

INTERVENSI PANGAN FUNGSIONAL BERBASIS KEARIFAN LOKAL DALAM UPAYA PREVENTIF STUNTING DI POSYANDU TERATAI BANDAR LAMPUNG

LOCAL WISDOM-BASED FUNCTIONAL FOOD INTERVENTION AS A PREVENTIVE MEASURE AGAINST STUNTING AT POSYANDU TERATAI BANDAR LAMPUNG

Indah Oktaviani^{1*}, Okta Yulia Sari², Fajar Islam Sitanggang³, Muhammad Asril⁴

¹⁾ Program Studi Biologi, Fakultas Sains, Institut Teknologi Sumatera

*Email korespondensi: indah.oktaviani@bi.itera.ac.id

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that hinders the physical and cognitive growth of toddlers. Despite the abundant potential of local food sources in Bandar Lampung City, their utilization as functional foods for stunting prevention remains suboptimal. This Community Service (PkM) activity aims to enhance the knowledge and skills of mothers with toddlers at Posyandu Teratai, Sukaramé, through nutritional education and the introduction of local plant-based functional foods. The methods employed included counseling and person-to-person consultations, as well as the demonstration of applicable Supplementary Feeding (PMT) using local ingredients (sweet potatoes, bananas, eggs, and yogurt). Evaluation was conducted using pre-test and post-test instruments. The results showed a significant increase in the understanding of the definition of stunting (from 70% to 95%) and awareness of the advantages of local food (from 80% to 100%). Although sampling bias occurred in several indicators due to a significant increase in the number of participants during the intervention, overall, the personal consultation method was effective in clarifying the mothers' concerns. This program successfully instilled an understanding of the importance of processing local food as a fundamental step toward sustainable changes in family nutritional behavior.

Keywords: Functional Food, Local Food, Personal Consultation, Posyandu, Stunting

Abstrak

Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang menghambat pertumbuhan fisik dan kognitif balita. Meskipun potensi pangan lokal di Kota Bandar Lampung melimpah, pemanfaatannya sebagai pangan fungsional untuk pencegahan stunting belum optimal. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita di Posyandu Teratai, Sukaramé, Bandar Lampung, melalui edukasi gizi dan pengenalan pangan fungsional berbasis tumbuhan lokal. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan konsultasi individu (*person-to-person*) serta demonstrasi pemberian makanan tambahan (PMT) aplikatif (ubi, pisang, telur, dan yoghurt). Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test*. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan sebesar 25% pada pemahaman definisi stunting (dari 70% menjadi 95%) dan kesadaran akan keunggulan pangan lokal (dari 80% menjadi 100%). Meskipun terdapat bias sampel pada beberapa indikator akibat peningkatan jumlah partisipan saat intervensi, secara keseluruhan metode konsultasi personal efektif dalam mengklarifikasi keraguan ibu balita. PkM ini berhasil menanamkan pemahaman pentingnya pengolahan pangan lokal sebagai langkah awal perubahan perilaku gizi keluarga yang berkelanjutan.

Kata kunci: Konsultasi Personal, Pangan Fungsional, Pangan Lokal, Posyandu, Stunting



