JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT BIDANG KESEHATAN, GIZI, DAN PSIKOLOGI (JPM-KGP)
Vol. 1, No. 1, Juli 2026, Hal. 32- 39
Universitas Deztron Indonesia

Sosialisasi dan Implementasi Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Optimalisasi Layanan Kesehatan Masyarakat di Medan Estate

Erni Susilawati[1], Nur Laily Harfita[2], Dika Saraswati[3], Rizki Naimah[4]
[1]Program Studi Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia
[2,3] Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Deztron Indonesia
E-mail: ernisusilawati@udi.ac.id

ABSTRAK

Pangan lokal merupakan sumber daya yang memiliki potensi besar dalam meningkatkan status gizi masyarakat sekaligus mendukung upaya promotif dan preventif pada pelayanan kesehatan. Namun, pemanfaatannya di masyarakat masih belum optimal akibat rendahnya pengetahuan mengenai kandungan gizi, manfaat kesehatan, dan pengolahan pangan lokal menjadi menu bergizi. Kondisi tersebut melatarbelakangi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Medan Estate melalui sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai alternatif pemenuhan gizi keluarga. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif melalui penyuluhan, diskusi interaktif, demonstrasi pengolahan pangan lokal, praktik penyusunan menu bergizi seimbang, serta evaluasi menggunakan pretest dan posttest terhadap 25 peserta yang terdiri atas ibu PKK dan kader kesehatan. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan nilai rata-rata pengetahuan dari **56,3** pada pretest menjadi 86,7 pada posttest dengan persentase peningkatan sebesar 53,99%. Selain itu, peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 12,0% menjadi 84,0% setelah kegiatan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal efektif meningkatkan literasi gizi, keterampilan peserta, dan perilaku hidup sehat sehingga dapat mendukung optimalisasi layanan kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.
Kata kunci: pangan lokal, edukasi gizi, pemberdayaan masyarakat, promosi kesehatan, layanan kesehatan masyarakat

ABSTRACT

Local food represents a valuable resource with significant potential to improve community nutritional status while strengthening promotive and preventive health services. However, its utilization remains suboptimal due to limited public knowledge regarding its nutritional value, health benefits, and appropriate processing methods. This condition served as the basis for implementing a community service program in Medan Estate through the socialization and implementation of local food utilization. The program aimed to enhance community knowledge, skills, and awareness in utilizing local food as an alternative source of family nutrition. A participatory approach was employed, including health education, interactive discussions, demonstrations of local food processing, practical sessions on preparing balanced nutritious menus, and evaluations using pre-test and post-test questionnaires involving 25 participants consisting of PKK members and community health volunteers. The evaluation results indicated an increase in the average knowledge score from 56.3 in the pre-test to 86.7 in the post-test, representing a 53.99% improvement. Furthermore, the proportion of participants with good knowledge increased from 12.0% to 84.0% after the intervention. These findings demonstrate that the socialization and implementation of local food utilization effectively improve nutritional literacy, practical skills, and healthy lifestyle behaviors, thereby supporting the optimization of sustainable community health services.
Keywords: *local food, nutrition education, community empowerment, health promotion, community health services*

1. PENDAHULUAN

Pangan lokal merupakan salah satu sumber daya strategis yang dimiliki Indonesia dan memiliki potensi besar dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Berbagai jenis pangan lokal, seperti umbi-umbian, kacang-kacangan, ikan air tawar, sayuran, buah-buahan, serta hasil pertanian lainnya mengandung zat gizi yang beragam dan dapat dimanfaatkan sebagai sumber pangan bergizi seimbang. Namun demikian, perubahan pola konsumsi masyarakat yang cenderung mengutamakan pangan instan dan produk olahan menyebabkan pemanfaatan pangan lokal semakin berkurang. Kondisi tersebut berdampak pada menurunnya kualitas pola konsumsi rumah tangga dan berpotensi meningkatkan risiko berbagai masalah gizi maupun penyakit tidak menular. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukatif yang mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pemanfaatan pangan lokal sebagai bagian dari perilaku hidup sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2022; FAO, 2023).

