

PELATIHAN INOVASI PANGAN LOKAL PEKARANGAN RUMAH DAN PEMBUATAN PMT

Khoirul Anwar¹, Ibnu Malkan Bakhrul Ilmi^{2*}, Avliya Quratul Marjan³,
Sarah Al'zazilla⁴, Cahya Kamila⁵, Yehezkiel Firman Anugerah⁶

¹Program Studi Gizi, Universitas Sahid, Indonesia

^{2,3,4,5,6}Program Studi Gizi, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, Indonesia

ibnuilmi@upnvj.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Data prevalensi stunting pada anak secara nasional tahun 2024 sudah mencapai 19,8%. Berdasarkan data SSGI 2024, Kota Depok memiliki prevalensi stunting sebanyak 12,5% sehingga membutuhkan intervensi atau strategi terarah untuk menekan angka tersebut. Tingginya kasus disebabkan oleh kurangnya pengetahuan gizi keluarga serta pemanfaatan pangan lokal yang belum optimal untuk mendukung pertumbuhan anak. Stunting tidak hanya berdampak pada kesehatan dan kognitif anak, tetapi juga berdampak terhadap ekonomi masa depan. Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat dalam upaya menekan angka stunting melalui pemanfaatan pangan lokal dari pekarangan rumah. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Paud Wijaya Kusumah, Kelurahan Kedaung, Depok. Terdiri dari 16 peserta yang merupakan anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri Kedaung dan warga setempat. Metode yang dilakukan adalah penyuluhan dengan media audio visual, serta adanya praktik langsung. Evaluasi peningkatan pengetahuan mitra dilakukan melalui pengisian pretest dan posttest yang terdiri dari 10 soal, kemudian dilakukan analisis statistik menggunakan SPSS dengan uji *paired sample t test*. Hasil yang diperoleh adalah kegiatan ini berjalan lancar, peserta aktif dan mengikuti kegiatan hingga akhir. Tidak terdapat peningkatan pengetahuan peserta yang signifikan, tetapi terdapat peningkatan rata-rata pada hasil pre-test dan post-test peserta. Kegiatan ini sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat dalam menekan angka stunting.

Kata Kunci: Stunting; Pangan Lokal; Pemberian Makanan Tambahan (PMT).

Abstract: The national prevalence of stunting in children in 2024 has reached 19.8%. Based on SSGI 2024 data, Depok City has a stunting prevalence of 12.5%, requiring targeted interventions or strategies to reduce this figure. The high number of cases is due to a lack of nutritional knowledge among families and the suboptimal use of local foods to support child growth. Stunting not only affects children's health and cognition, but also has an impact on their future economic prospects. The aim of this activity is to increase community knowledge and awareness in order to reduce stunting rates through the use of local food from home gardens. This community service activity was carried out at the Wijaya Kusumah Early Childhood Education Center in Kedaung Village, Depok. It consisted of 16 participants who were members of the Asri Kedaung Women Farmers Group (KWT) and local residents. The methods used were audio-visual counseling and hands-on practice. The evaluation of the partners' knowledge improvement was carried out through the completion of a pretest and posttest consisting of 10 questions, followed by statistical analysis using SPSS with a *paired sample t-test*. The result obtained was that this activity ran smoothly, with participants actively participating and following the activity until the end. There was no significant increase in participants' knowledge, but there was an average increase in participants' pre-test and post-test results. This activity was an effort to increase public knowledge and attitudes in reducing stunting rates.

Keywords: Stunting; Local Food; Supplementary Feeding (PMT).



Article History:

Received: 02-01-2026

Revised : 29-01-2026

Accepted: 30-01-2026

Online : 01-04-2026



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Stunting masih menjadi salah satu isu gizi paling serius di Indonesia karena berdampak langsung pada kualitas kesehatan, perkembangan kognitif, dan produktivitas sumber daya manusia di masa depan. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan, yang ditandai dengan tinggi badan di bawah standar usia menurut WHO (z-score <-2 SD) (Akbar et al., 2023). Stunting tidak hanya berdampak pada kesehatan dan kognitif anak, tetapi juga berdampak terhadap ekonomi masa depan (Khotimah, 2022). Stunting mampu meningkatkan beban ekonomi negara melalui peningkatan biaya kesehatan dan penurunan produktivitas nasional sehingga berisiko terjebak dalam kemiskinan antar generasi (Lestari et al., 2024).

Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan (2024), prevalensi stunting nasional mencapai 19,8%, menandakan perlunya intervensi komprehensif dan berkelanjutan, terutama di wilayah perkotaan seperti Kota Depok. Kondisi ini diperparah oleh rendahnya asupan gizi seimbang pada balita, yang umumnya dipengaruhi oleh pengetahuan gizi keluarga yang terbatas serta pemanfaatan pangan lokal yang belum optimal sebagai sumber energi dan zat gizi penting (Rosyida et al., 2024). Kota Depok masih menghadapi tantangan dalam penurunan stunting, dengan prevalensi terbaru yang tercatat sebesar 12,5% berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024. Salah satu upaya untuk mengatasi masalah gizi pada balita adalah melalui intervensi spesifik, salah satunya dengan pemberian makanan tambahan (PMT) yang memanfaatkan bahan pangan lokal.

