

Pencegahan Stunting di Desa Karangmulya: Membangun Generasi Sehat dan Berkualitas Sejak Dini

Muhamad Syahwildan^{1*}, Indra Setiawan², Suhendra Suhendra³

^{1,2,3}Universitas Pelita Bangsa

*E-mail : muhamad.syahwildan@pelitabangsa.ac.id

Diterima : 03-03-2025

Direvisi : 21-04-2025

Disetujui : 22-04-2025

Dipublikasikan : 29-04-2025

Abstrak

Perawakan pendek dianggap normal dan umum stunting menjadi salah satu masalah gizi balita yang tidak dikenali oleh masyarakat. Stunting adalah keadaan di mana pertumbuhan dan perkembangan seorang anak terganggu. Indonesia salah satu negara dengan tingkat stunting tertinggi, terutama pada anak-anak dan balita. Desa Karangmulya Kecamatan Bojongmangu ada kegiatan sosialisasi masyarakat tentang program stunting untuk balita, calon ibu, dan ibu hamil. Metode pelaksanaan kegiatan ini adalah tatap muka interaktif. Program Stunting terdiri dari berbagai langkah seperti pengumpulan data, observasi lapangan, pelatihan, dan sosialisasi. Sosialisasi tentang stunting pada anak-anak di SDN 01 Karangmulya, memberi anak paud makanan tambahan yang sehat di KB Al Pikri, sosialisasi tentang cara orang tua murid membuat makanan yang sehat dan bergizi dan sosialisasi stunting di posyandu Karangmulya. Hasil dari program stunting menunjukkan bahwa di Desa karangmulya ada tiga anak stunting, dan ketiga anak tersebut adalah perempuan. Sangat penting untuk memulai pencegahan stunting sejak dini untuk mencegah konsekuensi jangka panjangnya, karena stunting memengaruhi pertumbuhan fisik perkembangan kognitif, dan kesehatan anak. Untuk mencegah stunting sebelum keadaan menjadi lebih buruk pemerintah, masyarakat, dan sektor swasta harus bekerja sama untuk meningkatkan edukasi gizi ibu hamil dan ibu menyusui dan meningkatkan akses ke layanan kesehatan yang lebih baik. Implikasi dari kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis masyarakat melalui edukasi langsung mampu meningkatkan kesadaran dan partisipasi warga dalam pencegahan stunting, serta menjadi langkah awal untuk penguatan sistem pemantauan gizi berbasis lokal.

Kata kunci : Stunting, Anak-Anak, Sosialisasi, Layanan Kesehatan

Abstract

Short stature is often considered normal and common, but stunting remains one of the nutritional issues among toddlers that is not widely recognized by the community. Stunting is a condition where a child's growth and development are impaired. Indonesia is one of the countries with the highest stunting rates, especially among children and toddlers. In Karangmulya Village, Bojongmangu Subdistrict, a community outreach program was conducted to address stunting for toddlers, prospective mothers, and pregnant women. The program's implementation used an interactive face-to-face method. The Stunting Program consists of various steps such as data collection, field observation, training, and socialization. Activities included raising awareness about stunting among elementary school children at SDN 01 Karangmulya, providing healthy supplementary food for preschoolers at KB Al Pikri, educating parents on preparing nutritious and healthy meals, and conducting

stunting awareness programs at the Karangmulya Posyandu. The results of the stunting program revealed that there were three stunted children in Karangmulya Village, all of whom were girls. Early prevention of stunting is crucial to avoid its long-term consequences, as stunting affects physical growth, cognitive development, and overall child health. To prevent stunting from worsening, the government, community, and private sector must collaborate to enhance nutritional education for pregnant and breastfeeding mothers and improve access to better healthcare services. The implications of this activity show that a community-based approach through direct education can increase community awareness and participation in preventing stunting, as well as being an initial step in strengthening the local-based nutrition monitoring system.

Keywords : *Stunting, Children; Socialization, Health Services*

PENDAHULUAN

Pemenuhan gizi masyarakat Indonesia sering menjadi masalah. Masyarakat yang memiliki tingkat perekonomian yang rendah sering mengalami gizi buruk yang dialami oleh sebagian besar masyarakat Indonesia. Stunting, masalah gizi yang sering dibicarakan, menjadi tantangan bagi penduduk yang tinggal di daerah perkotaan untuk mendapatkan pasokan makanan berkualitas (Sairah, 2023). Karena perawakan pendek dianggap normal dan umum stunting menjadi salah satu masalah gizi balita yang tidak dikenali oleh masyarakat. Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak yang ditandai dengan tinggi badan menurut umur di bawah 2 standar deviasi. Stunting dapat dimulai sejak bayi dalam kandungan hingga usia dua tahun. Kegagalan pertumbuhan dapat terjadi pada saat itu karena asupan nutrisi yang tidak cukup dan kondisi kesehatan yang tidak ideal (Hasanah Ayuningtyash, 2021). Kesejahteraan fisik dan vitalitas ibu selama masa remajanya tidak dapat disangkal memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak yang belum lahir. Upaya kami ditujukan kepada ibu hamil, bayi berusia nol hingga dua puluh tiga bulan, dan remaja pranikah untuk melindungi mereka dari segala potensi hambatan terhadap pertumbuhan dan kemajuan janin hingga usia dua tahun. Jadi, agar anak tidak stunting, orang tua harus tahu tentang gizi saat hamil (Jihan Fauziah, 2024).