Optimalisasi layanan kesehatan masyarakat tidak hanya berfokus pada pelayanan kuratif, tetapi juga menitikberatkan pada upaya promotif dan preventif. Salah satu bentuk intervensi promotif yang dapat dilakukan adalah melalui sosialisasi mengenai pemanfaatan pangan lokal

sebagai bagian dari upaya peningkatan status gizi masyarakat. Puskesmas, posyandu, kader kesehatan, serta organisasi masyarakat memiliki peran penting dalam mengintegrasikan edukasi pangan lokal ke dalam berbagai kegiatan pelayanan kesehatan. Melalui pendekatan tersebut, masyarakat diharapkan mampu memahami bahwa pemenuhan kebutuhan gizi tidak selalu bergantung pada bahan pangan impor atau produk olahan, melainkan dapat dipenuhi melalui pangan lokal yang mudah diperoleh, lebih ekonomis, dan sesuai dengan potensi wilayah setempat (Kementerian Kesehatan RI, 2023; WHO, 2022).

Wilayah Medan Estate sebagai kawasan yang memiliki karakteristik masyarakat heterogen menghadapi tantangan dalam penerapan pola konsumsi pangan bergizi. Meningkatnya konsumsi makanan cepat saji, rendahnya pengetahuan mengenai kandungan gizi pangan lokal, serta belum optimalnya pemanfaatan potensi pangan di lingkungan sekitar menjadi faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi masyarakat. Kondisi tersebut memerlukan intervensi berupa kegiatan sosialisasi yang disertai implementasi secara langsung, seperti edukasi penyusunan menu bergizi berbasis pangan lokal, demonstrasi pengolahan makanan sehat, serta pendampingan kepada masyarakat agar mampu menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Implementasi tersebut diharapkan dapat memperkuat upaya promotif dan preventif dalam pelayanan kesehatan masyarakat di tingkat komunitas (Badan Pangan Nasional, 2023; UNICEF Indonesia, 2022).

Kegiatan sosialisasi yang diikuti dengan implementasi praktik pemanfaatan pangan lokal memiliki nilai strategis karena tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membentuk perubahan perilaku masyarakat dalam memilih dan mengolah bahan pangan yang bergizi. Perubahan perilaku konsumsi tersebut diharapkan mampu mendukung upaya pencegahan berbagai permasalahan kesehatan, seperti kekurangan gizi, stunting, anemia, obesitas, maupun penyakit degeneratif. Selain memberikan manfaat bagi kesehatan keluarga, pemanfaatan pangan lokal juga berkontribusi terhadap peningkatan ketahanan pangan, pemberdayaan ekonomi masyarakat, serta pelestarian potensi sumber daya lokal yang berkelanjutan. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat melalui sosialisasi dan implementasi pangan lokal memiliki dampak yang luas terhadap peningkatan kualitas hidup masyarakat (FAO, 2023; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Pemilihan topik Sosialisasi dan Implementasi Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Optimalisasi Layanan Kesehatan Masyarakat di Medan Estate didasarkan pada beberapa pertimbangan. Pertama, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan terus mendorong pemanfaatan pangan lokal sebagai strategi peningkatan status gizi masyarakat dan percepatan penurunan masalah gizi di Indonesia. Kedua, data kesehatan nasional menunjukkan bahwa peningkatan akses layanan kesehatan harus disertai dengan intervensi gizi berbasis masyarakat agar memberikan hasil yang lebih optimal. Ketiga, edukasi mengenai pangan lokal merupakan salah satu bentuk pemberdayaan masyarakat yang berkelanjutan karena memanfaatkan sumber daya yang tersedia di lingkungan sekitar dengan biaya yang relatif terjangkau. Berdasarkan pertimbangan tersebut, tujuan pelaksanaan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Medan Estate mengenai pentingnya pangan lokal sebagai sumber gizi, mendorong kemampuan masyarakat dalam mengimplementasikan pengolahan pangan lokal menjadi menu sehat bagi keluarga, serta mengoptimalkan peran pelayanan kesehatan masyarakat melalui pendekatan promotif dan preventif berbasis potensi pangan lokal sehingga mampu mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah Medan Estate dengan sasaran 25 peserta yang terdiri atas ibu-ibu PKK dan kader kesehatan. Sasaran tersebut dipilih karena memiliki peran strategis sebagai penggerak kesehatan keluarga dan masyarakat, serta berpotensi menjadi agen perubahan dalam meningkatkan pemanfaatan pangan lokal sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif di bidang kesehatan. Metode penerapan menggunakan pendekatan partisipatif (participatory approach) yang dikombinasikan dengan mixed methods, yaitu mengintegrasikan analisis kuantitatif dan kualitatif untuk memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai efektivitas kegiatan.