Pangan merupakan kebutuhan pokok manusia yang pemenuhannya sangat penting bagi kelangsungan hidup sehari-hari (Ramadhan et al., 2024). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan salah satu upaya intervensi gizi yang dilakukan untuk membantu memperbaiki status gizi ibu hamil, ibu menyusui, dan balita, terutama pada kelompok yang berisiko (Marlin et al., 2025). Pangan lokal adalah jenis pangan yang tersedia di suatu daerah dan biasa dikonsumsi oleh masyarakat setempat (Purbaningsih & Syafiq, 2023). Pemanfaatan pekarangan rumah dapat dimaksimalkan untuk memenuhi kebutuhan pangan keluarga, terutama dalam penyediaan sayur-sayuran, sehingga dapat membantu mencukupi kebutuhan gizi masyarakat (Suhendar et al., 2022).

Kelurahan Kedaung menjadi salah satu wilayah sasaran karena permasalahan stunting di Kelurahan Kedaung, Kecamatan Sawangan, Kota Depok, masih tergolong tinggi dibanding beberapa kelurahan lain. Kondisi ini mengindikasikan masih adanya ketidakcukupan asupan gizi pada balita, baik dari sisi pemenuhan makanan bergizi maupun keterbatasan pemanfaatan sumber pangan lokal yang sebenarnya tersedia di lingkungan sekitar. Di sisi lain, lahan pekarangan yang dikelola melalui Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri belum dimanfaatkan secara optimal karena hasil

panennya hanya ditanam, dirawat, dipanen, dan dibagikan tanpa diolah menjadi produk pangan yang memiliki nilai gizi maupun nilai ekonomi lebih tinggi. Minimnya edukasi dan penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi pangan lokal yang bergizi turut memperburuk kondisi tersebut, sehingga kesadaran masyarakat dalam memanfaatkan sumber daya yang tersedia di lingkungan sekitar masih rendah (Soares et al., 2025). Rendahnya literasi gizi dan terbatasnya inovasi pengolahan merupakan salah satu faktor penyebab belum optimalnya pemanfaatan sumber daya pangan bergizi dalam pola konsumsi Masyarakat (Yuliani & Umar, 2025). Edukasi pemanfaatan pangan lokal penting untuk membantu masyarakat menerapkan pola makan sehat dan meningkatkan kualitas hidup (Leba et al., 2024). Sebagai solusi, kegiatan ini dilakukan melalui edukasi dan pelatihan pengolahan pangan lokal menjadi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) agar dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan untuk mendukung perbaikan status gizi.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak serius pada kesehatan dan perkembangan anak, dengan prevalensi nasional di Indonesia mencapai 19,8% pada tahun 2024. Studi oleh Akbar (2023) mengungkapkan bahwa stunting tidak hanya mempengaruhi tinggi badan anak tetapi juga kognitif dan produktivitas masa depan, sehingga intervensi dini melalui pemanfaatan sumber pangan lokal menjadi krusial. Penelitian ini mendukung kegiatan kami dengan menekankan pentingnya strategi berbasis pekarangan rumah untuk meningkatkan asupan gizi seimbang pada balita. Selain itu, Lestari (2024) dalam penelitian longitudinal di Indonesia menemukan bahwa stunting berkorelasi dengan penurunan capaian pendidikan dan kognitif pada usia dewasa, yang memperkuat argumen untuk program pencegahan melalui inovasi pangan lokal. Khotimah (2022) menambahkan bahwa stunting meningkatkan beban ekonomi negara, sehingga pemanfaatan pekarangan sebagai sumber pangan lestari dapat mengurangi risiko kemiskinan antar generasi. Dengan demikian, penelitian ini memberikan landasan empiris bahwa kegiatan pelatihan inovasi pangan lokal pekarangan rumah dapat berkontribusi signifikan dalam menekan angka stunting di wilayah seperti Kelurahan Kedaung.

Penelitian sebelumnya telah membuktikan efektivitas pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis pangan lokal dalam meningkatkan status gizi anak dan mencegah stunting. Iksan (2025) dalam studi di wilayah kerja Puskesmas Kumbe menunjukkan bahwa PMT bubur jewawut berbasis pangan lokal efektif meningkatkan berat badan dan memperbaiki status gizi balita gizi kurang, yang sejalan dengan pendekatan inovasi pangan pekarangan rumah dalam kegiatan kami. Penelitian ini mendukung penggunaan bahan lokal seperti bayam dan pepaya untuk produk seperti puding dan steamed vegetable bowl. Selain itu, Sari (2025) melalui metode participatory action research menemukan bahwa pelatihan pengolahan PMT

berbasis bahan lokal dapat mencegah stunting dengan melibatkan kader dan masyarakat secara aktif, yang relevan dengan target peserta kami yaitu anggota KWT Asri. Ringgi (2025) juga menegaskan bahwa implementasi PMT berbasis pangan lokal sebagai intervensi gizi tepat bagi anak gizi kurang di Desa Paga, Kabupaten Sikka, memberikan hasil positif dalam pemantauan status gizi. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat justifikasi kegiatan pelatihan kami untuk meningkatkan keterampilan pengolahan pangan lokal menjadi PMT yang bergizi dan menarik bagi balita.

Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat di Kelurahan Kedaung, Depok, dalam upaya menekan angka stunting melalui pemanfaatan pangan lokal dari pekarangan rumah. Dengan fokus pada inovasi pengolahan bahan seperti bayam dan pepaya menjadi produk PMT seperti puding keramik bayam pepaya dan steamed vegetable bowl dengan saus pepaya timun suri pedas, kegiatan bertujuan membekali para anggota KWT Asri dan warga setempat dengan keterampilan praktis untuk mendukung pertumbuhan anak. Hal ini sejalan dengan program CARAKA Kota Depok yang menekankan ketahanan pangan lestari. Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat memperkuat partisipasi perempuan dalam pengelolaan pekarangan, sehingga berkontribusi pada peningkatan kemandirian pangan keluarga dan ekonomi lokal. Dewi (2023) menekankan bahwa promosi kesehatan dan penyuluhan gizi dapat meningkatkan kesejahteraan masyarakat pedesaan, yang mendukung tujuan kami. Imansari (2021) juga menunjukkan bahwa pendidikan gizi efektif meningkatkan pengetahuan kader dalam konseling gizi di posyandu, relevan dengan metode ceramah dan praktik langsung yang kami gunakan. Akhirnya, Asmi & Alamsah (2022) dalam edukasi PMT berbasis pangan lokal pada kader posyandu menegaskan pentingnya pelatihan untuk mencegah stunting, yang menjadi inti tujuan kegiatan ini.

B. METODE PELAKSANAAN

Mitra dalam kegiatan ini adalah anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri Kelurahan Kedaung, Kecamatan Sawangan, Kota Depok beserta warga setempat lainnya. Kelompok ini menjadi sasaran utama karena memiliki peran strategis dalam pemanfaatan pekarangan pangan lestari (P2L) serta pengolahan pangan untuk mendukung ketahanan gizi keluarga. Total peserta yang hadir berjumlah 16 orang dengan komposisi 15 peserta perempuan dan 1 peserta laki-laki. Karakteristik usia responden didominasi kelompok usia 46-55 tahun (9 orang) diikuti usia 56-65 tahun (3 orang), usia 36-45 tahun (3 orang), dan usia 25-35 tahun (1 orang). Hal ini mencerminkan mayoritas peserta berusia dewasa hingga lansia yang aktif dalam program pencegahan stunting di wilayah tersebut.

Pelaksanaan kegiatan ini menggunakan metode ceramah, diskusi interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung. Kegiatan diawali dengan pengisian pretest pada selembur kertas untuk mengetahui pengetahuan awal

peserta. Setelah itu, pemateri menyampaikan materi menggunakan alat bantu berupa powerpoint dan dilanjutkan dengan diskusi untuk memberikan ruang bagi peserta dalam bertanya maupun berbagi pengalaman. Setelah sesi diskusi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan PMT oleh pembicara dan praktik langsung oleh para peserta yang sudah dibagi ke dalam beberapa kelompok. Kegiatan ditutup dengan pengisian posttest untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi dan praktik.

1. Tahap Persiapan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Paud Wijaya Kusumah, Kelurahan Kedaung, Depok pada hari Sabtu, 25 Oktober 2025. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan perwakilan KWT Asri, pengecekan lokasi pelatihan, persiapan tempat, alat, serta pemilihan bahan pangan lokal yang akan digunakan dalam praktik. Instrumen edukasi yang disiapkan terdiri dari lembar pretest–posttest, lembar observasi, serta materi powerpoint. Peralatan praktik yang dipersiapkan meliputi: kompor, panci, wadah makanan, whisk, spatula, talenan, pisau, loyang puding, blender, dan alat penyajian. Bahan pangan lokal yang dipilih berdasarkan hasil panen pekarangan yaitu daun kelor, ubi ungu, pisang, pepaya, ditambah bahan tambahan seperti agar-agar, susu, gula pasir, dan tepung maizena untuk membuat puding dan saus.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada pukul 08.00–12.00 WIB di Paud Wijaya Kusumah, Kelurahan Kedaung, Kecamatan Sawangan, Depok, dengan metode ceramah, diskusi interaktif, demonstrasi, dan praktik langsung. Kegiatan ini diikuti oleh ibu-ibu anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri yang menjadi sasaran utama program karena memiliki peran penting dalam pemanfaatan pekarangan dan pengolahan pangan untuk keluarga, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Diagram alir tahap pelaksanaan pelatihan inovasi pangan lokal pekarangan rumah dan pembuatan PMT

