

Pendampingan Pengolahan Puding Jagung sebagai Inovasi Pangan Lokal dalam Mendukung Pencegahan Stunting di Desa Kertonegoro, Kabupaten Jember, Jawa Timur

Nidya Shara Mahardika¹, Nurul Zafira², Anggela Setiya Putri³

^{1,2,3} Teknologi Industri Pertanian, Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Jember, Indonesia
*e-mail: [nidyaashara@unej.ac.id](mailto:nidyashara@unej.ac.id)

Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Desa Kertonegoro yang dipengaruhi oleh rendahnya pemahaman gizi seimbang serta belum optimalnya pemanfaatan pangan lokal. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam memanfaatkan jagung sebagai pangan lokal melalui inovasi puding jagung sebagai upaya pencegahan stunting. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi, edukasi gizi, pelatihan, dan pendampingan dengan pendekatan partisipatif. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen pre-test dan post-test serta observasi keterampilan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta dengan rata-rata kenaikan skor lebih dari 20%, serta lebih dari 80% peserta mampu mempraktikkan pembuatan puding jagung secara mandiri. Kegiatan ini juga menunjukkan dampak positif berupa peningkatan kesadaran gizi (perilaku), meningkatnya interaksi dan kerja sama masyarakat (sosial), serta munculnya peluang usaha berbasis pangan lokal (ekonomi). Dengan demikian, pemanfaatan puding jagung sebagai inovasi pangan lokal terbukti efektif dalam mendukung pencegahan stunting dan berpotensi dikembangkan secara berkelanjutan di masyarakat.

Kata kunci: pangan lokal, puding jagung, pelatihan, stunting, edukasi gizi

Abstract

Stunting remains a public health problem in Kertonegoro Village, influenced by low awareness of balanced nutrition and the suboptimal utilization of local food resources. This community service activity aims to improve community knowledge and skills in utilizing corn as a local food through the innovation of corn pudding as an effort to prevent stunting. The methods used include socialization, nutrition education, training, and mentoring with a participatory approach. Evaluation was conducted using pre-test and post-test instruments as well as observation of participants' skills. The results showed an increase in participants' knowledge, with an average score improvement of more than 20%, and more than 80% of participants were able to independently practice making corn pudding. The activity also demonstrated positive impacts, including increased nutrition awareness (behavioral), improved community interaction and cooperation (social), and the emergence of local food-based business opportunities (economic). Thus, the utilization of corn pudding as an innovation of local food has proven to be effective in supporting stunting prevention and has the potential for sustainable development within the community.

Keywords: local food, corn pudding, training, stunting, nutrition education

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan utama dalam pembangunan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam jangka panjang, terutama pada periode 1.000 hari pertama kehidupan, yang berdampak pada terhambatnya pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Berdasarkan laporan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi stunting di Indonesia masih berada pada angka yang memerlukan perhatian serius meskipun telah mengalami penurunan dalam beberapa tahun terakhir (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Secara global, World Health Organization menegaskan bahwa stunting merupakan indikator penting dalam menilai kualitas sumber daya manusia dan berkaitan erat dengan kondisi sosial ekonomi

serta pola konsumsi masyarakat (WHO, 2021). Selain itu, UNICEF (2020) juga menyebutkan bahwa stunting berdampak jangka panjang terhadap produktivitas dan kualitas hidup individu.

Di tingkat lokal, kondisi serupa juga ditemukan di Desa Kertonegoro yang memiliki karakteristik masyarakat agraris dengan ketergantungan tinggi terhadap sektor pertanian. Hasil observasi menunjukkan bahwa sekitar 70% masyarakat bekerja sebagai petani dengan komoditas utama berupa jagung. Meskipun ketersediaan jagung cukup melimpah, pemanfaatannya masih terbatas pada pengolahan sederhana seperti direbus atau dibakar. Selain itu, hasil wawancara menunjukkan bahwa lebih dari 60% peserta belum memahami konsep gizi seimbang secara menyeluruh, dan variasi konsumsi makanan masih rendah. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara potensi pangan lokal yang tersedia dengan pemanfaatannya dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga.