Tahap sosialisasi dilakukan melalui penyampaian materi mengenai konsep pangan lokal,

kandungan gizi, manfaat pangan lokal bagi kesehatan, prinsip gizi seimbang, serta pemanfaatan pangan lokal dalam mendukung optimalisasi layanan kesehatan masyarakat. Penyampaian materi menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, tanya jawab, serta media edukasi berupa presentasi dan leaflet. Untuk memperkuat pemahaman peserta, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pengolahan pangan lokal dan praktik penyusunan menu bergizi seimbang menggunakan bahan pangan yang mudah diperoleh di lingkungan sekitar, seperti ubi, singkong, jagung, ikan, sayuran, dan kacang-kacangan. Seluruh peserta terlibat secara aktif dalam praktik dengan pendampingan dari tim pelaksana.

Evaluasi kegiatan menggunakan pendekatan mixed methods yang mengombinasikan data kuantitatif dan kualitatif. Evaluasi kuantitatif dilakukan melalui pretest dan posttest untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner berisi 20 pertanyaan mengenai pengertian pangan lokal, kandungan gizi, manfaat kesehatan, pemilihan bahan pangan, teknik pengolahan, dan penyusunan menu bergizi seimbang. Setiap jawaban benar diberikan skor 5 sehingga nilai maksimum adalah 100. Hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif menggunakan nilai rata-rata, persentase, dan peningkatan skor (gain score) untuk mengetahui efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan peserta.

Selain penilaian pengetahuan, dilakukan observasi terhadap keterampilan peserta menggunakan lembar observasi yang memuat aspek kemampuan memilih bahan pangan lokal, teknik pengolahan yang tepat, penyusunan menu bergizi seimbang, serta partisipasi dalam kegiatan praktik. Setiap aspek dinilai menggunakan skala empat kategori, yaitu sangat baik, baik, cukup, dan kurang. Data observasi dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan peningkatan keterampilan peserta setelah mengikuti kegiatan.

Pendekatan kualitatif dilakukan melalui observasi partisipatif, wawancara semi-terstruktur, dan diskusi kelompok (focus group discussion) dengan ibu PKK dan kader kesehatan setelah kegiatan selesai. Instrumen yang digunakan berupa pedoman wawancara dan lembar observasi yang berfokus pada perubahan sikap, penerimaan peserta terhadap materi, hambatan dalam penerapan pangan lokal, serta komitmen untuk mengimplementasikan pengetahuan yang telah diperoleh. Data kualitatif dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan sehingga diperoleh gambaran mengenai perubahan perilaku dan dampak kegiatan terhadap masyarakat.