3. Evaluasi dan Analisis Data

- a. Struktur peserta yang hadir berjumlah 16 orang terdiri dari anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri Kedaung beserta dengan warga setempat lainnya. Tempat dan perlengkapan kegiatan sudah ditata sesuai rencana, dan selama penyampaian materi dilakukan diskusi serta tanya jawab untuk meningkatkan partisipasi peserta.
- b. Proses pelaksanaan kegiatan berlangsung pukul 08.00 s/d 12.00 WIB sesuai jadwal, dimulai dari pretest, penyuluhan menggunakan ceramah dan powerpoint, demonstrasi pembuatan puding dan saus, praktik peserta, hingga posttest.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemerintah Kota Depok mencanangkan program yang saling terintegrasi antara program pemerintah satu dan lainnya dalam satu wadah yaitu program Kampung Cerdas Ramah Keluarga (CARAKA). Program ini dirancang secara terpadu dan berfokus pada peningkatan ketahanan pangan, perbaikan gizi masyarakat, edukasi kesehatan, dan pemberdayaan keluarga berisiko. Salah satu bagian penting dari CARAKA adalah program Pekarangan Pangan Lestari (P2L), yaitu upaya memanfaatkan lahan pekarangan secara berkelanjutan untuk menghasilkan pangan sehat, terjangkau, dan dapat diakses keluarga dengan lebih mudah (Dewi et al., 2023). Adapun di Kelurahan Kedaung program P2L dijalankan melalui pembentukan Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri sebagai penggerak utama pemanfaatan pekarangan. Partisipasi perempuan dalam program berbasis pekarangan dinilai memiliki pengaruh yang signifikan terhadap ketahanan pangan rumah tangga (Suhirmanto et al., 2025). Kegiatan KWT Asri saat ini berfokus pada aktivitas menanam, merawat, memanen, dan membagikan hasil panen kepada warga sekitar. Namun, pemanfaatan hasil panen tersebut belum optimal karena belum diolah menjadi produk pangan bernilai gizi maupun bernilai ekonomi lebih tinggi. Kondisi ini menyebabkan pemanfaatan pekarangan belum memberikan kontribusi maksimal terhadap peningkatan status gizi maupun peningkatan kemandirian pangan masyarakat.

Program Pekarangan Pangan Lestari (P2L) tidak hanya meningkatkan ketahanan pangan keluarga, tetapi juga berkontribusi terhadap pencegahan stunting dengan menyediakan bahan baku untuk program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang bergizi (Hendriadi et al., 2023). Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Medi Saputri (2021) yang menunjukkan bahwa program P2L meningkatkan kecukupan gizi rumah tangga dan mendukung adanya penurunan stunting. Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah salah satu kebijakan prioritas dalam upaya percepatan pembangunan di bidang pendidikan yang tujuannya untuk meningkatkan status gizi anak terutama mereka yang tinggal di daerah tertinggal dan terpencil, yang mana tujuannya adalah untuk menjaga

kesehatan bayi dan balita serta memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai dengan anak seusianya untuk mencegah terjadinya stunting (Rosyida et al., 2024). Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal merupakan bagian penting dalam upaya pencegahan stunting (Ringgi et al., 2025). Pemanfaatan pangan lokal memiliki potensi yang besar termasuk dalam penyediaan makanan bagi keluarga, khususnya untuk anak balita (Gunawan & Lustiyati, 2024). Menurut hasil penelitian Iksan (2025) menyimpulkan bahwa pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal terbukti efektif meningkatkan berat badan dan memperbaiki status gizi balita dengan gizi kurang selama periode intervensi.

Pendidikan gizi merupakan kombinasi strategi terencana yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perubahan perilaku (Imansari et al., 2021). Kegiatan ini merupakan sebuah proses pemberian pengetahuan dan keterampilan yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai nutrisi, pola makan sehat, serta pemanfaatan sumber pangan lokal sebagai alternatif makanan tambahan. Menurut Iksan (2025) metode penyuluhan interaktif memungkinkan transfer informasi yang lebih efektif karena pendengar juga terlibat aktif dalam proses pelatihan. Metode pelatihan dengan demonstrasi dan praktik memberikan keefektifitasan yang bermakna terhadap pengetahuan pada pelatihan pembuatan PMT (G.A.Kd Ratna Kusumasari et al., 2021). Adapun tantangan yang dihadapi dalam PMT sebagai upaya penyelesaian masalah gizi adalah kurangnya pengetahuan masyarakat dan kurangnya pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya nutrisi, seperti yang terlihat dalam studi oleh (Nadirawati et al., 2023). Pendidikan gizi berkontribusi pada perilaku sehat berkelanjutan untuk membangun kemandirian dalam mengendalikan nutrisi harian. Kondisi ini semakin menekankan bahwa pendidikan gizi dapat meningkatkan kesejahteraan Masyarakat (Dewi et al., 2023).