CC Attribution-ShareAlike 4.0

Copyright © 2026 Author

Diterima: 23 Februari 2026; Disetujui: 28 April 2026; Terbit: 30 April 2026

PENDAHULUAN

Stunting atau kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis merupakan permasalahan serius yang masih dihadapi Indonesia. Data survei status gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi stunting nasional mencapai 21,6%, dengan beberapa daerah yang prevalensinya masih di atas ambang batas toleransi WHO (20%) (Munira, 2023). *Stunting* tidak hanya berdampak pada tinggi badan anak yang tidak sesuai usia, tetapi juga mempengaruhi perkembangan otak, sistem kekebalan tubuh, dan kemampuan belajar jangka panjang (Mulyani et al., 2025). Kondisi ini kian kompleks akibat rendahnya literasi masyarakat mengenai keamanan pangan, higienitas pengolahan, serta pemanfaatan pangan fungsional berbasis sumber daya lokal. Berdasarkan hasil survei, angka stunting di kota Bandar Lampung pada tahun 2024 masih mencapai 0,62% untuk data yang tercatat secara elektronik (Nurkhomariyah, 2024). Salah satu cara untuk menanggulangi stunting adalah melalui Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) yang merupakan wadah bagi masyarakat, khususnya ibu hamil, balita, dan lansia, untuk mendapatkan pelayanan kesehatan dan pemberian makanan tambahan yang bergizi (Sistem Informasi Desa Sagara, 2025). Oleh karena itu, Posyandu menjadi garda terdepan dalam upaya pencegahan stunting melalui kegiatan rutin yang melibatkan pemberian makanan tambahan (PMT) kepada balita dan ibu hamil. Meski Posyandu memiliki banyak manfaat, namun pelaksanaannya di desa juga memiliki tantangan. Beberapa tantangan yang sering dihadapi antara lain kurangnya sumber daya manusia (SDM) terlatih dalam pelaksanaan Posyandu, keterbatasan sarana dan prasarana, kurang optimalnya sosialisasi, hingga keterbatasan sumber dana.

Wilayah Bandar Lampung sendiri, memiliki potensi besar dalam hal sumber daya alam dan pangan lokal yang kaya nutrisi. Komoditas pangan seperti padi, jagung, singkong, dan buah-buahan seperti pisang dan pepaya senantiasa memiliki peningkatan produksi yang besar dan mudah ditemukan (Rizaty, 2021). Tanaman seperti sukun, daun kelor, ubi jalar, tempe, dan kacang-kacangan dapat diperoleh dengan mudah (Sayekti et al., 2022). Selain itu, tersedia pula sumber protein hewani lokal seperti telur, ikan air tawar (nila,

lele), dan ikan laut didukung faktor geografis. Peningkatan produksi sumber pangan protein hewan seperti telur dan daging ayam, serta ikan air tawar dan ikan air laut meningkat sejak 2022-2024 (Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung, 2024). Namun, ekosistem sosial di tingkat desa/kelurahan menunjukkan bahwa peran kader kesehatan masih cenderung berfokus pada manajemen administrasi, pengukuran antropometri, dan pendataan balita secara rutin (Ladyani & Budi, 2019). Intervensi yang ada saat ini sering kali terbatas pada penguatan pemahaman teori bagi kader, tanpa menyentuh aspek edukasi aplikatif bagi orang tua balita secara langsung (Nasution & Musyabiq, 2020). Intervensi edukasi yang bersifat saintifik namun sederhana dan mudah diterapkan di rumah tangga masih sangat jarang dilakukan.

Berdasarkan analisis situasi tersebut, program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini memprioritaskan peningkatan kapasitas ibu balita di Posyandu Teratai, Kecamatan Sukarame, melalui transfer pengetahuan yang aplikatif. Fokus utama kegiatan mencakup edukasi pemanfaatan tanaman lokal sebagai sumber mikronutrien dan peran makanan fermentasi (probiotik) dalam mendukung kesehatan pencernaan balita. Pendekatan ini diharapkan mampu menginisiasi kemandirian pangan keluarga untuk mendukung Gerakan Nasional Pengentasan Stunting dan pencapaian target SDGs poin ke-2: *Zero Hunger*.

METODE

Kegiatan dilaksanakan pada bulan September hingga Oktober 2025 di Posyandu Teratai, Kelurahan Sukarame Baru, Kota Bandar Lampung. Target sasaran adalah ibu dengan anak balita yang terdaftar sebagai anggota aktif posyandu. Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga tahapan utama:

1. Tahap persiapan dan observasi: Meliputi koordinasi dengan *stakeholder* (kader posyandu dan bidan desa), survei lokasi, serta pengambilan data awal (*pre-test*) kepada 10 responden untuk memetakan tingkat pemahaman dasar mengenai stunting dan pangan lokal.
2. Tahap intervensi dan edukasi: Implementasi program dilakukan bersamaan dengan jadwal rutin posyandu. Metode yang digunakan adalah:

- Konsultasi individu (*Person-to-Person*): Edukasi mendalam secara personal kepada ibu balita saat proses menunggu antrean pelayanan kesehatan.
 - Media informasi: Pendistribusian *leaflet* edukatif mengenai indikator tumbuh kembang dan menu sehat.
 - Demonstrasi PMT aplikatif: pembagian pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis pangan fungsional (ubi, pisang, telur, dan yoghurt) sebagai percontohan menu bergizi rendah biaya.
3. Tahap monitoring dan evaluasi: Penilaian keberhasilan program dilakukan melalui pengisian *post-test* setelah intervensi diberikan. Data dianalisis secara deskriptif untuk melihat perbandingan tingkat pemahaman responden sebelum dan sesudah program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam dua tahap utama, yaitu tahap persiapan (bulan ke-1) dan tahap Pelaksanaan intervensi (bulan ke-2). Pada tahap persiapan dilakukan koordinasi intensif dengan Kepala Posyandu Teratai guna menyelaraskan jadwal kegiatan dan melakukan survei kondisi lapangan. Selain itu, dilakukan pengambilan data awal (*pre-test*) terhadap 10 ibu balita (Gambar 1). Data *pre-test* pada tahap ini krusial untuk memetakan tingkat pemahaman dasar sasaran sehingga tim dapat menentukan strategi penyuluhan yang paling efektif.



Gambar 1. Tahap persiapan PkM berupa (a) survei kondisi lapangan, (b) observasi dan *pre-test* terhadap peserta posyandu

Pada tahap intervensi, sebanyak 25 orang, ibu balita mengikuti penyuluhan dengan metode konsultasi individu (*Person-to-Person*)

disela kegiatan rutin posyandu. Anggota tim yang terdiri dari para dosen memberikan edukasi gizi secara personal untuk memastikan transfer pengetahuan yang lebih spesifik. Materi edukasi difokuskan pada pemanfaatan pangan fungsional lokal, baik nabati maupun hewani, seperti daun kelor dan ikan, serta urgensi peran probiotik dalam mendukung tumbuh kembang anak. Selain konsultasi lisan, dibagikan pula *leaflet* yang berisi indikator tumbuh kembang dan resep menu harian sederhana berbasis potensi lokal yang dapat direplikasi secara mandiri oleh peserta.

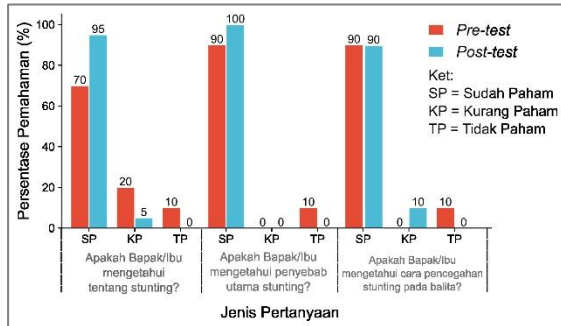
Sebagai bentuk solusi praktis, tim PkM mendemonstrasikan dan membagikan pemberian makanan tambahan (PMT) aplikatif. Menu PMT ini dirancang menggunakan sumber karbohidrat kompleks (ubi jalar dan pisang kukus) serta sumber protein dan mikronutrien (telur kukus dan yoghurt). Hasil observasi menunjukkan akseptabilitas (daya terima) masyarakat terhadap menu ini sangat tinggi. Berdasarkan umpan balik responden, menu tersebut dinilai sangat terjangkau secara ekonomi dan mudah diolah, yang merupakan faktor kunci keberlanjutan intervensi gizi di tingkat rumah tangga. Tahap ini diakhiri dengan pengambilan data akhir (*post-test*) untuk mengevaluasi dampak intervensi. Dokumentasi kegiatan bisa dilihat pada Gambar 2.



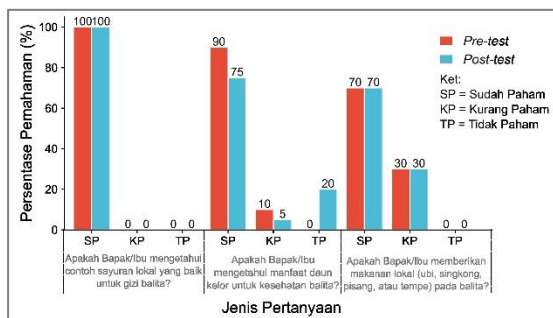
Gambar 2. Kegiatan edukasi pada tahap intervensi.