Stunting harus di tangani secara serius sebagai masalah kesehatan. Priode seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) adalah simpulan penting karena awal yang akan memiliki dampak jangka panjang dan berulang dalam siklus kehidupan. Balita stunting akan mengalami penurunan kecerdasan, produktivitas, dan prestasi setelah beranjak dewasa. Stunting sangat serius karena angka kesakitan dan kematian yang tinggi, penurunan kekebalan tubuh yang membuatnya mudah sakit, dan risiko diabetes, obesitas, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan gangguan kognitif yang buruk pada usia tua. Akibatnya, tindakan pencegahan dan penanggulangan harus diambil segera (Melika Inda Panigoro, 2023). Pemberian gizi yang baik selama seribu hari (HPK) dimulai dari masa konsepsi hingga anak berumur dua tahun sangat penting untuk kesehatan, kesejahteraan, dan kesuksesan anak di masa mendatang. Pemberian gizi yang baik selama masa HPK dapat berdampak pada kemampuan anak untuk tumbuh, belajar, dan keluar dari kemiskinan. Selain itu, pemberian gizi yang baik selama masa HPK dapat meningkatkan produktivitas dan meningkatkan kualitas hidup. Siti Helmyati, tahun 2023

Indonesia salah satu negara dengan tingkat stunting tertinggi terutama pada anak-anak dan balita. Data yang dikumpulkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2024 menunjukkan bahwa sekitar 24% orang yang menderita stunting pada tahun 2021 menurun sekitar 3% menjadi 21% pada tahun 2024. Meskipun penurunan, Indonesia tetap menjadi negara tertinggi di dunia dalam hal stunting pada anak-anak dan balita. WHO juga menyatakan bahwa perencanaan program pemerintah untuk mengurangi stunting pada usia balita dan anak-anak bergantung pada minimal standar target stunting, yaitu di bawah 20% dari masalah tersebut. Fanny, 2024. Peraturan Presiden nomor 72 tahun 2021 pasal 5 ayat (1) menetapkan target optimis prevalensi stunting 14% pada tahun 2024 untuk menurunkan stunting di Indonesia. Selain itu, stunting termasuk dalam salah satu target pembangunan berkelanjutan (SDGs) yang termasuk dalam tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2, yaitu untuk menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi. Ali Khomsan (2018). Prabowo Subianto terpilih sebagai Presiden Republik Indonesia pada tahun 2024, program makan siang bergizi gratis sebagai upaya untuk mengurangi tingkat stunting di Indonesia. Program ini akan dimulai secara bertahap, dengan prioritas khusus untuk siswa sekolah menengah atas, warga, santri pondok, ibu hamil, dan anak di bawah umur. Tujuan dari program ini yang memberikan bantuan gizi gratis berupa makanan dan susu, adalah untuk meningkatkan kualitas gizi anak sekolah dan meningkatkan perekonomian nasional. Program ini diharapkan dapat mengurangi angka stunting dan gizi buruk pada anak-anak Indonesia dan meningkatkan sumber daya manusia Indonesia untuk mencapai generasi emas pada tahun 2045. Berdasarkan hasil pengamatan lapangan dan data awal yang diperoleh dari Posyandu serta Dinas Kesehatan, Desa Karangmulya memiliki potensi risiko stunting yang cukup nyata, ditandai dengan rendahnya pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang dan minimnya intervensi berkelanjutan. Kondisi geografis yang relatif terpencil, akses informasi yang terbatas, serta keterbatasan sarana kesehatan menjadikan desa ini sebagai lokasi yang relevan dan urgen untuk dijadikan sasaran program penyuluhan dan pencegahan stunting. Oleh karena itu, kegiatan ini diprioritaskan untuk meningkatkan literasi gizi dan membangun kesadaran kolektif masyarakat terhadap pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Dengan demikian, kami memutuskan untuk melakukan program penyuluhan dengan tema Pencegahan Stunting di Desa Karangmulya: Membangun Generasi Sehat dan Berkualitas Sejak Dini berlokasi di Desa Karangmulya Kecamatan Bojongmangu. Tujuan dari program ini untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang stunting dan pentingnya menjaga asupan gizi yang seimbang untuk mencegah stunting.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diadakan di Desa Karangmulya, Kecamatan Bojongmangu, selama satu minggu dari 07 April hingga 14 April 2025. Penyuluhan stunting dilakukan secara tatap muka dengan menggunakan media pembelajaran *powerpoint* untuk membantu peserta memahami materi yang disampaikan. Kegiatan ini melibatkan dosen dan mahasiswa Universitas Pelita Bangsa dengan peserta meliputi wanita hamil, ibu menyusui, anak-anak sekolah, dan masyarakat umum. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini beragam. Selain presentasi menggunakan *powerpoint* penyuluhan juga memanfaatkan diskusi kelompok terfokus (FGD) untuk membahas masalah stunting secara mendalam. Demonstrasi praktis diberikan untuk menunjukkan cara pembuatan makanan bergizi dengan bahan lokal sementara simulasi dan *role-playing* digunakan untuk