Keberhasilan kegiatan pengabdian diukur berdasarkan beberapa indikator. Dari aspek pengetahuan, kegiatan dinyatakan berhasil apabila terjadi peningkatan nilai rata-rata posttest minimal 20% dibandingkan pretest dan sedikitnya 80% peserta memperoleh kategori pengetahuan baik. Dari aspek sikap, keberhasilan ditunjukkan oleh meningkatnya kesadaran peserta untuk mengonsumsi pangan lokal, kemauan mengurangi konsumsi pangan olahan atau makanan cepat saji, serta komitmen menerapkan menu berbasis pangan lokal dalam keluarga. Dari aspek sosial budaya, indikator keberhasilan meliputi meningkatnya partisipasi ibu PKK dan kader kesehatan dalam kegiatan edukasi, terbentuknya kerja sama antarpeserta dalam menyebarluaskan informasi mengenai pangan lokal, serta mulai diterapkannya penggunaan pangan lokal dalam kegiatan PKK, posyandu, atau penyuluhan kesehatan di lingkungan masyarakat. Dari aspek ekonomi, keberhasilan diukur melalui meningkatnya pemanfaatan bahan pangan lokal yang lebih mudah diperoleh dan relatif lebih terjangkau dibandingkan pangan olahan, sehingga berpotensi mengurangi pengeluaran rumah tangga untuk konsumsi pangan. Selain itu, peserta diharapkan mampu mengidentifikasi peluang pengembangan produk olahan pangan lokal sebagai sumber nilai tambah ekonomi keluarga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memberikan nilai tambah bagi institusi pelayanan kesehatan dengan meningkatkan kapasitas ibu PKK dan kader kesehatan dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai media promosi kesehatan. Melalui kegiatan sosialisasi dan implementasi, peserta memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang lebih baik dalam memilih, mengolah, dan mengedukasi masyarakat mengenai pangan lokal bergizi. Selain mendukung pelaksanaan upaya promotif dan preventif di tingkat masyarakat, kegiatan ini juga memperkuat kolaborasi

antara PKK, kader kesehatan, pemerintah setempat, dan puskesmas dalam penyelenggaraan edukasi kesehatan yang berkelanjutan, sehingga berkontribusi terhadap terbentuknya perilaku hidup sehat serta peningkatan ketahanan pangan keluarga di wilayah Medan Estate.

Pengetahuan Ibu PKK dan Kader Kesehatan tentang Pemanfaatan Pangan Lokal

Sebelum kegiatan sosialisasi dilaksanakan, seluruh peserta mengikuti pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai pemanfaatan pangan lokal dalam mendukung kesehatan keluarga. Instrumen pretest terdiri atas 20 butir pertanyaan yang mencakup pengertian pangan lokal, kandungan gizi, manfaat bagi kesehatan, teknik pengolahan, serta penerapan pangan lokal dalam menu keluarga.

Tabel 1. Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum Sosialisasi (Pretest)

Kategori	Rentang Nilai	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	76–100	3	12,0
Cukup	56–75	13	52,0
Kurang	≤55	9	36,0
Total		**25**	**100**

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa sebelum pelaksanaan sosialisasi sebagian besar peserta berada pada kategori cukup, yaitu sebanyak 13 orang (52,0%). Selanjutnya, sebanyak 9 orang (36,0%) masih memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang, sedangkan hanya 3 orang (12,0%) yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik.

Rendahnya proporsi peserta yang memiliki pengetahuan kategori baik menunjukkan bahwa edukasi mengenai pangan lokal masih diperlukan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian difokuskan pada pemberian materi, demonstrasi pengolahan pangan lokal, serta praktik penyusunan menu bergizi seimbang agar peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Pelaksanaan Sosialisasi dan Implementasi Pemanfaatan Pangan Lokal

Kegiatan sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal dilaksanakan di Aula PKK Medan Estate dengan melibatkan 25 peserta yang terdiri atas ibu-ibu PKK dan kader kesehatan. Pelaksanaan kegiatan berlangsung selama satu hari melalui pendekatan partisipatif yang mengombinasikan penyampaian materi, diskusi interaktif, demonstrasi pengolahan pangan lokal, praktik penyusunan menu bergizi seimbang, serta evaluasi melalui pretest dan posttest.