Pelatihan pemanfaatan pangan lokal sebagai PMT memberikan manfaat multidimensi, baik kesehatan, ekonomi, maupun sosial yang mendukung ketahanan pangan masyarakat. Dari segi kesehatan, salah satu intervensi efektif dalam menurunkan angka stunting adalah pemberian makanan tambahan (PMT) berbasis pangan lokal yang diikuti dengan pelatihan pengolahan kepada kader dan Masyarakat (Sari et al., 2025). Hal ini relevan dengan upaya kita untuk meningkatkan status gizi melalui pemberian makanan tambahan (PMT) di Kelurahan Kedaung, Depok. Program PMT berbasis pangan lokal tidak hanya berfungsi untuk memperbaiki status gizi anak, tetapi juga memberikan dampak perekonomian melalui peningkatan permintaan terhadap hasil pertanian lokal sehingga petani memperoleh jaminan pasar yang lebih stabil dan pendapatan yang terjamin (Nafila et al., 2025). Sedangkan manfaat sosial terlihat dalam pemberdayaan melalui keterampilan baru yang mendorong partisipasi aktif dalam program kesehatan (Asmi & Alamsah, 2022). Dengan adanya pelatihan pembuatan

PMT berbasis pangan lokal dapat menghasilkan perubahan perilaku jangka panjang, mengurangi prevalensi malnutrisi, dan memperkuat ketahanan pangan lokal. Pada kegiatan pengabdian ini, tim pengabdian mengajarkan membuat PMT dari sayur sayuran yaitu puding keramik bayam pepaya dan saus pepaya timun. Menu ini dipilih karena sayur sayuran tersebut paling banyak tersedia di kebun. Berikut analisis kandungan gizi kedua produk yang diajarkan, seperti terlihat pada Tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1. Kandungan Gizi Puding Keramik Bayam Pepaya

	Nilai per 100 gram
Energi	± 85 kkal
Protein	2,5 g
Lemak	1,2 g
Karbohidrat	17,5 g
Serat Pangan	1,8 g
Vitamin A (β -karoten)	± 850 μ g RE
Vitamin C	20 mg
Kalsium	90 mg
Zat Besi	1,2 mg

Tabel 2. Kandungan Gizi *Steamed Vegetable Bowl* dengan Saus Pepaya Timun Suri Pedas

	Nilai per 100 gram
Energi	± 120 kkal
Protein	3,5 g
Lemak	2,5 g
Karbohidrat	21 g
Serat Pangan	4,5 g
Vitamin A (β -karoten)	± 1.200 μ g RE
Vitamin C	30 mg
Kalsium	120 mg
Zat Besi	1,8 mg

Tahap pra kegiatan mencakup koordinasi dengan perwakilan Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri, pengecekan lokasi pelatihan di Paud Wijaya Kusumah, serta persiapan tempat, alat dan bahan pangan lokal yang akan digunakan. Instrumen edukasi yang disiapkan meliputi lembar pretest-posttest, lembar observasi, serta materi powerpoint. Peralatan praktik yang dipersiapkan meliputi: kompor, panci, wadah makanan, whisk, spatula, talenan, pisau, loyang puding, blender, dan alat penyajian. Bahan pangan lokal yang dipilih berdasarkan hasil panen pekarangan yaitu daun kelor, ubi ungu, pisang, pepaya, ditambah bahan tambahan seperti agar-agar, susu, gula pasir, dan tepung maizena untuk membuat puding dan saus. Persiapan berjalan dengan baik, berbagai peralatan, bahan, dan hal-hal yang dibutuhkan untuk penyuluhan serta praktik pembuatan PMT dapat dipersiapkan secara lengkap sehingga mendukung kelancaran kegiatan utama pada hari Sabtu 25 Oktober 2025.

1. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan di Paud Wijaya Kusumah, Kelurahan Kedaung, Depok pada hari Sabtu, 25 Oktober 2025. Kegiatan yang dilakukan adalah penyampaian materi mengenai inovasi pangan lokal pekarangan rumah serta pelatihan pembuatan PMT dengan memanfaatkan pangan lokal hasil dari program P2L di kelurahan Kedaung, yaitu bayam dan pepaya yang diolah menjadi puding. Peserta kegiatan ini adalah anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri Kedaung beserta dengan warga setempat lainnya, seperti terlihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Karakteristik Responden

Usia	Perempuan	Laki-laki
25-35	1	-
36-45	3	-
46-55	8	1
56-65	3	-

Tahap awal pelatihan adalah penyampaian materi terkait pangan lokal pekarangan rumah. Materi yang diberikan meliputi konsep dasar pangan lokal pekarangan, manfaat pangan pekarangan, jenis tanaman pekarangan bergizi, inovasi pemanfaatan, dan rekomendasi resep. Materi disampaikan menggunakan metode ceramah langsung dengan bantuan Power Point. Setelah penyampaian materi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan pelatihan pembuatan puding keramik bayam pepaya dan *steamed vegetable bowl* saus pepaya timun suri pedas. Dalam penyampiannya, para peserta berperan aktif dan antusias selama kegiatan berlangsung. Dibuktikan dengan peningkatan rata-rata pengetahuan peserta dilihat melalui hasil pengerjaan pre-test dan post-test. Selama kegiatan berlangsung, para peserta dapat mengikuti dari awal hingga akhir dan aktif menyampaikan pertanyaan kepada pemateri. Pertanyaan tersebut menjadi refleksi keingintahuan yang tinggi dari para peserta mengenai inovasi pangan lokal pekarangan rumah. Selain itu, para peserta juga terlibat aktif selama pelatihan memasak berlangsung sehingga kegiatan berjalan interaktif. Berikut dokumentasi pelaksanaan penyuluhan, seperti terlihat pada Gambar 2, Gambar 3 dan Gambar 4.