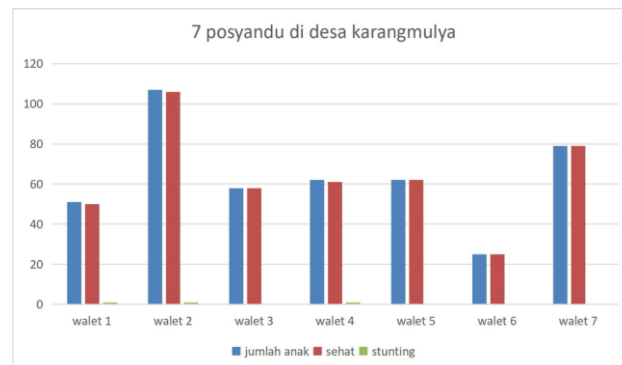
mengedukasi pola asuh yang baik. Untuk anak-anak disediakan kegiatan interaktif berupa permainan edukasi tentang pentingnya makanan sehat. Selain itu *leaflet* dan video edukasi juga dibagikan sebagai pendukung materi. Penyuluhan dimulai dengan identifikasi masalah stunting di Desa Karangmulya melalui survei lokasi. Setelah lokasi yang memenuhi kriteria diidentifikasi, perizinan diperoleh dari pihak terkait. Penyampaian materi diakhiri dengan wawancara antara peserta dan narasumber yang terdiri dari dosen dan mahasiswi Program Kesehatan Masyarakat Universitas Pelita Bangsa. Kegiatan ini dirancang untuk memastikan semua peserta, termasuk ibu-ibu yang memiliki balita, calon ibu, anak usia sekolah, dan kader posyandu, mendapatkan pemahaman yang komprehensif. Untuk mengukur dampak kegiatan, dilakukan evaluasi pre-test dan post-test terhadap peserta penyuluhan menggunakan kuisioner tertutup dan terbuka yang mengukur perubahan tingkat pengetahuan seputar stunting, asupan gizi, dan pola pengasuhan. Selain itu, indikator partisipasi seperti kehadiran peserta, keterlibatan dalam diskusi, dan antusiasme dalam sesi praktik juga dicatat oleh tim pelaksana. Wawancara mendalam dilakukan pada akhir program untuk mengetahui persepsi peserta terhadap materi dan dampak penyuluhan terhadap rencana perubahan perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari. Beragam metode yang digunakan bertujuan untuk menciptakan perubahan perilaku positif dalam upaya pencegahan stunting di Desa Karangmulya.

HASIL

Penyuluhan tentang program pencegahan stunting pada bayi dan balita adalah bagian dari kegiatan pengabdian masyarakat ini. serta menambahkan makanan tambahan ke menu untuk mengurangi stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh semua orang tua bayi dan balita di wilayah Desa Karangmulya. Hasil observasi kami menunjukkan bahwa sedikitnya tiga anak balita perempuan di Desa Karangmulya ini terkena stunting. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu dan keluarga tentang gizi seimbang selama kehamilan pentingnya ASI eksklusif, MPASI, dan tumbuh kembang balita. Dosen dan mahasiswa merencanakan beberapa program kerja untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang program pencegahan stunting pada bayi dan balita, belajar membuat makanan pendamping ASI dan meningkatkan peran sertanya dalam pencegahan stunting dengan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak. Berikut adalah jumlah anak yang diberikan kepada setiap posyandu di Desa Karang Mulya.

