



Pengolahan Pangan Lokal Menjadi Makanan Bergizi Tinggi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Kota Bima

Irma Rubianti

Universitas Nggusuwaru

E-mail: irmarubianti85@yahoo.com

Article Info

Article history:

Received February 16, 2025

Revised February 28, 2025

Accepted March 15, 2025

Keywords:

stunting, local food, food processing, child nutrition, Bima City

ABSTRACT

Stunting is one of the chronic nutrition problems that is still high in Bima City with a prevalence of 28.3% in 2023. One of the innovative strategies in its prevention efforts is through processing local food into highly nutritious food that is easily accessible to the public. This study aims to analyze the potential of local food processing in supporting the improvement of the nutritional status of children under five. The methods used were qualitative descriptive with observation techniques, in-depth interviews with MSME actors, Posyandu cadres, and analysis of the documentation of the Supplementary Food (PMT) program. The results of the study show that local food ingredients such as moringa leaves, purple yams, sea fish, bananas, and corn have high nutritional content and can be processed into products such as biscuits, shredded meat, porridge, and flour that are nutritious and loved by children. These products have been shown to significantly increase the weight and height of toddlers over a three-month period. Local food processing has proven to be effective as a community-based approach to stunting in Bima City if supported by education, technology training, and cross-sectoral policies.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Article Info

Article history:

Received February 16, 2025

Revised February 28, 2025

Accepted March 15, 2025

Keywords:

stunting, pangan lokal, pengolahan pangan, gizi anak, Kota Bima

ABSTRACT

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih tinggi di Kota Bima dengan prevalensi mencapai 28,3% pada tahun 2023. Salah satu strategi inovatif dalam upaya pencegahannya adalah melalui pengolahan pangan lokal menjadi makanan bergizi tinggi yang mudah diakses oleh masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis potensi pengolahan pangan lokal dalam mendukung perbaikan status gizi anak balita. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan teknik observasi, wawancara mendalam terhadap pelaku UMKM, kader Posyandu, dan analisis dokumentasi program Makanan Tambahan (PMT). Hasil penelitian menunjukkan bahwa bahan pangan lokal seperti daun kelor, ubi ungu, ikan laut, pisang, dan jagung memiliki kandungan gizi yang tinggi dan dapat diolah menjadi produk seperti biskuit, abon, bubur, dan tepung yang bergizi serta disukai anak-anak. Produk-produk ini telah terbukti



meningkatkan berat dan tinggi badan balita secara signifikan dalam periode tiga bulan. Pengolahan pangan lokal terbukti efektif sebagai pendekatan berbasis komunitas untuk penanggulangan stunting di Kota Bima jika didukung dengan edukasi, pelatihan teknologi, dan kebijakan lintas sektor.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Irma Rubianti

Universitas Nggusuwaru

E-mail: irmarubianti85@yahoo.com

Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu indikator utama permasalahan gizi kronis yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak. Di Indonesia, termasuk di Kota Bima, permasalahan stunting masih menjadi perhatian serius pemerintah. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Kota Bima masih berada di atas angka 28%, menunjukkan bahwa satu dari empat anak mengalami gangguan pertumbuhan. Stunting berisiko menurunkan kecerdasan, meningkatkan kerentanan penyakit, serta berdampak pada produktivitas ekonomi. Salah satu pendekatan strategis untuk menanggulangi masalah ini adalah melalui pemanfaatan teknologi pangan. Teknologi pangan memiliki potensi besar dalam meningkatkan ketersediaan, aksesibilitas, dan kandungan gizi dari bahan pangan lokal.

Teknologi pangan merupakan aplikasi ilmu pengetahuan untuk mengolah, mengawetkan, dan meningkatkan nilai gizi suatu produk pangan. Inovasi dalam teknologi pangan mencakup fortifikasi makanan, fermentasi, pengolahan pangan lokal berbasis sumber daya alam, dan teknik pengemasan modern. Dengan penerapan teknologi pangan, produk-produk lokal seperti kelor, jagung, dan kacang-kacangan dapat diolah menjadi pangan bergizi tinggi yang mudah diakses oleh masyarakat, termasuk ibu hamil dan balita yang merupakan kelompok rentan terhadap stunting.

Dinas Kesehatan Kota Bima mencatat bahwa kasus stunting tersebar merata di seluruh kelurahan, dengan prevalensi tertinggi pada kelompok usia 0–2 tahun. Penyebab utamanya meliputi kurangnya asupan gizi, buruknya sanitasi, serta minimnya pemahaman masyarakat mengenai pola makan sehat. Selain itu, keterbatasan dalam pengolahan dan penyediaan



makanan bergizi juga menjadi faktor penting. Oleh karena itu, teknologi pangan menjadi solusi strategis dalam meningkatkan mutu dan distribusi pangan bergizi.

Tujuan Penelitian ini mencakup 3 aspek yaitu:

1. Menganalisis potensi bahan pangan lokal di Kota Bima sebagai sumber pangan bergizi tinggi.
2. Mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya pengolahan pangan lokal untuk pencegahan stunting.
3. Memberikan contoh praktik baik pengolahan dan konsumsi pangan lokal oleh masyarakat.

