



**YOGYAKARTA**

► PENCEGAHAN TENGES

**Warga Dilatih  
Olah Makanan  
Bergizi**



NGAMPILAN—Warga Kelurahan Notoprajan, Kemantren Ngampilan diberikan pelatihan mengolah makanan yang memiliki nilai gizi, sehat, beragam, seimbang untuk mencegah *stunting* atau tenges.

Selain mencegah tenges pelatihan ini juga untuk mencegah anemia pada remaja. Pelatihan melibatkan ahli gizi kesehatan Kota Jogja.

Marsih dari Pokja 4 TP PKK Kota Jogja menyebut pelatihan ini juga untuk memastikan orang tua atau pengasuh anak balita sudah benar dalam memperhatikan apa yang dimakan anak balita.

“Asupan makanan yang dimakan anak balita sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak yang benar dapat meningkatkan kecerdasan anak dan tumbuh kembang menjadi normal, serta dapat mencegah kasus *stunting*,” ujarnya saat pelatihan Sabtu (11/3).

Sedangkan dokter Teti dari Pokja 4 TP PKK Kota Jogja mengatakan dalam penanganan kasus *stunting* tidak hanya pola asuh, yang juga harus memperhatikan asupan gizi yang masuk dan pencegahan melalui 1.000 hari pertama kehidupan (HPK).

“Untuk remaja perlu diperhatikan juga asupan makanan yang masuk tidak hanya makan makanan kekinian seperti *fast food*, minuman boba dan lain-lain yang banyak mengandung karbohidrat sehingga banyak ditemukan remaja yang mengidap penyakit diabetes,” ujarnya.

Teti menambahkan asupan karbohidrat yang berlebihan dapat mengganggu kesehatan remaja. Pemandu juga berasal dari Pengurus Pokja 3 PKK Kota yang membimbing praktik pembuatan makanan bergizi bagi peserta ibu hamil (bumil) dan remaja.

Harapan dari pelatihan yang diselenggarakan dapat membantu bumil dan remaja putri dalam memenuhi asupan gizi dalam upaya mencegah *stunting* dan mewujudkan generasi yang berkualitas cerdas dan sehat. ([jogjakota.go.id](http://jogjakota.go.id))



**Pelatihan mengolah** makanan yang memiliki nilai gizi, sehat, beragam, seimbang untuk mencegah *stunting* di Kelurahan Notoprajan, Kemantren Ngampilan, Sabtu (11/3).

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1.	Netral	Segera	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 08 Juli 2026

Kepala

**Ig. Trihastono, S.Sos. MM**

NIP. 19690723 199603 1 005