Evaluasi program dianalisis berdasarkan hasil perbandingan kuisioner *pre-test* dan *post-test*. Secara umum, terjadi peningkatan pengetahuan partisipan yang signifikan, meskipun terdapat anomali pada beberapa indikator akibat perbedaan jumlah responden (N=10 pada *pre-test* berbanding N=30 pada *post-test*). Anomali statistik pada poin "pemahaman manfaat daun kelor" (Gambar 4) menunjukkan persentase "sudah paham" tampak menurun dari 90% ke 75%, diklasifikasikan sebagai bias sampel (*sampling bias*). Hal ini dikarenakan kelompok responden

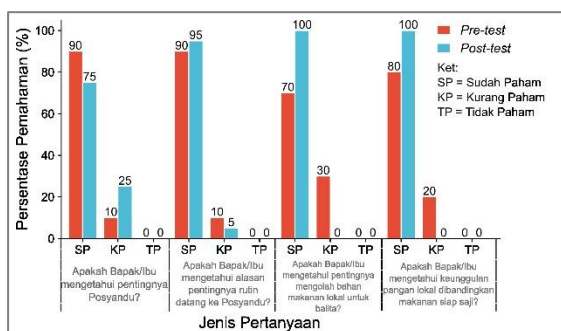
pre-test yang kecil kemungkinan besar terdiri dari kader atau anggota paling aktif, sementara data *post-test* mencerminkan representasi populasi masyarakat umum yang lebih luas dan akurat. Hasil analisis kuisioner disajikan pada Gambar 3, 4, dan 5 berdasarkan topik pertanyaan yang diajukan.



Gambar 3. Hasil *pre-test* dan *post-test* dari kuisioner tentang pengetahuan dasar gizi dan *stunting*.



Gambar 4. Hasil *pre-test* dan *post-test* dari kuisioner tentang pengetahuan pangan lokal.



Gambar 5. Hasil *pre-test* dan *post-test* dari kuisioner tentang kebiasaan dan praktik sehari-hari dari peserta posyandu.

Data pada gambar 5 membuktikan efektivitas metode konsultasi individu yang dikombinasikan dengan PMT aplikatif. Pemahaman mengenai keunggulan pangan lokal melonjak hingga mencapai 100% pada

kategori "sudah paham". Hal ini sejalan dengan prinsip komunikasi kesehatan interpersonal yang mampu memodifikasi perilaku gizi kompleks melalui umpan balik langsung dan solusi yang dipersonalisasi sesuai kendala keluarga (Lestari & Sefrina, 2024; Solikin et al., 2025). Selain pengetahuan praktis, metode konsultasi individu ini juga sukses berperan sebagai penguat pengetahuan dasar (Gambar 3). Meskipun pengetahuan awal tentang *stunting* sudah relatif tinggi, intervensi berhasil meningkatkan pemahaman tentang "Apa itu *stunting*" dari 70% menjadi 95% dan "Penyebab utama" dari 90% menjadi 100%. Hal ini menunjukkan bahwa sesi konsultasi personal berhasil mengklarifikasi keraguan dan memantapkan pemahaman yang sudah dimiliki peserta, sejalan dengan konsep *continuous health education*. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman ibu akan terus berkembang sejalan dengan tingkat pendidikan, penerimaan dan kejelasan informasi (Jalil et al., 2024; Tariqujjaman et al., 2022). Meskipun aspek kognitif meningkat pesat, hasil evaluasi pada Gambar 4 menunjukkan adanya celah (*gap*) antara pengetahuan dan praktik, dimana variabel praktik pemberian makanan lokal secara rutin masih bertahan di angka 70%. Hal ini mengonfirmasi bahwa perubahan perilaku (psikomotorik) memerlukan waktu yang lebih lama dibandingkan perubahan pengetahuan (kognitif). Namun, keberhasilan PkM dalam menanamkan urgensi pengolahan pangan lokal merupakan fondasi esensial untuk memicu perubahan kebiasaan jangka panjang.