Tabel 1 Jumlah anak Desa Karang Mulya

Nama Posyandu	Jumlah Anak
Wallet 1	51
Wallet 2	107
Wallet 3	58
Wallet 4	62
Wallet 5	62
Wallet 6	25
Wallet 7	79



Gambar 1. Posyandu Desa Karangmulya

Berdasarkan data pada diagram di atas Jumlah Anak Stunting Di Desa Karangmulya teridentifikasi sebanyak tiga anak yang mengalami stunting. Anak-anak yang mengalami stunting tersebar di tiga posyandu berbeda antara lain :

Tabel 2. Anak-anak yang mengalami stunting tersebar di tiga posyandu

Nama Posyandu	Jumlah Anak
Posyandu Wallet 1	1
Posyandu Wallet 2	1
Posyandu Wallet 4	1

Meskipun presentase anak stunting relatif rendah masalah ini perlu ditangani. Anak-anak yang terkena stunting memerlukan perawatan yang tepat agar mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Perawatan tersebut dapat dilakukan melalui pendekatan gizi terpadu, termasuk pemberian makanan tambahan bergizi, pemantauan pertumbuhan secara rutin, serta penyuluhan kepada orang tua mengenai pola makan seimbang dan perilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu, perawatan medis juga dapat dilakukan apabila anak mengalami komplikasi kesehatan yang berkaitan dengan stunting. Posyandu, sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan di tingkat masyarakat, juga memiliki peran yang sangat penting dalam pencegahan dan penanganan stunting.

PEMBAHASAN

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa angka stunting di Indonesia masih cukup tinggi, yaitu 21,6%, meskipun terjadi penurunan dari tahun sebelumnya, yaitu 24,4% pada tahun 2021. Upaya besar diperlukan untuk mencapai target penurunan stunting pada tahun 2024 sebesar 14%. Ini terlihat dari prevalensi stunting dalam kelompok usia berdasarkan hasil SSGI tahun 2022, yang menunjukkan bahwa 18,5% bayi dilahirkan dengan stunting sebelum lahir. Survei yang sama juga menemukan bahwa risiko stunting meningkat sebesar 1,6 kali dari kelompok umur 6-11 bulan ke kelompok umur 12-23 bulan, dari 13,7% menjadi 22,4%. Hal ini menunjukkan bahwa sejak usia enam bulan, ada "kegagalan" dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), baik dari segi frekuensi, jumlah, tekstur, dan variasi makanan. Sangat penting untuk mengawasi dan memastikan bahwa anak memiliki jumlah energi dan protein yang cukup untuk mencegah stunting.

Menurut Departemen Kesehatan, 2024. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia faktor-faktor yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan termasuk infeksi, kesehatan dan gizi ibu yang buruk, praktik pemberian makan bayi dan anak kecil yang tidak memadai, dan kesehatan ibu sebelum, selama, dan setelah kehamilan. Faktor-faktor ini berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan awal anak, dimulai sejak dalam kandungan. Kekurangan gizi ibu yang diperkirakan berdasarkan berat badan lahir yang rendah, merupakan 20% dari hambatan pertumbuhan intrauterin. Kehamilan remaja, perawakan pendek, dan jarak kelahiran pendek adalah penyebab lain yang menghambat pertumbuhan ibu. Ini mengganggu pasokan nutrisi janin karena tuntutan pertumbuhan ibu yang terus-menerus.

Tindakan yang dapat diambil untuk mengurangi angka stunting di berbagai bidang Untuk menjamin pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat, pertama-tama meningkatkan praktik pemberian ASI yang ideal. Inisiasi awal dan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan melindungi dari infeksi saluran pencernaan yang dapat menyebabkan kekurangan nutrisi yang parah dan akibatnya stunting. Meningkatkan kualitas pola makan anak-anak adalah intervensi kedua yang paling efektif untuk mencegah terhambatnya pertumbuhan selama periode pemberian makanan pendamping.

Banyak faktor yang memengaruhi stunting termasuk faktor rumah tangga, lingkungan, sosial ekonomi, dan budaya. Untuk mengurangi stunting intervensi langsung terhadap gizi harus dilakukan bersamaan dengan intervensi yang peka terhadap gizi. Misalnya untuk mencegah infeksi praktik rumah tangga seperti mencuci tangan dengan sabun diperlukan dan keberhasilan dari praktik ini bergantung pada perubahan perilaku di masyarakat.

Stunting memiliki dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek termasuk gagal tumbuh, masalah perkembangan kognitif dan motorik, ukuran tubuh yang tidak ideal, dan masalah metabolisme. Dampak jangka panjang termasuk penurunan kapasitas intelektual. Menurut Sajidah Hardiyanti Khalid (2022), hambatan kognitif dan motorik dapat menyebabkan kemampuan untuk menyerap pelajaran di usia sekolah, yang berdampak pada produktivitasnya saat dewasa.

Fokus dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu anak balita tentang cara mencegah stunting. Divisi 5 akan merencanakan beberapa program kerja di Desa Karangmulya bersama dengan pihak terkait seperti Sekolah Dasar, Taman Pendidikan Kanak-Kanak, dan Kader Posyandu. Ini adalah langkah awal kami dalam upaya pencegahan stunting di Desa Karangmulya. Daftar berikut menunjukkan beberapa program kerja yang telah kami jalankan dengan sukses, yang diterima dengan baik oleh masyarakat Desa Karangmulya.