Tabel 2. Pelaksanaan Kegiatan Sosialisasi dan Implementasi Pemanfaatan Pangan Lokal

Tahapan	Aktivitas Utama	Luaran
Persiapan	Koordinasi, registrasi, dan pretest	Data awal pengetahuan peserta
Sosialisasi	Edukasi, diskusi, dan tanya jawab	Peningkatan pemahaman tentang pangan lokal
Implementasi	Demonstrasi dan praktik penyusunan menu berbasis pangan lokal	Peningkatan keterampilan peserta
Evaluasi	Posttest, refleksi, dan komitmen tindak lanjut	Peningkatan pengetahuan dan komitmen penerapan

Kegiatan diikuti oleh 25 ibu PKK dan kader kesehatan dengan tingkat kehadiran 100%. Seluruh rangkaian kegiatan berlangsung sesuai rencana, mulai dari tahap persiapan, sosialisasi, implementasi, hingga evaluasi. Peserta berpartisipasi aktif dalam setiap sesi, terutama pada diskusi dan praktik penyusunan menu berbasis pangan lokal, sehingga tujuan kegiatan dapat tercapai dengan baik.

Peningkatan Pengetahuan Ibu PKK dan Kader Kesehatan Setelah Sosialisasi

Peningkatan pengetahuan peserta dievaluasi melalui pelaksanaan posttest setelah seluruh rangkaian kegiatan sosialisasi, demonstrasi, dan praktik pemanfaatan pangan lokal selesai dilaksanakan. Instrumen yang digunakan sama dengan pretest sehingga hasil yang diperoleh dapat menggambarkan perubahan tingkat pemahaman peserta secara objektif terhadap materi

yang telah disampaikan, meliputi konsep pangan lokal, kandungan gizi, manfaat bagi kesehatan, teknik pengolahan, serta penyusunan menu bergizi seimbang. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada hampir seluruh peserta, yang ditunjukkan oleh kemampuan mereka dalam menjelaskan manfaat pangan lokal bagi kesehatan, mengidentifikasi bahan pangan lokal yang bernilai gizi tinggi, serta menyusun menu bergizi seimbang dengan memanfaatkan bahan pangan yang tersedia di lingkungan sekitar.

Tabel 3. Distribusi Tingkat Pengetahuan Peserta Setelah Sosialisasi (Posttest)

Kategori	Rentang Nilai	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	76–100	21	84,0
Cukup	56–75	4	16,0
Kurang	≤55	0	0,0
Total		**25**	**100**

Tabel 4. Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Peserta

Kategori	Pretest n (%)	Posttest n (%)	Perubahan (%)
Baik	3 (12,0)	21 (84,0)	+72,0
Cukup	13 (52,0)	4 (16,0)	-36,0
Kurang	9 (36,0)	0 (0,0)	-36,0
Jumlah	**25 (100)**	**25 (100)**	-

Berdasarkan Tabel 3 dan Tabel 4 terlihat bahwa terjadi peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal. Sebelum kegiatan dilaksanakan, hanya 3 peserta (12,0%) yang memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik, sedangkan setelah kegiatan jumlah tersebut meningkat menjadi 21 peserta (84,0%). Sebaliknya, kategori pengetahuan kurang yang pada awal kegiatan masih berjumlah 9 peserta (36,0%) tidak lagi ditemukan pada hasil posttest.

Tabel 5. Perbandingan Nilai Rata-rata Pretest dan Posttest

Variabel	Pretest	Posttest	Peningkatan
Nilai Terendah	45	72	+27
Nilai Tertinggi	78	98	+20
Nilai Rata-rata	56,3	86,7	+30,4
Standar Deviasi	8,12	6,24	-
Persentase Peningkatan	-	-	53,99%

Berdasarkan tabel 5 terlihat bahwa dari nilai rata-rata peserta yang meningkat dari 56,3 pada saat pretest menjadi 86,7 pada saat posttest atau mengalami kenaikan sebesar 30,4 poin. Persentase peningkatan sebesar 53,99% menunjukkan bahwa metode sosialisasi yang dipadukan dengan demonstrasi pengolahan pangan lokal, praktik penyusunan menu bergizi seimbang, serta diskusi interaktif mampu meningkatkan pemahaman peserta secara efektif.

