Indonesia Andi Elis. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 7(8), 1008–1015.

Gobal, R., & Allo, Y. T. (2024). Peran usaha mikro kecil menengah (umkm) dalam pemberdayaan ekonomi masyarakat desa. *Bulletin of Community Engagement*, 4(2), 233–238.

Hafidah, A., Idrus, I., & Ramli, R. (2024). Pendampingan Edukasi Manajemen UMKM yang di Kelola Perempuan Berbasis Digital. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 359–366.

Handayani, S. (2023). Selamatkan Generasi Bangsa Dari Bahaya Stunting: Save The Nation's Generation From The Dangers Of Stunting. *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 3(2), 87–92.

Kes, F. D. D., Handini, L. S., & Seliana, I. (2024). *Ketahanan Pangan Rumah Tangga dan Implikasinya*. Thalibul Ilmi Publishing & Education.

Majid, M., Tharihk, A. J., & Zarkasyi, R. (2022). *Cegah stunting melalui perilaku hidup sehat*. Penerbit NEM.

Maryam, A., Elis, A., & Mustari, R. (2023). Hubungan Asi Eksklusif Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(1), 87–93.

Maryam, A., Rahmawati, R., Elis, A., Lismayana, L., & Yurniati, Y. (2021). Peningkatan gizi anak sebagai upaya pencegahan stunting melalui pembuatan MP-ASI berbahan ikan mairo. *JMM*

(*Jurnal Masyarakat Mandiri*), 5(3), 901–907.

Widowati, S., & Nurfitriani, R. A. (2023). *Diversifikasi pangan lokal untuk ketahanan pangan: perspektif ekonomi, sosial, dan budaya*. Penerbit BRIN.

Yuliawati, E., Veriyani, F. T., Hafizah, H., Husnah, H., & Khotimah, S. (2022). Pencegahan stunting dengan pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif. *Jurnal Altifani*, 2(6), 516–524.

Zed, E. Z., Purnamasari, P., Nugroho, D., & Nawangsih, I. (2024). Pelatihan pengembangan produk olahan pangan lokal untuk meningkatkan daya saing di Pasar Kabupaten Bekasi. *SABAJAYA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(06), 314–322.