Sosialisasi Kesehatan Tentang Stunting Di SDN 01 Karangmulya

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 09 April 2025 pukul 09.00 Wib, Sosialisasi ini diikuti oleh adik adik kelas 2, 3, dan 4 kami senang ketika adik adik SDN 01 Karangmulya ini menyambut kedatangan kami dengan sangat antusias. Sosialisasi ini diawali dengan tanya jawab singkat guna menguji pengetahuan anak anak terkait apa saja menu makanan sehat yang biasa mereka konsumsi. Selanjutnya pemaparan materi menu makanan bergizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting serta bagaimana praktik cuci tangan dengan benar.

Sosialisasi menu makanan sehat pencegah stunting di sekolah dasar merupakan langkah penting dalam upaya meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup anak-anak. Dengan melibatkan berbagai pihak, seperti siswa, guru, orang tua, dan komunitas, diharapkan program

ini dapat berjalan efektif dan memberikan manfaat yang berkelanjutan. Melalui sosialisasi interaktif ini tidak hanya materi yang kami sampaikan tetapi anak-anak diajarkan untuk mengadopsi kebiasaan sehat seperti mencuci tangan dengan benar dan memilih makanan bergizi. Ini membantu membentuk pola hidup sehat yang dapat mengurangi risiko stunting di masa depan.



Gambar 2. Foto Bersama Di SDN 01 Karangmulya

Program Pemberian makanan tambahan (PMT) di KB AL PIKRI

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 10 April 2025 pukul 07.30 wib bertempat di kb Al Pikri Desa Karangmulya pada kesempatan kali ini kami dari divisi 5 tidak hanya memberikan makanan tambahan berupa bubur kacang hijau untuk anak-anak usia dini tetapi juga memberikan edukasi kepada orang tua terkait bagaimana cara mengolah makanan tambahan yang bergizi sebagai upaya pencegahan stunting karena tidak sebagian masyarakat masih menganggap bahwa makanan yang sehat dan bergizi memiliki harga yang mahal, padahal makanan yang sehat dan bergizi tergolong murah dan mudah didapatkan asalkan dapat diolah dengan benar. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) merupakan bentuk kegiatan pemberian makanan kepada balita dengan tujuan untuk mengatasi masalah gizi yang terjadi pada Masyarakat. Anak usia dini merupakan seorang individu yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan. Pemberian gizi yang cukup dan seimbang sangat dibutuhkan untuk menunjang pertumbuhan, perkembangan dan kecerdasan anak tidak hanya itu gizi juga berpengaruh untuk pertumbuhan spiritual dan intelektual Orangtua maupun pendidik perlu memperhatikan gizi yang harus terpenuhi karena dapat berpengaruh pada perkembangan anak

Formula yang diberikan pada anak yang mengalami gizi buruk atau kurang sesuai standar yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO) adalah terbuat dari bahan minyak, gula, susu, air serta tepung. Selain itu PMT dapat dibuat sendiri dengan komposisi yang mengandung asupan energi dan protein dan terbuat dari bahan-bahan yang mudah diperoleh oleh masyarakat dengan biaya yang terjangkau,

Pemberian makanan tambahan memiliki manfaat yang penting bagi anak, khususnya balita yang telah memasuki fase pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI). Tujuannya adalah untuk meningkatkan status gizi anak, mencukupi kebutuhan zat gizi agar tercapai kondisi gizi yang optimal sesuai usia, serta memulihkan keadaan gizi dan kesehatan anak sebagaimana ditegaskan oleh Persatuan Ahli Gizi Indonesia (PERSAGI, 2009). Namun, penting untuk diingat bahwa makanan tambahan ini bukanlah pengganti MPASI, melainkan sebagai pelengkap. Terdapat beberapa jenis makanan tambahan yang sangat dianjurkan untuk diberikan kepada balita karena kandungan nutrisinya yang tinggi dan manfaatnya terhadap tumbuh kembang anak.

Salah satu contohnya adalah alpukat, buah bergizi tinggi yang mengandung lemak sehat, serat, potasium, asam folat, dan vitamin E yang bermanfaat dalam meningkatkan fungsi otak bayi. Yoghurt tawar juga merupakan pilihan yang baik karena kaya akan kalsium dan protein, serta mengandung kultur bakteri probiotik seperti *Lactobacillus* yang penting untuk kesehatan pencernaan anak, terutama bagi yang mengalami diare atau sembelit. Pastikan yoghurt yang dipilih adalah yoghurt tawar tanpa tambahan gula. Selanjutnya, ikan teri juga menjadi sumber nutrisi unggulan karena mengandung vitamin B3, selenium, zat besi, kalsium, dan omega-3 yang sangat baik untuk kesehatan jantung, kekebalan tubuh, serta pertumbuhan tulang. Ikan ini sebaiknya dipilih dalam bentuk segar atau basah, bukan yang asin atau kering.