Secara teoritis, pemanfaatan pangan lokal merupakan salah satu strategi efektif dalam meningkatkan ketahanan pangan dan kualitas gizi masyarakat. Diversifikasi pangan berbasis sumber daya lokal dapat meningkatkan akses terhadap makanan bergizi serta mengurangi ketergantungan pada pangan olahan (FAO, 2018). Penelitian oleh Hidayati dan Prasetyo (2021) menunjukkan bahwa edukasi gizi yang disertai praktik langsung mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat secara signifikan. Hal ini diperkuat oleh Rahman et al. (2019) yang menyatakan bahwa pendekatan pelatihan berbasis praktik lebih efektif dibandingkan metode ceramah konvensional. Selain itu, penelitian terbaru oleh Sari et al. (2021) dan Putri et al. (2022) menunjukkan bahwa inovasi pengolahan pangan lokal dapat meningkatkan daya terima masyarakat, khususnya pada anak-anak.

Namun demikian, terdapat kesenjangan (gap analysis) antara kondisi ideal dan kondisi aktual di masyarakat. Secara ideal, masyarakat diharapkan mampu memanfaatkan sumber daya pangan lokal secara optimal untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga dengan variasi makanan yang beragam dan bergizi. Akan tetapi, kondisi aktual menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat masih terbatas, keterampilan pengolahan pangan masih rendah, serta belum adanya inovasi dalam pemanfaatan bahan pangan lokal seperti jagung. Studi oleh Nugroho et al. (2020) dan Lestari et al. (2023) juga menegaskan bahwa rendahnya pemanfaatan pangan lokal seringkali disebabkan oleh kurangnya edukasi dan keterampilan masyarakat.

Sebagai solusi atas permasalahan tersebut, kegiatan ini menawarkan pendekatan melalui edukasi gizi dan pelatihan pengolahan pangan lokal berupa puding jagung. Pemilihan puding jagung didasarkan pada ketersediaan bahan baku yang melimpah, proses pembuatan yang sederhana, serta potensi nilai gizi yang dapat ditingkatkan melalui penambahan bahan lain seperti susu. Inovasi ini diharapkan dapat menjadi alternatif makanan bergizi yang mudah diterima oleh masyarakat, khususnya anak-anak, sehingga berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Dewi et al. (2020) yang menyatakan bahwa diversifikasi produk pangan lokal dapat meningkatkan konsumsi gizi keluarga.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan kegiatan pengabdian ini dirumuskan secara jelas, yaitu: (1) meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting, (2) meningkatkan keterampilan masyarakat dalam mengolah jagung menjadi produk pangan inovatif berupa puding jagung, dan (3) mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber gizi keluarga. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas gizi masyarakat serta mendukung upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

2. METODE

Metode penerapan dalam kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan partisipatif, edukatif, dan aplikatif yang melibatkan masyarakat secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Kegiatan dilaksanakan pada bulan Juli–Agustus 2025 di Desa Kertonegoro, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur. Sasaran kegiatan adalah ibu rumah tangga dan kader kesehatan dengan jumlah peserta sebanyak 25–30 orang. Karakteristik peserta meliputi perempuan usia produktif (20–50 tahun), dengan latar belakang pendidikan sebagian besar tingkat sekolah menengah dan

kondisi sosial ekonomi menengah ke bawah, serta berperan dalam pengelolaan konsumsi pangan keluarga.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan dan Identifikasi Masalah

Tahap ini dilakukan melalui observasi lapangan dan diskusi kelompok terarah untuk memperoleh gambaran kondisi awal masyarakat. Data yang dikumpulkan meliputi tingkat pengetahuan tentang gizi seimbang, pola konsumsi keluarga, serta pemanfaatan jagung sebagai pangan lokal. Instrumen yang digunakan berupa lembar observasi dan panduan wawancara. Hasil dari tahap ini digunakan sebagai dasar penyusunan materi edukasi dan pelatihan.

2. Tahap Sosialisasi dan Edukasi Gizi

Pada tahap ini dilakukan penyampaian materi mengenai stunting, dampak jangka panjangnya, pentingnya gizi seimbang, serta pemanfaatan pangan lokal. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif dan diskusi kelompok. Untuk mengukur pemahaman awal peserta, dilakukan pre-test menggunakan kuesioner tertutup dengan indikator pengetahuan tentang stunting, sumber gizi, dan pola konsumsi sehat.

3. Tahap Pelatihan Pembuatan Puding Jagung

Tahap pelatihan dilakukan melalui demonstrasi dan praktik langsung pembuatan puding jagung sebagai inovasi pangan lokal. Peserta dibagi dalam beberapa kelompok kecil untuk memudahkan pendampingan. Instrumen yang digunakan untuk menilai keterampilan peserta adalah lembar observasi dengan indikator: (a) ketepatan mengikuti langkah pembuatan, (b) kemampuan bekerja sama dalam kelompok, dan (c) kualitas hasil produk.