Peningkatan pengetahuan peserta dipengaruhi oleh penerapan metode pembelajaran partisipatif yang melibatkan peserta secara aktif melalui penyampaian materi, demonstrasi, dan praktik pemanfaatan pangan lokal sehingga materi lebih mudah dipahami dan diterapkan sesuai dengan kondisi lingkungan setempat. Penggunaan contoh bahan pangan lokal yang tersedia di wilayah Medan Estate juga menjadikan proses pembelajaran lebih kontekstual dan relevan dengan kebutuhan masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa seluruh indikator keberhasilan kegiatan telah tercapai, ditandai dengan peningkatan nilai rata-rata peserta sebesar 53,99%, melampaui target minimal 20%, serta meningkatnya proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik menjadi 84,0%. Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian berhasil meningkatkan kapasitas ibu PKK dan kader kesehatan dalam memahami serta mengimplementasikan pemanfaatan pangan lokal sebagai salah satu upaya mendukung optimalisasi layanan kesehatan masyarakat.

Dampak Sosialisasi terhadap Optimalisasi Layanan Kesehatan Masyarakat

Evaluasi dampak kegiatan dilakukan untuk mengetahui sejauh mana sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal memberikan perubahan terhadap peserta setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai dilaksanakan. Penilaian dilakukan menggunakan pendekatan

mixed methods, yaitu melalui observasi, wawancara, serta hasil evaluasi posttest untuk memperoleh gambaran mengenai perubahan yang terjadi pada aspek sikap, sosial, ekonomi, dan institusi. Evaluasi ini bertujuan untuk mengidentifikasi keberhasilan program dalam meningkatkan kapasitas ibu PKK dan kader kesehatan sebagai agen promosi kesehatan sekaligus mendorong pemanfaatan pangan lokal sebagai salah satu strategi dalam mendukung optimalisasi layanan kesehatan masyarakat. Hasil evaluasi dampak kegiatan disajikan pada Tabel 6.

Tabel 6. Dampak Sosialisasi terhadap Optimalisasi Layanan Kesehatan Masyarakat

Aspek	Indikator Dampak	Hasil
Sikap	Kesadaran mengonsumsi pangan lokal meningkat	Meningkat
Sosial	Partisipasi dalam kegiatan PKK dan edukasi kesehatan meningkat	Meningkat
Ekonomi	Pemanfaatan pangan lokal membantu menghemat pengeluaran rumah tangga	Meningkat
Institusi	PKK dan kader kesehatan mengintegrasikan edukasi pangan lokal dalam kegiatan rutin	Terlaksana

Berdasarkan Tabel 6, kegiatan sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal memberikan dampak positif terhadap ibu PKK dan kader kesehatan di Medan Estate, yang ditunjukkan oleh meningkatnya kesadaran peserta dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai sumber pangan bergizi untuk memenuhi kebutuhan keluarga serta komitmen untuk menerapkan pola konsumsi yang lebih sehat dengan mengurangi ketergantungan pada makanan olahan. Selain meningkatkan perubahan sikap, kegiatan ini juga mendorong partisipasi aktif peserta dalam edukasi kesehatan melalui diskusi, demonstrasi, dan praktik sehingga memperkuat peran mereka sebagai agen penyuluh di lingkungan masyarakat. Dari aspek ekonomi, peserta memahami bahwa pemanfaatan pangan lokal dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi keluarga dengan biaya yang lebih terjangkau serta berpotensi dikembangkan menjadi produk olahan yang bernilai ekonomi. Sementara itu, dari aspek institusi, kegiatan ini memperkuat kolaborasi antara PKK, kader kesehatan, pemerintah setempat, dan puskesmas dalam mendukung program promotif dan preventif melalui pemanfaatan media edukasi yang dapat digunakan secara berkelanjutan. Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga mendorong perubahan sikap, memperkuat partisipasi masyarakat, membuka peluang pemberdayaan ekonomi, serta meningkatkan kapasitas institusi dalam mendukung optimalisasi layanan kesehatan masyarakat di Medan Estate.