Selain itu, bubur kacang hijau merupakan makanan yang kaya serat, karbohidrat, protein, zinc, dan asam folat, sehingga membantu mendukung perkembangan mikrobioma usus bayi, mengurangi risiko sembelit, dan menunjang sistem kekebalan tubuh serta perkembangan saraf. Terakhir, abon seperti abon ayam, daging, atau ikan, juga menjadi salah satu makanan tambahan yang direkomendasikan Kementerian Kesehatan RI. Abon mengandung protein berkualitas tinggi dan zat besi untuk pembentukan sel darah merah, serta zinc yang berperan penting dalam meningkatkan sistem imun anak.

Melalui pemberian makanan tambahan yang tepat dan bergizi, diharapkan status gizi anak dapat terus meningkat, mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal, serta menurunkan risiko stunting dan masalah gizi lainnya. Pemberian Makanan Tambahan bagi Ibu dan Anak sangatlah penting untuk meningkatkan status gizi yang baik untuk generasi yang akan datang. Pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat pentingnya menangani gizi yang kurang baik dengan mengonsumsi makanan tambahan yang berbagai macam olahan yang tentunya memberikan dampak yang baik untuk kelangsungan tumbuh kembang anak.



Gambar 3. Foto bersama guru KB AL FIKRI

Penyuluhan Gizi Seimbang Dan Perbaikan Pola Asuh Di Posyandu Walel 4 Desa Karangmulya

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 12 April 2025 pukul 07.30 wib di posyandu walel 4 desa karangmulya. Kegiatan ini diawali dengan pengumpulan data, pengukuran tinggi badan dan berat badan bayi atau balita selain itu kami juga berkerjasama dengan mahasiswi Kesehatan masyarakat universitas esa unggul sebagai pemateri untuk memberikan

edukasi terkait gizi seimbang dan perbaikan pola asuh bagi calon ibu dan ibu menyusui. Ibu memegang peranan penting dalam pemenuhan gizi balita. Ibu adalah sosok yang bertanggung jawab dalam memilih, mengatur dan mengolah makanan keluarga. Untuk itu dibutuhkan pengetahuan gizi yang baik agar makanan yang dikonsumsi keluarga termasuk balita sesuai dengan kebutuhan. Faktor pengetahuan ibu akan berpengaruh pada pola asuh, khususnya pola pemberian makan pada balita. Dalam pengasuhan, pengetahuan ibu dalam menyiapkan makanan sangat berkaitan dengan asupan gizi keluarga. Orang tua terutama ibu akan membentuk perilaku makan serta preferensi terhadap suatu jenis makanan. Perilaku ibu dalam mengasuh balitanya memiliki kaitan yang erat dengan kejadian stunting pada balita. Ibu dengan pola asuh yang baik akan cenderung memiliki anak dengan status gizi yang baik pula, begitu juga sebaliknya, ibu dengan pola asuh gizi yang kurang cenderung memiliki anak dengan status gizi yang kurang pula. Aspek kunci dalam pola asuh terdiri dari perawatan dan perlindungan bagi ibu, pemberian ASI dan MP-ASI, penyiapan makanan, praktik hygiene dan sanitasi lingkungan, dan praktik kesehatan di rumah. Perilaku ibu dalam pemenuhan nutrisi mencakup preferensi makanan, perilaku makanan, dan asupan energi yang sangat berkaitan dengan indeks masa tubuh atau status gizi anak. Ketidaktahuan tentang cara memberikan makan pada anak balita baik dari jumlah, jenis, dan frekuensi pemberian serta adanya kebiasaan yang merugikan Kesehatan (pantangan terhadap satu jenis makanan tertentu), secara langsung dan tidak langsung menjadi penyebab utama terjadinya masalah kurang gizi pada anak

Praktek pengasuhan yang memadai sangat penting tidak hanya bagi daya tahan anak tetapi juga mengoptimalkan perkembangan fisik dan mental anak serta baiknya kondisi kesehatan anak. Pola asuh makan yang memadai berhubungan dengan baiknya kualitas konsumsi makanan balita sehingga pada akhirnya akan mempengaruhi status gizi balita. Pemberian ASI maupun MP-ASI yang kurang dan terlalu dini dapat meningkatkan risiko stunting karena bayi cenderung lebih mudah terkena penyakit infeksi. Hal ini memberi gambaran bahwa pengasuhan pada anak baik praktek pemberian makan, perawatan kesehatan anak serta sanitasi lingkungan mempunyai andil terhadap kejadian stunting.