Metode Penelitian

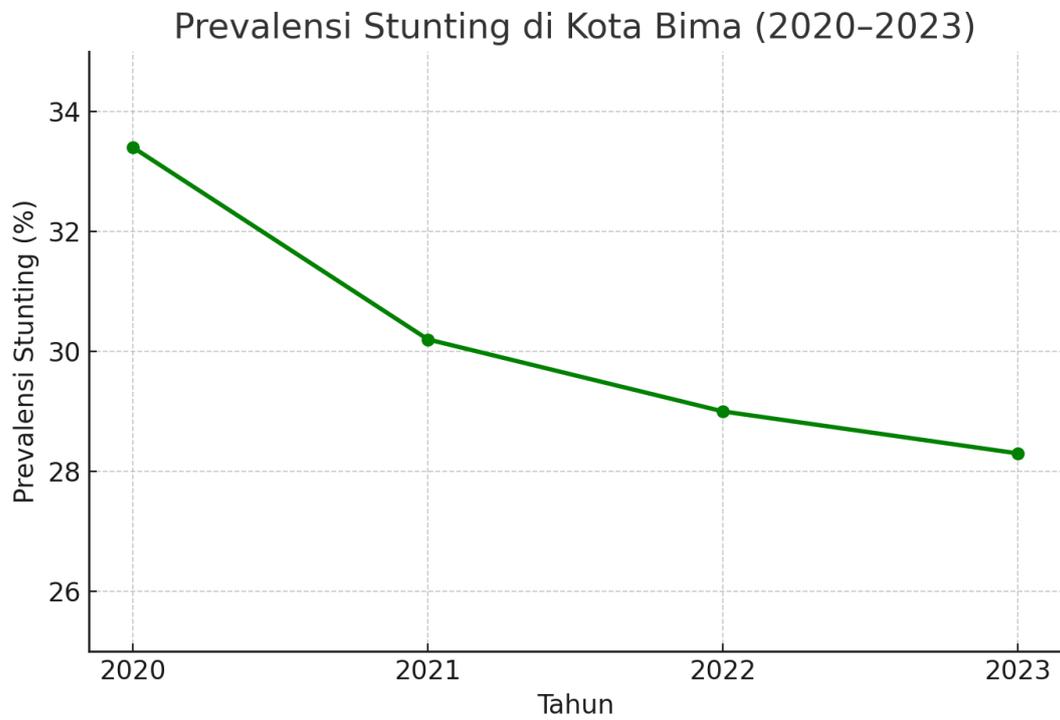
Penelitian ini mengadopsi pendekatan deskriptif kualitatif untuk mengeksplorasi secara mendalam fenomena yang diteliti. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga metode utama: observasi lapangan terhadap kegiatan Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM) serta Posyandu untuk memahami konteks dan praktik yang berjalan; wawancara mendalam dengan 10 informan kunci yang terdiri dari 5 pelaku UMKM dan 5 kader Posyandu untuk memperoleh perspektif dan pengalaman langsung mereka; dan dokumentasi produk olahan pangan lokal yang digunakan dalam Program Makanan Tambahan (PMT) sebagai bukti konkret. Setelah data terkumpul, analisis data tematik diterapkan untuk mengidentifikasi pola, tema, dan dampak yang signifikan dari pengolahan pangan lokal terhadap upaya pencegahan stunting.

Hasil dan Pembahasan

Teknologi pangan dapat berperan dalam beberapa aspek utama, yaitu: (1) Fortifikasi: Penambahan mikronutrien penting seperti zat besi, zinc, dan vitamin A dalam makanan pokok seperti tepung, garam, dan minyak goreng dapat mencegah defisiensi gizi mikro yang berkontribusi pada stunting. (2) Diversifikasi Pangan Lokal: Penerapan teknologi pengolahan pada sumber pangan lokal seperti daun kelor, ikan laut, dan ubi-ubian dapat meningkatkan ketersediaan makanan bergizi. Produk seperti biskuit kelor, nugget ikan, dan tepung ubi fortifikasi telah terbukti efektif dalam program pemberian makanan tambahan di Posyandu. (3) Pengemasan dan Distribusi: Inovasi teknologi dalam pengemasan (vakum, steril, biodegradable) membantu memperpanjang masa simpan makanan bergizi dan memungkinkan distribusi ke daerah-daerah terpencil di Kota Bima. (4) Produksi UMKM Berbasis Teknologi: Pelatihan dan pendampingan bagi pelaku UMKM pangan di Kota Bima memungkinkan mereka



memproduksi makanan bergizi dengan teknologi sederhana namun efektif. Ini memperluas akses masyarakat terhadap makanan sehat sekaligus mendukung perekonomian lokal.



Grafik 1. Prevalensi Stunting Kota Bima Tahun 2020–2023

Pada grafik 1 menggambarkan bahwa terjadi penurunan angka stunting dari 33,4% pada tahun 2020 menjadi 28,3% pada tahun 2023. Salah satu faktor penyebabnya adalah peningkatan intervensi gizi melalui program PMT berbasis pangan lokal.