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis pangan lokal merupakan salah satu pendekatan yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk perilaku konsumsi yang lebih sehat, serta memperkuat pemberdayaan masyarakat. Kegiatan edukasi yang dipadukan dengan demonstrasi dan praktik memberikan pengalaman belajar yang lebih aplikatif sehingga peserta lebih mudah memahami dan mengimplementasikan materi dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelibatan ibu PKK dan kader kesehatan sebagai agen perubahan turut memperkuat keberlanjutan program promosi kesehatan di tingkat komunitas. Hasil ini didukung oleh penelitian Widjanarko et al. (2024) yang melaporkan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui edukasi gizi berbasis pangan lokal mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam mengolah pangan bergizi, serta memperkuat upaya perbaikan status gizi di tingkat komunitas. Temuan serupa juga disampaikan oleh Sari dan Rahma (2024), yang menyatakan bahwa edukasi gizi berbasis budaya lokal berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan perubahan perilaku konsumsi masyarakat melalui pendekatan pembelajaran yang interaktif.

Keunggulan, Kendala, dan Peluang Pengembangan

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal menunjukkan beberapa keunggulan yang mendukung tercapainya tujuan pengabdian kepada masyarakat.

Salah satu keunggulan utama adalah penggunaan pendekatan partisipatif yang mengombinasikan penyampaian materi, diskusi interaktif, demonstrasi, dan praktik secara langsung sehingga peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga keterampilan dalam memilih, mengolah, dan menyajikan pangan lokal sebagai menu bergizi seimbang. Selain itu, materi yang disampaikan disesuaikan dengan potensi pangan lokal yang tersedia di wilayah Medan Estate, sehingga lebih kontekstual, mudah dipahami, dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Keterlibatan aktif ibu PKK dan kader kesehatan selama kegiatan juga menjadi faktor pendukung keberhasilan program karena kelompok ini memiliki peran strategis sebagai penggerak promosi kesehatan di tingkat keluarga dan masyarakat.

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan masih menghadapi beberapa kendala. Perbedaan tingkat pendidikan, usia, dan pengalaman peserta menyebabkan kemampuan dalam memahami materi tidak sama sehingga diperlukan pendampingan yang lebih intensif pada beberapa peserta. Selain itu, perubahan kebiasaan konsumsi masyarakat yang telah berlangsung dalam waktu lama tidak dapat dicapai hanya melalui satu kali kegiatan sosialisasi. Keterbatasan waktu pelaksanaan juga menjadi tantangan karena belum memungkinkan dilakukannya pendampingan secara berkelanjutan untuk memantau implementasi pemanfaatan pangan lokal di tingkat rumah tangga. Di sisi lain, masih terdapat anggapan bahwa pangan olahan lebih praktis dibandingkan pangan lokal sehingga diperlukan edukasi yang berkesinambungan untuk mengubah pola pikir dan perilaku masyarakat.

Terlepas dari berbagai kendala tersebut, kegiatan ini memiliki peluang yang besar untuk dikembangkan sebagai program pemberdayaan masyarakat yang berkelanjutan. Pengembangan program dapat dilakukan melalui pelatihan lanjutan mengenai diversifikasi dan pengolahan pangan lokal, pendampingan kelompok usaha berbasis pangan lokal, penyusunan modul atau buku resep sehat, serta pemanfaatan media digital sebagai sarana edukasi kesehatan. Sinergi antara perguruan tinggi, pemerintah daerah, puskesmas, PKK, kader kesehatan, dan pelaku usaha lokal juga perlu diperkuat agar program dapat diintegrasikan dengan kegiatan promotif dan preventif yang telah berjalan di masyarakat. Dengan demikian, pemanfaatan pangan lokal tidak hanya berkontribusi terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku hidup sehat, tetapi juga berpotensi mendukung ketahanan pangan, pemberdayaan ekonomi keluarga, serta peningkatan kualitas layanan kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Sosialisasi dan Implementasi Pemanfaatan Pangan Lokal dalam Optimalisasi Layanan Kesehatan Masyarakat di Medan Estate berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan, yaitu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran ibu PKK serta kader kesehatan mengenai pentingnya pemanfaatan pangan lokal