Stunting itu sendiri tidak hanya berhubungan dengan masalah tinggi badan yang tidak sesuai dengan umur anak, tidak hanya itu kami juga membahas mengenai pentingnya gizi seimbang karena Zat gizi dibutuhkan untuk proses tumbuh kembang balita. pada usia diatas 6 bulan ASI sudah tidak mencukupi zat gizi anak sehingga perlunya pemberian makanan tambahan untuk memenuhi zat gizi tersebut. Namun, pengenalan makanan tambahan pada bayi harus diberikan dengan benar, tepat waktu pemberian, kuantitas maupun cara pengolahan dan penyimpanan makanan. Status gizi balita dipengaruhi oleh pemberian makanan yang seimbang, pemberian ASI Eksklusif dan pemberian makan tambahan yang tepat. Pemberian makanan tambahan yang tidak tepat akan menyebabkan anak mudah terkena penyakit infeksi sehingga pemenuhan nutrisi tidak memadai. Beberapa hasil penelitian menyebutkan terdapat hubungan signifikan antara pola asuh ibu dengan kejadian stunting pada balita baik itu pola asuh makan. bahwa pola asuh ibu yang baik seperti pemberian ASI Eksklusif, pemberian MPASI dengan tepat, melakukan imunisasi dan memberikan stimulus psikososial terhadap anak dapat mencegah anak menjadi stunting, begitu sebaliknya. pola asuh kurang baik berisiko 8,07 kali lebih besar dibandingkan dengan pola asuh baik. Oleh karena itu diperlukan peningkatan pengetahuan ibu tentang bagaimana pola pengasuh yang tepat untuk pencegahan stunting seperti pemberian ASI Eksklusif,

MP ASI yang tepat, pola asuh kebersihan serta pola asuh kesehatan dasar. Selain itu edukasi kepada kader juga harus dilakukan agar kader dapat memberikan edukasi secara berkelanjutan kepada para ibu hamil dan ibu yang mempunyai balita.



Gambar 4. Foto bersama ibu-ibu posiandu wallet 4

KESIMPULAN

Pentingnya upaya pencegahan stunting sejak dini untuk menghindari dampak jangka panjang yang dapat memengaruhi kualitas hidup generasi mendatang. Penyebab utama stunting adalah kekurangan gizi yang terjadi pada kehidupan anak mulai dari masa kehamilan hingga usia dua tahun. Dampak stunting tidak hanya terbatas pada pertumbuhan fisik yang terhambat, tetapi juga berpengaruh pada perkembangan kognitif dan kesehatan anak di masa depan. Pencegahan stunting harus dilakukan sejak dini melalui berbagai upaya yang terkoordinasi. Ini termasuk memastikan asupan gizi yang cukup dan seimbang bagi ibu hamil dan anak, peningkatan akses terhadap pelayanan kesehatan, sanitasi, serta edukasi kepada masyarakat tentang pentingnya gizi dan pola asuh yang baik. Masih ada tantangan dalam pelaksanaan program pencegahan stunting seperti kurangnya pemahaman masyarakat, distribusi bantuan yang tidak merata, dan keterbatasan infrastruktur di daerah terpencil. Selain itu kerjasama lintas sektor, baik dari pemerintah, swasta, maupun masyarakat, sangat diperlukan untuk mengatasi masalah stunting secara menyeluruh. Dengan tindakan yang cepat dan tepat kita bisa mencegah stunting dan memastikan anak-anak Indonesia tumbuh sehat dan memiliki masa depan yang lebih baik. Upaya yang dilakukan pemerintah dalam pencegahan stunting yaitu melalui Pilar Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting Komitmen dan Visi Kepemimpinan, Kampanye Nasional dan Komunikasi Perubahan Perilaku, Konvergensi Program Pusat, Daerah dan Desa, Ketahanan Pangan dan Gizi, Pemantauan dan Evaluasi. Pencegahan stunting menjadi tanggung jawab bersama dan membutuhkan Kerjasama dari berbagai pihak. Adanya hambatan yang terjadi dalam pencegahan stunting, diantaranya keterlambatan informasi yang didapatkan sampai ke daerah, terputusnya informasi, kondisi demografis daerah yang berbeda edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi optimal. Edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi optimal.

Model strategi yang dapat diadopsi di wilayah lain berdasarkan program ini adalah integrasi antara edukasi langsung kepada masyarakat melalui media interaktif dan

demonstrasi, pelibatan lintas sektor dalam sosialisasi, serta pelatihan berbasis kebutuhan lokal yang mengedepankan partisipasi aktif kader posyandu dan ibu-ibu. Strategi ini terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam pencegahan stunting, sehingga dapat dijadikan rujukan dalam pengembangan kebijakan lokal yang lebih kontekstual dan tepat sasaran.