Keberhasilan peningkatan pemahaman responden terhadap manfaat pangan lokal, khususnya daun kelor (*Moringa oleifera*), menjadi poin krusial dalam pencegahan *stunting*. Secara biologis, daun kelor merupakan "*superfood*" yang mengandung konsentrasi mikronutrien tinggi, termasuk kalsium, zat besi, dan vitamin A, yang esensial bagi pertumbuhan tulang dan jaringan pada masa keemasan balita. Daun kelor juga mengandung senyawa fitokimia sebagai antioksidan yang memperkuat sistem imun anak (Saini, 2016; Sokhela et al., 2023). Beberapa laporan penelitian menunjukkan penggunaan daun kelor sebagai intervensi pangan mampu meningkatkan gizi pada ibu hamil maupun balita (Khairoh et al., 2024; Mappa et al., 2025; Rahayu et al., 2018).

Selain kelor, introduksi pangan fungsional seperti tempe dan yoghurt dalam PMT bertujuan untuk mengedukasi masyarakat mengenai peran probiotik. Mikroorganisme menguntungkan dalam makanan fermentasi berperan dalam memperbaiki ekosistem mikrobiota usus. Usus yang sehat (*eubiosis*) memastikan penyerapan zat gizi (absorpsi nutrisi) berjalan optimal, sehingga asupan makanan yang dikonsumsi balita tidak terbuang sia-sia akibat gangguan pencernaan (Fahmi et al., 2025; Surya et al., 2024). Penggunaan pangan berbasis pati seperti ubi jalar dan pisang tidak hanya sebagai sumber energi (karbohidrat), tetapi juga mengandung serat prebiotik yang mendukung kerja probiotik tersebut (Slavin, 2013). Integrasi antara sumber protein hewani (telur/ikan) dengan tumbuhan lokal ini menciptakan sinergi nutrisi yang aplikatif untuk memutus rantai *stunting* di tingkat rumah tangga.

KESIMPULAN

Kegiatan PkM ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita di Posyandu Teratai, Bandar Lampung mengenai pencegahan *stunting* melalui optimalisasi pangan lokal. Penggunaan metode edukasi dan konsultasi individu (*person-to-person*) terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman spesifik mengenai gizi seimbang dan pangan fungsional, dengan peningkatan pemahaman keunggulan pangan lokal mencapai 100%. Tingginya akseptabilitas terhadap PMT aplikatif (ubi, pisang, dan produk fermentasi) menegaskan bahwa intervensi berbasis kearifan lokal merupakan solusi yang ekonomis dan mudah direplikasi oleh masyarakat. Secara keseluruhan, program ini sukses membangun fondasi kognitif yang kuat, meskipun perubahan perilaku praktik pemberian makan yang permanen masih memerlukan pendampingan dan *monitoring* berkelanjutan dalam jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Teknologi Sumatera yang telah memberi dukungan finansial terhadap pengabdian ini melalui Hibah Pengabdian kepada Masyarakat skema Penguatan Kelompok Keilmuan, LPPM, Institut Teknologi

Sumatera dengan nomor kontrak 2659b/IT9.2.1/PM.01.03/2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung. (2024). *Provinsi Lampung dalam Angka 2024* (Sudiyanto (ed.)). BPS Provinsi Lampung.
- Fahmi, N. F., Anggraini, D. A., & Wijastutik, V. (2025). The Effectiveness of Probiotic Supplementation in Treatment Stunting in Children. *Journal Of Nursing Practice*, 8(3), 534–541.
- Jalil, H., Chong, M., Yazid, M., & Wong, L. (2024). Knowledge, attitude, and practice among mothers toward breastfeeding and complementary feeding in community health setting, Malaysia. *Heliyon*, 10(21), e39746.
<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e39746>
- Khairah, M., Ummah, K., & Rachmayanti, S. N. (2024). Pengaruh Pemberian Ekstrak Moringa Oleifera pada Ibu Hamil Trimester III Terhadap Penurunan Risiko Stunting di Wilayah Bantaran Kali Brantas Lamongan. *Jurnal Ilmiah OBSGIN: Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan* P-ISSN: 1979-3340 e-ISSN: 2685-7987, 16(1), 255–261.
- Ladyani, F., & Budi, D. R. R. A. (2019). Analisis peranan kader posyandu terhadap manajemen penanganan balita ke di puskesmas raja basa indah bandar lampung tahun 2017. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(April), 105–115.
- Lestari, R. A., & Sefrina, L. R. (2024). Efektivitas penggunaan media leaflet dengan tingkat pengetahuan dan sikap ibu. *prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8, 7420–7428.
- Mappa, M. R., Bahi, R. R. R., Sarman, Fauzan, M. R., & Hasan, F. (2025). MP-ASI daun kelor (folium *Moringa oleifera*) untuk pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 6(3), 3237–3242.