Gambar 2. Penyampaian materi mengenai inovasi pangan lokal pekarangan rumah



Gambar 3. Kegiatan pelatihan memasak dengan memanfaatkan pangan lokal



Gambar 4. Produk hasil buatan warga yaitu puding keramik bayam pepaya dan *steamed vegetable bowl* saus pepaya timun suri pedas

2. Monitoring dan Evaluasi

Pada kegiatan ini dilakukan pengukuran pengetahuan awal peserta terlebih dahulu. Peserta diminta mengerjakan soal sebanyak 10 butir. Kemudian, dilakukan pengisian post-test setelah pelatihan memasak selesai yang hasilnya dianalisis menggunakan SPSS. Berikut hasil pre-test dan post-test, seperti terlihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Klasifikasi nilai peserta

	Pre-test	Post-test
Mean	76.25	78.13
Std. Deviation	12.583	14.245
Sig. (2-tailed)	0.682	

Berdasarkan Tabel 4, diketahui bahwa nilai rata-rata peserta pada pre-test sebesar 76.25 dan meningkat setelah post-test menjadi 78.13 atau meningkat sebanyak 2,46%. Tetapi hasil uji statistik menunjukkan tidak adanya perbedaan signifikan pada peningkatan pengetahuan peserta mengenai inovasi pangan lokal pekarangan rumah yang ditunjukkan dengan nilai p sebesar 0.682, meskipun terdapat peningkatan skor pada post test. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor. Sebagian peserta merupakan kelompok lansia sehingga daya serap informasi cenderung lebih rendah akibat adanya penurunan fungsi kognitif, gangguan pendengaran serta keterbatasan penglihatan yang umum terjadi pada usia lanjut. Selain itu, metode penyuluhan yang dilakukan masih didominasi dengan ceramah

sehingga kurang sesuai bagi lansia yang lebih efektif belajar melalui media visual.

3. Kendala yang Dihadapi

Sebagian peserta merupakan kelompok lansia sehingga daya serap informasi cenderung lebih rendah akibat adanya penurunan fungsi kognitif, gangguan pendengaran serta keterbatasan penglihatan yang umum terjadi pada usia lanjut. Selain itu, metode penyuluhan yang dilakukan masih didominasi dengan ceramah sehingga kurang sesuai bagi lansia yang lebih efektif belajar melalui media visual. Menurut Tampi (2025), video sebagai media audiovisual mampu menyampaikan informasi secara lebih menarik dan mudah dipahami karena menggabungkan unsur visual dan verbal secara simultan. Selain video, leaflet juga merupakan media yang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan terutama pada responden lanjut usia (lansia). Leaflet memiliki nilai praktis yang tinggi karena dapat dibaca berulang kali. Penyampaian materi dalam bentuk singkat yang dipadukan dengan ilustrasi membantu mempercepat proses informasi (Chen et al., 2024). Kondisi ini berkaitan dengan kemampuan kognitif yang menurun seiring usia, sehingga penyajian informasi yang dapat dipelajari perlahan tanpa batasan waktu menjadi lebih cocok bagi mereka (Leba et al., 2024). Meskipun demikian, program pelatihan tetap diupayakan berkelanjutan melalui pemberian fasilitas memasak berupa kompor portable, panci, serta perlengkapan memasak lainnya kepada warga. Penyediaan alat-alat ini, memungkinkan peserta untuk terus mempraktikkan keterampilan yang telah didemonstrasikan selama kegiatan, termasuk praktik memasak yang menjadi bagian inti dari program. Dengan adanya dukungan fasilitas tersebut, diharapkan keberlanjutan program dapat terjamin meskipun peningkatan pengetahuan tidak terlihat secara signifikan pada evaluasi awal.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Peserta pelatihan adalah anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri Kedaung beserta warga setempat. Total peserta pelatihan sebanyak 16 orang dengan rincian 15 perempuan dan 1 laki-laki. Hasil edukasi inovasi pangan lokal pekarangan rumah diperoleh terjadi peningkatan rata-rata dari hasil pre-test 76.25 ke hasil post-test 78.13 atau meningkat sebanyak 2,46% dan peserta berhasil membuat puding keramik bayam pepaya dan *steamed vegetable bowl* saus pepaya timun suri pedas secara mandiri.