4. Tahap Pendampingan dan Aplikasi Mandiri

Setelah pelatihan, dilakukan pendampingan untuk memastikan peserta mampu mengaplikasikan keterampilan secara mandiri di lingkungan rumah tangga. Peserta didorong untuk mempraktikkan kembali pembuatan puding jagung dan membagikan pengalaman kepada keluarga maupun masyarakat sekitar.

5. Tahap Evaluasi dan Analisis Data

Evaluasi dilakukan untuk mengukur ketercapaian tujuan kegiatan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif diperoleh dari hasil pre-test dan post-test yang dianalisis menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan membandingkan nilai rata-rata sebelum dan sesudah kegiatan. Indikator keberhasilan ditetapkan apabila terjadi peningkatan skor minimal 20%.

Data kualitatif diperoleh melalui observasi partisipatif dan wawancara singkat yang dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan sikap, interaksi sosial, dan potensi ekonomi peserta. Indikator keberhasilan meliputi: (1) peningkatan pengetahuan peserta, (2) kemampuan peserta dalam mempraktikkan pembuatan puding jagung, (3) meningkatnya kesadaran akan pentingnya gizi seimbang, (4) adanya interaksi dan kerja sama sosial, serta (5) munculnya minat untuk mengembangkan produk sebagai peluang usaha.

Dengan metode yang sistematis dan indikator yang terukur, kegiatan ini diharapkan mampu memberikan dampak nyata dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan perubahan perilaku masyarakat dalam pemanfaatan pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan dan Identifikasi Masalah

Tahap ini menjadi fondasi dalam memastikan kegiatan pengabdian tepat sasaran dan relevan dengan kebutuhan masyarakat. Berdasarkan hasil observasi dan diskusi kelompok terarah, diketahui bahwa sebagian besar peserta belum memahami konsep gizi seimbang, penyebab stunting, serta pemanfaatan pangan lokal secara optimal. Pola konsumsi masyarakat masih cenderung monoton dan belum memperhatikan keberagaman gizi, meskipun ketersediaan jagung sebagai bahan pangan lokal cukup melimpah. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara potensi sumber daya lokal dengan praktik konsumsi masyarakat. Dari sisi

sosial ekonomi, mayoritas peserta berada pada kategori menengah ke bawah dengan keterbatasan akses informasi gizi.

Kegiatan identifikasi ini memberikan nilai tambah berupa pemetaan kebutuhan masyarakat yang menjadi dasar dalam penyusunan intervensi yang tepat. Dalam jangka pendek, tahap ini menghasilkan data awal sebagai acuan pelaksanaan kegiatan. Dalam jangka panjang, informasi ini dapat dimanfaatkan oleh masyarakat maupun institusi lokal sebagai dasar perencanaan program lanjutan terkait peningkatan gizi dan pemanfaatan pangan lokal.

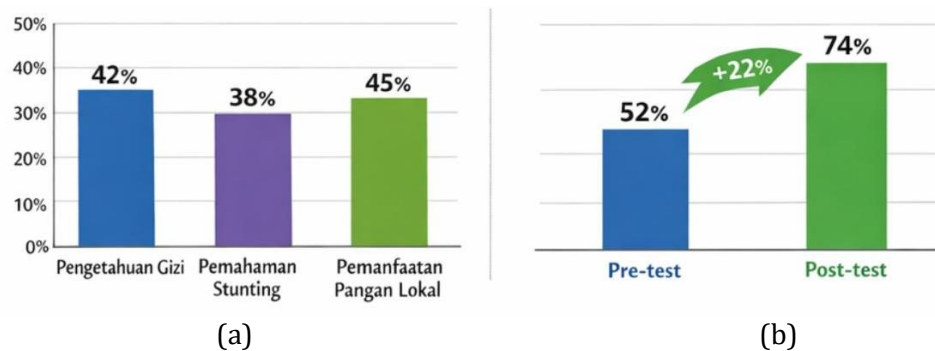


Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Program Pengabdian

2. Tahap Sosialisasi dan Edukasi Gizi

Pada tahap sosialisasi, dilakukan penyebaran ilmu pengetahuan mengenai stunting, gizi seimbang, serta potensi pangan lokal sebagai solusi pemenuhan gizi keluarga. Hasil pre-test menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta masih rendah, namun setelah dilakukan edukasi, terjadi peningkatan pemahaman yang ditunjukkan melalui hasil post-test dengan kenaikan rata-rata lebih dari 20%. Peserta juga mampu menjelaskan kembali materi yang diberikan, yang menunjukkan keberhasilan transfer pengetahuan.