- Mulyani, A. T., Khairinisa, M. A., Khatib, A., & Chaerunisaa, A. Y. (2025). Understanding stunting : impact, causes, and strategy to accelerate stunting reduction — a narrative review. *Nutrients*, 17(9), 1493. <https://doi.org/10.3390/nu17091493>
- Munira, S. L. (2023). *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/files46531._MATERI_KABKPK_SOS_SSGI.pdf
- Nasution, S. H., & Musyabiq, S. (2020). Intervensi pencegahan stunting melalui peningkatan pemahaman stunting bagi kader posyandu sebagai upaya optimalisasi peran kader posyandu di masyarakat kelurahan Tanjung Raya Bandar Lampung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwa Jurai Intervensi*, 5(1), 118–120.
- Nurkhomariyah, T. (2024, Juni 1). Angka prevalensi stunting bandar lampung 2023 naik jadi 13,40 persen. *R Mol Lampung*. <https://rmollampung.id/angka-prevalensi-stunting-bandar-lampung-2023-naik-jadi-1340-persen>
- Rahayu, T. B., Anna, Y., & Nurindahsari, W. (2018). Peningkatan status gizi balita melalui pemberian daun kelor (*Moringa oleifera*). *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 9(2), 87–91.
- Rizaty, M. A. (2021). *Pisang Jadi Andalan Komoditas Hortikultura di Lampung, Capai 1,208 Juta Ton pada 2020*. <https://databoks.katadata.co.id/agroindustri/statistik/ff8c122e4695ec7/pisang-jadi-andalan-komoditas-hortikultura-di-lampung-capai-1208-juta-ton-pada-2020>
- Saini, R. K. (2016). Phytochemicals of *Moringa oleifera* : a review of their nutritional, therapeutic and industrial significance. 3 *Biotech*, 6(2), 1–14. <https://doi.org/10.1007/s13205-016-0526-3>
- Sayekti, W. D., Aring, D., Lestari, H., & Syafani, T. S. (2022). Potensi dan strategi peningkatan konsumsi pangan lokal : lesson learned di provinsi lampung. In *Dalam S. Widowati, & R. A. Nurfitriani (Ed.), Diversifikasi pangan lokal untuk ketahanan pangan: Perspektif ekonomi, sosial, dan budaya* (Issue 2023, pp. 83–110). <https://doi.org/10.55981/brin.918.c792>
- Sistem Informasi Desa Sagara. (2025). Program pencegahan Stunting di Desa Sagara. *Desa Sagara-Agrapura*. <https://sagara-argapura.desa.id/artikel/2073-program-pencegahan-stunting-di-desa-sagara>
- Slavin, J. (2013). Fiber and prebiotics: mechanisms and health benefits. *Nutrien*, 5, 1417–1435. <https://doi.org/10.3390/nu5041417>
- Sokhela, H., Govender, L., & Siwela, M. (2023). Complementary feeding practices and childhood malnutrition in south africa : the potential of moringa oleifera leaf powder as a fortificant : a narrative review. *Nutrients*, 15.
- Solikin, A., Setiawan, M. A., & Putra, A. R. B. (2025). Nutrition counseling and stunting prevention in toddlers: a systematic literature review. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2). <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7115>
- Surya, R., Amalia, N., Gunawan, W. Ben, Taslim, N. A., Ghafoor, M., Mayulu, N., Hardinsyah, H., Syahputra, R. A., Felicia, K., Rizzo, G., Tjandrawinata, R. R., Subali, D., Kurniawan, R., & Nurkolis, F. (2024). Tempe as superior functional antioxidant food : From biomechanism to future development of soybean-based functional food. *Pharmacia*, 71, 1–7. <https://doi.org/10.3897/pharmacia.71.e116748>
- Tariqujjaman, M., Hasan, M. M., Mahfuz, M., Hossain, M., & Ahmed, T. (2022). Association between mother's education and infant and young child feeding practices in South Asia. *Nutrients*, 14, 1–11.