Untuk mencegah stunting sebelum situasi menjadi lebih genting, penting bagi pemerintah, masyarakat, dan sektor swasta untuk bekerja sama dalam meningkatkan edukasi gizi kepada ibu hamil dan ibu menyusui, memperbaiki akses terhadap layanan kesehatan yang berkualitas, serta memastikan ketersediaan air bersih dan sanitasi yang memadai. Program pemberdayaan ekonomi keluarga juga harus diperkuat agar mampu menyediakan kebutuhan gizi anak secara optimal. Dengan pemantauan yang ketat dan intervensi yang tepat sasaran dapat mencegah stunting sejak dini dan menciptakan generasi yang sehat dan produktif di masa depan

UCAPAN TERIMA KASIH

Mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terutama kepada Masyarakat desa Karangmulya atas sambutan hangat dan partisipasi aktif dalam program-program yang kami laksanakan. Kepala desa karangmulya bapak Jaka suteja atas dukungan dan fasilitas yang telah diberikan selama kegiatan berlangsung. DPPM Universitas Pelita Bangsa atas bimbingan dan arahan yang sangat berharga sepanjang proses pengabdian masyarakat. RT/RW desa Karangmulya atas kerjasama dan dukungan dalam penyediaan data dan informasi yang diperlukan. Semoga hasil pengabdian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan program pencegahan stunting di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adistie, F., et al. (2018). Pemberdayaan kader kesehatan dalam deteksi dini stunting dan stimulasi tumbuh kembang pada balita. *Media Karya Kesehatan*, 1(2), 173–184. <https://doi.org/10.24198/mkk.v1i2.18863>
- Amir, N., Ramadhan, R. M., Azzahra, A. S., Sundari, I., Paembonan, J., Zaahirah, N. F., Bissawab, M. N., Senawi, K. P., Embutatoba, S. N. P., & Febrianti, N. R. (2023). Pemberian makanan tambahan (PMT) berupa olahan ikan menjadi nugget sebagai upaya penurunan angka stunting di Desa Patani. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Hasanuddin*, 4(2), 105. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jpmh/article/view/31451/10487>
- Asri Ediyati. (2023, Oktober 19). Mengenal makanan tambahan balita, manfaat, hingga contoh dan estimasi harganya. Diakses 31 Agustus 2024, dari <https://www.haibunda.com/parenting/20231013195216-59-318577/>
- Ayuningtyas, H., et al. (2023). *Status ekonomi keluarga dan kecukupan gizi dengan kejadian stunting*. [Judul jurnal tidak lengkap]
- Fauziah, J., et al. (2023). Stunting: Penyebab, gejala, dan pencegahan. *Jurnal Parenting dan Anak*, 1(2), 11. <https://doi.org/10.47134/jpa.v1i2.220>
- Helmyati, S., Atmaka, D. R., Wisnusanti, S. U., & Wigati, M. (2020). *Stunting: Masalah dan penanganannya*. Pers.UGM. <https://books.google.co.id/books?id=PK3qDwAAQBAJ>
- Irwan, N. A. S. L. (2020). Pemberian PMT modifikasi berbasis kearifan lokal pada balita stunting dan gizi kurang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 38. [PDF]

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Panduan Hari Gizi Nasional ke-64 Tahun 2024*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/panduan-hari-gizi-nasional-ke-64-tahun-2024>
- Khomson, A. (2023). *Intervensi stunting*. IPB Press. <https://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/118332>
- Muchtar, F. (2023). Penyuluhan gizi seimbang balita dengan media leaflet pada ibu balita di wilayah kerja Puskesmas Puuwatu. <https://ejournal.unma.ac.id/index.php/bernas/article/view/7794/4930>
- Panigoro, M. I., et al. (2023). Upaya pencegahan dan penanggulangan stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Tilongkabila. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*, 1(1), 79–91.
- Putri, A. M., Namira, A. R., & Chairunnisa, T. V. (2024). Peran makan siang gratis dalam janji kampanye Prabowo-Gibran dan realisasinya. *Jolasos: Journal of Law and Social Society*, 1(1). <https://rumah-jurnal.com/index.php/jolasos/article/download/79/7>
- Rofiah, K. (2024). Cegah stunting untuk generasi penerus. <https://doi.org/10.31949/jb.v5i2.7794>
- Sairah, S., et al. (2023). Analisis penyebab kejadian stunting pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 3840–3849. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4717>
- Sri Lestari, K. (2023). Edukasi pendampingan pola asuh keluarga dalam upaya pencegahan stunting pada balita. <http://repo.unand.ac.id/41750/>
- Sriama, M., Safinatunnaja, B. Q., & Mardianti, N. L. (2021). Hubungan waktu pemberian makanan tambahan dengan status gizi balita. *JMSWH: Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 2(1), 30. [PDF]
- Tantriati, T. (2023). Evaluasi program pemberian makanan tambahan (PMT) anak usia dini. *Jurnal Obsesi*. <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/4486>
- Utari, F., et al. (2023). Literature review: Analisis pelaksanaan program pencegahan stunting di puskesmas. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(3), 153–163. <https://doi.org/10.14710/mkmi.22.3.153-163>
- WHO. (2021). *Stunting in a nutshell*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/stunting-in-a-nutshell>
- Yesi, N. D. F. S. (2019). Pola asuh ibu dengan angka kejadian stunting balita usia 6–59 bulan. *Jurnal Kebidanan*, 5(4), 382.