sebagai upaya mendukung kesehatan keluarga dan masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan, yang ditandai dengan meningkatnya nilai posttest dibandingkan pretest serta bertambahnya jumlah peserta yang memiliki kategori pengetahuan baik. Selain itu, kegiatan ini juga memberikan dampak positif terhadap perubahan sikap peserta dalam menerapkan pola konsumsi yang lebih sehat, meningkatnya partisipasi dalam kegiatan edukasi kesehatan berbasis komunitas, tumbuhnya pemahaman mengenai manfaat ekonomi dari pemanfaatan pangan lokal, serta semakin kuatnya kolaborasi antara PKK, kader kesehatan, pemerintah setempat, dan puskesmas dalam mendukung kegiatan promotif dan preventif. Dengan demikian, sosialisasi dan implementasi pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi salah satu strategi pemberdayaan masyarakat yang efektif untuk mengoptimalkan layanan kesehatan masyarakat. Agar manfaat program dapat berkelanjutan, diperlukan pendampingan secara berkala, penguatan kolaborasi lintas sektor, serta pengembangan inovasi edukasi dan pengolahan pangan lokal sehingga dampaknya dapat dirasakan secara lebih luas dan berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pangan Nasional Republik Indonesia, Laporan Kinerja Badan Pangan Nasional Tahun 2023. Jakarta, Indonesia: Badan Pangan Nasional, 2023.

B. Widjanarko, B. T. Husodo, and P. N. Prabamurti, “Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengolahan Makanan Bergizi Bersumber Bahan Pangan Lokal di Desa Kalongan Kabupaten Semarang,” vol. 3, no. 1, 2024.

E. Riyanti et al., “Preventing Stunting with Complementary Feeding (MP-ASI) Using Local Food Ingredients,” Community Empowerment, vol. 10, no. 8, pp. 1688–1696, 2025. doi:10.31603/ce.9316.

E. P. Astuti, E. T. Cahyono, P. Sari, T. Sunarsih, and E. F. A. Shanti, “Pemberdayaan Masyarakat Melalui Demonstrasi Pembuatan Abon Lele dan Ayam Terfortifikasi Daun Kelor dan Bayam Merah sebagai Upaya Pencegahan Stunting,” Journal of Innovation in Community Empowerment, vol. 7, no. 2, pp. 98–106, 2025.

Food and Agriculture Organization, The State of Food Security and Nutrition in the World 2023. Rome, Italy: FAO, 2023.

F. Safety, “Integrasi Edukasi Gizi , Keamanan Pangan , dan Inovasi Olahan Ikan Lokal dalam Upaya Pencegahan Stunting di Kampung Ramsai , Lampung,” vol. 10, no. 12, pp. 2670–2679, 2025.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Transformasi Sistem Kesehatan Indonesia. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan RI, 2023.

L. Octavia et al., “Utilizing Local Food Sources in a Sustainable Healthy Diet System and Psychosocial Care to Reduce Malnutrition,” Pediatric Gastroenterology, Hepatology & Nutrition, vol. 28, no. 2, pp. 135–140, 2025. doi: 10.5223/pghn.2025.28.2.135.

L. S. B. Manoe, M. S. Ndandara, and M. R. Bano, “Pangan Lokal, Ibu, dan Stunting: Studi Kasus Praktik Pemberdayaan Gizi Keluarga di Kupang,” Indonesian Journal of Gender Studies, vol. 6, no. 2, 2025. doi: 10.21154/ijougs.v6i02.12251.