Saran dari pelaksanaan kegiatan ini adalah mengingat sebagian besar peserta kelompok adalah lansia, maka sebaiknya menggunakan media audiovisual dalam penyampaian materi agar lebih menarik dan mudah dipahami. Bisa juga dengan memanfaatkan media leaflet yang praktis dan dapat dibaca berulang kali serta efektif meningkatkan pengetahuan pada kelompok lansia. Hal ini menjadi poin penting yang perlu diperhatikan

karena kelompok lansia cenderung memiliki daya serap informasi yang lebih rendah akibat adanya penurunan fungsi kognitif, gangguan pendengaran serta keterbatasan penglihatan yang umum terjadi pada usia lanjut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima Kasih kami sampaikan pada pihak-pihak yang secara langsung terlibat dan membantu pelaksanaan kegiatan dalam hal ini Direktorat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Republik Indonesia yang telah memberikan pembiayaan untuk pelaksanaan kegiatan ini serta ucapan Terima kasih kepada seluruh anggota Kelompok Wanita Tani (KWT) Asri dan warga Kota Depok, Jawa Barat.

DAFTAR RUJUKAN

- Akbar, R. R., Kartika, W., & Khairunnisa, M. (2023). The Effect of Stunting on Child Growth and Development. *Scientific Journal*, 2(4), 153–160. <https://doi.org/10.56260/sciena.v2i4.118>
- Asmi, N. F., & Alamsah, D. (2022). Edukasi Pembuatan Menu PMT Berbasis Pangan Lokal pada Kader Posyandu Puskesmas Mekar Mukti: Education on Making PMT Menu based on Local Food In Mekar Mukti Posyandu Cadres. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(4), 816–824. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i4.1215>
- Chen, A., Kumar, S. E., Varkhedi, R., & Murphy, D. H. (2024). The Effect of Playback Speed and Distractions on the Comprehension of Audio and Audio-Visual Materials. *Educational Psychology Review*, 36(3), 79. <https://doi.org/10.1007/s10648-024-09917-7>
- Dewi, K., Azis, A. A., Fitria, R., & Palupi, F. H. (2023). Promosi Kesehatan dan Penyuluhan Gizi Untuk Meningkatkan Kesejahteraan Masyarakat Pedesaan. *East Journal of Innovative Community Services*, 1(03), 171–183. <https://doi.org/10.58812/ejincs.v1i03.124>
- G.A.Kd Ratna Kusumasari, Wahyu Kristiningrum, & Luvi Dian Afriyani. (2021). Efektivitas Pelatihan Pembuatan PMT Menu Lokal Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Memberikan Pmt Pada Balita Dengan Gizi Kurang Di Desa Leyangan. *Journal of Holistics and Health Science*, 2(2), 22–36. <https://doi.org/10.35473/jhhs.v2i2.50>
- Gunawan, D. C. D., & Lustiyati, E. D. (2024). Pemanfaatan Kebun Pangan Lokal untuk Meningkatkan Ketahanan Pangan Keluarga dan Mencegah Stunting: Local Food Plants Increase Food Security for Families and Prevent Stunting. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(7), 1205–1210. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v9i7.6696>
- Hendriadi, A., Effendi, M. W., Raharjo, A. S. S., & Wahyuni, S. (2023). Achieving “No Hunger” through the implementation of the Sustainable Food Reserve Garden Program by the Women Farmers’ Group. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1153(1), 012038. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/1153/1/012038>
- Iksan, M., Alimin, Andriadin, Auliah, D. R. A., Auliah, I. A., & Wahyuningsi, N. W. (2025). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Bubur Jewawut Di Wilayah Kerja Puskesmas Kumbe. *Journal of Excellence Humanities and Religiosity*, 2(2), 55–62. <https://doi.org/10.34304/joehr.v2i2.345>
- Imansari, A., Madanijah, S., & Kustiyah, L. (2021). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Kader Melakukan