Dari aspek perubahan perilaku, peserta mulai menunjukkan kesadaran akan pentingnya pemenuhan gizi keluarga dan pencegahan stunting. Secara sosial, terjadi peningkatan interaksi dan partisipasi aktif dalam diskusi. Dalam jangka pendek, kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, sedangkan dalam jangka panjang diharapkan dapat mendorong perubahan pola konsumsi yang lebih sehat. Dari sisi kebijakan, kegiatan ini berpotensi mendukung program kesehatan berbasis masyarakat melalui peningkatan kapasitas kader dalam menyampaikan edukasi gizi di lingkungan sekitar.



Gambar 2. (a) Grafik Tingkat Pemahaman Awal Masyarakat dan (b) Grafik Peningkatan Pengetahuan Peserta

3. Tahap Pelatihan Pembuatan Puding Jagung

Tahap pelatihan merupakan inti kegiatan yang berfokus pada transfer keterampilan dalam mengolah jagung menjadi puding sebagai produk inovatif. Berdasarkan hasil observasi, lebih dari 80% peserta mampu mengikuti proses pembuatan dengan baik, mulai dari persiapan bahan hingga penyajian produk. Hal ini menunjukkan bahwa metode demonstrasi dan praktik langsung efektif dalam meningkatkan keterampilan masyarakat.

Dari sisi nilai tambah ekonomi, pelatihan ini membuka peluang usaha baru berbasis rumah tangga karena bahan baku mudah diperoleh dan biaya produksi relatif rendah. Dari aspek sosial, kegiatan kelompok mendorong kerja sama dan interaksi antar peserta. Dalam jangka

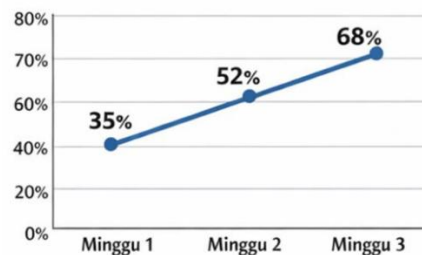
pendek, peserta memperoleh keterampilan baru, sedangkan dalam jangka panjang berpotensi mengembangkan usaha berbasis pangan lokal. Keunggulan kegiatan ini terletak pada kesederhanaan proses produksi dan kesesuaian dengan kondisi masyarakat. Namun, kelemahannya adalah keterbatasan waktu pelatihan yang belum memungkinkan eksplorasi variasi produk secara lebih luas.



Gambar 3. Grafik Tingkat Keberhasilan Peserta

4. Tahap Pendampingan dan Aplikasi Mandiri

Pendampingan dilakukan untuk memastikan keberlanjutan hasil pelatihan. Hasil monitoring menunjukkan bahwa beberapa peserta telah mencoba kembali pembuatan puding jagung di rumah dan mulai memperkenalkan produk tersebut kepada anggota keluarga. Hal ini menunjukkan adanya perubahan perilaku dalam pemanfaatan pangan lokal.



Gambar 4. Grafik Tingkat Adopsi Keterampilan oleh Peserta

Dari sisi sosial budaya, muncul inisiatif untuk berbagi pengetahuan dengan masyarakat lain, yang menunjukkan adanya efek penyebaran (multiplier effect). Dalam jangka pendek, peserta mampu mengaplikasikan keterampilan secara mandiri, sedangkan dalam jangka panjang diharapkan terbentuk kebiasaan baru dalam pengolahan pangan lokal. Dari sisi ekonomi, meskipun belum semua peserta mengembangkan usaha, terdapat potensi peningkatan pendapatan jika produk dikembangkan lebih lanjut.

5. Tahap Evaluasi dan Pengukuran Keberhasilan

Evaluasi dilakukan untuk mengukur ketercapaian tujuan kegiatan berdasarkan indikator kuantitatif dan kualitatif. Secara kuantitatif, peningkatan skor post-test lebih dari 20% menjadi indikator keberhasilan dalam aspek pengetahuan. Secara kualitatif, keberhasilan diukur melalui peningkatan keterampilan, perubahan sikap, serta munculnya minat untuk mengembangkan produk.