Tabel 1. Bahan Pangan Lokal dan Produk Olahan Bergizi

Bahan Lokal	Produk Olahan	Kandungan Gizi Utama
Daun Kelor	Biskuit kelor	Zat besi, vitamin A, protein
Ubi Ungu	Tepung ubi, bubur instan	Serat, antioksidan, vitamin C
Ikan Laut	Abon ikan, nugget ikan	Protein hewani, omega-3
Pisang	Pure pisang, keripik	Karbohidrat, kalium
Jagung	Tepung jagung, bubur jagung	Serat, vitamin B kompleks



Produk olahan pada table 1 telah diuji coba dalam program PMT di lima kelurahan dengan angka stunting tinggi. Balita yang menerima asupan makanan ini mengalami peningkatan berat badan 0,5–0,7 kg dan tinggi badan 1–2 cm dalam periode tiga bulan. Daun kelor sangat kaya akan zat besi, vitamin A, dan protein yang penting untuk mendukung sistem imun dan perkembangan otak anak. Dalam bentuk biskuit, kelor mudah dikonsumsi oleh balita dan menjadi alternatif camilan sehat. Mengandung serat dan antioksidan yang tinggi, ubi ungu diolah menjadi tepung dan bubur instan. Kandungan vitamin C-nya membantu penyerapan zat besi, sangat bermanfaat dalam mencegah anemia. Ikan laut merupakan sumber protein hewani berkualitas tinggi dan omega-3 yang berperan penting dalam pertumbuhan otak anak. Produk seperti abon dan nugget ikan menjadi bentuk olahan yang praktis dan menarik bagi anak-anak. Pisang kaya akan energi (karbohidrat) dan kalium yang membantu fungsi otot dan sistem saraf. Dalam bentuk pure dan keripik, pisang menjadi asupan ringan dengan nilai gizi tinggi. Jagung merupakan sumber vitamin B kompleks dan serat, jagung bisa diolah menjadi bubur instan dan tepung. Kandungan nutrisinya mendukung sistem pencernaan dan metabolisme tubuh anak.

Beberapa UMKM di Kota Bima telah memanfaatkan teknologi pengolahan seperti pengeringan dan fortifikasi untuk menghasilkan produk bergizi seperti snack bayi dari beras merah dan kelor. Dalam program pemerintah seperti Program Makanan Tambahan (PMT), produk ini didistribusikan melalui Posyandu. Berdasarkan evaluasi Dinas Kesehatan tahun 2023, anak-anak yang rutin mengonsumsi produk ini mengalami peningkatan berat dan tinggi badan yang signifikan dibandingkan kelompok kontrol.

Meski menjanjikan, pengembangan teknologi pangan dalam penanggulangan stunting di Kota Bima menghadapi beberapa tantangan, antara lain: (a) Rendahnya kapasitas teknologi dan pengetahuan pelaku usaha kecil, (b) Keterbatasan akses modal untuk alat produksi dan bahan baku fortifikasi, (c) Kurangnya sinergi antar sektor kesehatan, pendidikan, dan ekonomi lokal. Untuk itu, beberapa rekomendasi yang dapat diterapkan adalah: 1) Peningkatan pelatihan teknologi pangan untuk UMKM dan kader gizi. 2) Penyediaan insentif dan dukungan modal bagi produsen pangan bergizi. 3) Integrasi program pengentasan stunting berbasis teknologi pangan ke dalam rencana pembangunan daerah.

Kesimpulan

Pengolahan pangan lokal menjadi makanan bergizi tinggi terbukti efektif sebagai upaya pencegahan stunting di Kota Bima. Produk seperti biskuit kelor, abon ikan, dan bubur ubi ungu dapat memenuhi kebutuhan gizi anak dan memberdayakan UMKM lokal. Diperlukan dukungan



dari pemerintah daerah, pelatihan teknologi pangan untuk masyarakat, serta integrasi program pangan lokal ke dalam kebijakan penanggulangan stunting. Teknologi pangan memiliki peran strategis dalam penanggulangan stunting di Kota Bima. Dengan memanfaatkan potensi sumber daya lokal dan inovasi teknologi, Kota Bima dapat meningkatkan status gizi masyarakat dan mengurangi prevalensi stunting secara berkelanjutan. Dukungan dari semua pihak sangat penting untuk memperkuat sistem pangan yang sehat dan berkelanjutan.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Dinas Kesehatan Kota Bima, para kader Posyandu, dan pelaku UMKM yang telah membantu dalam pengumpulan data dan pelaksanaan program intervensi pangan lokal.

Daftar Pustaka

- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI).
- WHO. (2021). Child Growth Standards and Stunting. Geneva: World Health Organization.
- Dinas Kesehatan Kota Bima. (2023). Profil Kesehatan Kota Bima.
- BPS Kota Bima. (2023). Kota Bima Dalam Angka.
- FAO. (2019). Nutrition-sensitive agriculture and food systems. Rome: Food and Agriculture Organization.
- Nuryati, L., & Rachman, F. (2020). Determinan Stunting di Indonesia Timur. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*.
- Masrul, M. (2021). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- UNICEF. (2020). *Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting 2020–2024*