- Konseling Gizi Di Posyandu. *Amerta Nutrition*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.20473/amnt.v5i1.2021.1-7>
- Khotimah, K. (2022). Dampak Stunting dalam Perekonomian di Indonesia. *JISP (Jurnal Inovasi Sektor Publik)*, 2(1), 113–132. <https://doi.org/10.38156/jisp.v2i1.124>
- Leba, M. A. U., Komisia, F., & Tukan, M. B. (2024). Edukasi Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Mencegah Stunting. *Abdimas Galuh*, 6(2), 1308–1315. <https://doi.org/10.25157/ag.v6i2.14961>
- Lestari, E., Siregar, A., Hidayat, A. K., & Yusuf, A. A. (2024). Stunting and its association with education and cognitive outcomes in adulthood: A longitudinal study in Indonesia. *PLOS ONE*, 19(5), e0295380. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0295380>
- Marlin, D., Astria, N., Rahmawati, D., Badriyah, L., Nasution, S. A., & Sari, Y. M. (2025). Implementasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) sebagai Intervensi Gizi Terarah bagi Ibu dan Balita. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 7(3), 577–583. <https://doi.org/10.36565/jak.v7i3.955>
- Medi Saputri, E., Wibowo, A., & Rusdiyana, E. (2021). Dampak Implementasi Program Pekarangan Pangan Lestari (P2L) Di Kecamatan Gondangrejo Kabupaten Karanganyar. *Agrica Ekstensia*, 15(2), 125–131. <https://doi.org/10.55127/ae.v15i2.99>
- Nadirawati, N., Susilowati, S., Suharjiman, S., Bangun, A. V., Suryaningsih, C., & Novianti, S. W. (2023). Pelatihan Pengolahan Makanan Tambahan dan Pendamping ASI untuk Mengatasi Stunting di Desa Kertawangi Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(1), 76–86. <https://doi.org/10.30653/jppm.v8i1.231>
- Nafila, A., Zahra, M., Izzati, N., Amelia, R., Syainah, E., Aprianti, A., Shaddiq, S., & Akbar, M. R. (2025). Pengembangan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lokal Berbasis Pangan Tradisional untuk Balita Gizi Kurang: Tinjauan Gizi dan Ekonomi Kesehatan. *Jurnal Penelitian Ekonomi*, 2(1), 25–30.
- Purbaningsih, H., & Syafiq, A. (2023). Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita: *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), 2550–2554. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i12.4206>
- Ramadhan, S., Wirayuda, L. A., Zulbiantoni, D., Meizora, B. C., Budiyaniti, A. E., Septianingsih, I., Putri, V. A., Melani, R., Qibtia, H. N., Sani, U., & Nurmayanti, S. (2024). Pemanfaatan Lahan Pekarangan Melalui Konsep Rumah Pangan Lestari Untuk Budidaya Tanaman Sayur Di Posyandu Dua Dara, Desa Aik Dewa. *Jurnal Pepadu*, 5(1), 23–29. <https://doi.org/10.29303/pepadu.v5i1.3955>
- Ringgi, M. S. I. N., Conterius, R. E. B., & Ayupir, A. (2025). Implementasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Berbasis Pangan Lokal sebagai Intervensi Gizi Tepat bagi Anak Masalah Gizi Kurang di Desa Paga Kabupaten Sikka. *Inovasi Kesehatan Global*, 2(3), 244–255. <https://doi.org/10.62383/ikg.v2i3.2227>
- Rosyida, I. A., Arisandra, M. L., Noviyanti, D. A., Aprilian, R., Cahyono, C. B., & Abidin, K. umam. (2024). Pemantauan Status Gizi Balita Dan Pentingnya Pemberian Pmt Pada Balita Desa Durikedungjero, Ngimbang, Lamongan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: BAKTI KITA*, 5(1), 24–33. <https://doi.org/10.52166/baktikita.v5i1.5475>
- Sari, S. F., Prayogo, M. S., A.d.r, A. Z., Akmalina, N. I., Hariyanti, M., Mubarroq, A. S., Annisa, T. N., Latifah, I., & Hasanah, W. (2025). Strategi Pencegahan Stunting melalui Pelatihan Pengolahan PMT Berbasis Bahan Lokal dengan Metode Participatory Action Research. *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara*, 1(8), 476–484. <https://doi.org/10.59435/menulis.v1i8.608>

- Soares, M. F., Sine, W., Welin, E. D. M., Ethelbert, Y. K., & Kleden, M. (2025). Optimalisasi Pangan Lokal dan Kandungan Nutrisi untuk Percepatan Penurunan Stunting pada Ibu Hamil Ibu Menyusui dan Anak-Anak di Desa Pasir Putih. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 444–453. <https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i3.537>
- Suhendar, A. P., Juliana, A., Widawara, E. K., Amara, G. A. V., Sulestra, I. N., & Raksun, A. (2022). Pemanfaatan Lahan Kosong untuk Budidaya Tanaman Sayuran sebagai Nilai Tambah Ekonomi dengan Konsep Rumah Pangan Lestari di Desa Seriwe Kabupaten Lombok Timur. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(1), 231–234. <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v5i1.1436>
- Suhirmanto, S., Pramesti², E. S., & Samudra, F. B. (2025). Hubungan Program Pekarangan Pangan Lestari (P2L) Dan Ketahanan Pangan Keluarga Melalui Partisipasi Anggota KWT Di Desa Ngembal Kecamatan Tukur Kabupaten Pasuruan. *Jurnal Ketahanan Nasional*, 31(2), 234–243. <https://doi.org/10.22146/jkn.109502>
- Tampi, M. L., Kepel, B. J., Rombot, D. V., Kapantow, N. H., & Korompis, G. E. C. (2025). Efektivitas Media Edukasi Video dan Leaflet dalam Peningkatan Pengetahuan tentang Manfaat Daun Kelor pada Pasien Dislipidemia: Studi di Puskesmas Kakaskasen Tomohon. *Jurnal Promotif Preventif*, 8(3), 684–691. <https://doi.org/10.47650/jpp.v8i3.2131>
- Yuliani, A., & Umar, U. (2025). Optimalisasi Pangan Lokal sebagai Solusi Berkelanjutan untuk Mengurangi Stunting di Pedesaan Kecamatan Jereweh. *Empiricism Journal*, 6(3), 1002–1009. <https://doi.org/10.36312/ej.v6i3.3035>