Gambar 5. Dampak Multidimensional Program

Indikator perubahan perilaku terlihat dari meningkatnya kesadaran peserta terhadap pentingnya gizi seimbang. Indikator sosial budaya terlihat dari meningkatnya kerja sama dan interaksi antar peserta. Sementara itu, indikator ekonomi terlihat dari adanya ketertarikan untuk menjadikan puding jagung sebagai produk bernilai jual. Tolak ukur keberhasilan juga didukung oleh tingkat partisipasi peserta yang tinggi dan keterlibatan aktif selama kegiatan.

Tabel 1. Indikator Keberhasilan Program

Aspek	Indikator	Hasil
Pengetahuan	Skor Post-test	◆ 22%
Keterampilan	Praktik Peserta	82% Berhasil
Perilaku	Aplikasi Mandiri	Mulai Diterapkan
Sosial	Partisipasi	Tinggi
Ekonomi	Minat Usaha	Muncul

Secara keseluruhan, kegiatan ini memberikan nilai tambah yang nyata bagi masyarakat. Dalam jangka pendek, kegiatan berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan. Dalam jangka panjang, kegiatan berpotensi mendorong perubahan perilaku konsumsi, peningkatan kualitas gizi, serta pengembangan usaha berbasis pangan lokal. Tingkat kesulitan pelaksanaan dan produksi relatif rendah sehingga mudah diterapkan oleh masyarakat. Peluang pengembangan ke depan sangat terbuka, baik dalam inovasi produk, peningkatan kualitas kemasan, maupun pemasaran.



Gambar 6. Dokumentasi Kegiatan Program

Meskipun demikian, terdapat beberapa keterbatasan, seperti keterbatasan waktu pendampingan dan variasi kemampuan peserta. Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan berkelanjutan dan dukungan dari berbagai pihak agar manfaat kegiatan dapat terus berkembang dan memberikan dampak yang lebih luas.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif, edukatif, dan aplikatif melalui pemanfaatan pangan lokal berupa puding jagung mampu memberikan dampak nyata dalam peningkatan pengetahuan, keterampilan, serta perubahan perilaku masyarakat dalam upaya pencegahan stunting. Hasil yang diperoleh menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta secara signifikan, yang ditandai dengan kenaikan skor evaluasi, serta kemampuan mayoritas peserta dalam mempraktikkan pembuatan produk secara mandiri. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan nilai tambah bagi masyarakat, baik dari aspek sosial melalui peningkatan interaksi dan kerja sama, maupun dari aspek ekonomi melalui munculnya peluang usaha berbasis pangan lokal.

Keunggulan utama kegiatan ini terletak pada kesesuaiannya dengan kondisi masyarakat, yaitu memanfaatkan bahan lokal yang mudah diperoleh, proses produksi yang sederhana, serta pendekatan pelatihan yang mudah dipahami. Namun demikian, kegiatan ini masih memiliki beberapa keterbatasan, seperti durasi pendampingan yang relatif singkat serta belum meratanya kemampuan peserta dalam mengembangkan produk secara mandiri. Meskipun demikian, peluang pengembangan kegiatan ini ke depan cukup besar, baik dalam hal diversifikasi produk, peningkatan kualitas dan nilai jual, maupun penguatan pendampingan berkelanjutan. Dengan pengembangan yang tepat, kegiatan ini berpotensi memberikan dampak jangka panjang terhadap peningkatan kualitas gizi dan kesejahteraan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pangan Nasional. (2021). *Diversifikasi pangan lokal untuk ketahanan pangan*. Jakarta: Bapanas.
- FAO. (2018). *Sustainable food systems for improved nutrition*. Rome: Food and Agriculture Organization.
- Hidayati, N., & Prasetyo, B. (2021). Pemanfaatan pangan lokal dalam upaya pencegahan stunting di masyarakat pedesaan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 16(2), 89–97.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Laporan Status Gizi Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Pertanian Republik Indonesia. (2020). *Potensi dan pemanfaatan jagung sebagai pangan lokal*. Jakarta: Kementan RI.
- Rahman, A., Nurhayati, E., & Sari, D. (2019). Pengaruh edukasi gizi terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 567–575.
- Smith, L. C., Ruel, M. T., & Ndiaye, A. (2020). Why is child malnutrition lower in urban than in rural areas? Evidence from 36 developing countries. *Food Policy*, 92, 101–110.
- UNICEF. (2020). *Improving child nutrition: The achievable imperative for global progress*. New York: UNICEF.
- WHO. (2021). *Levels and trends in child malnutrition*. Geneva: World Health Organization.

Halaman ini dikosongkan