

**PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PENCEGAHAN STUNTING
PADA ANAK BALITA DUSUN KALISARI DESA MARGOYOSO**

**Apriana Nur Asyifa¹, Ellisa Noviana Dera², Fitri Nur Mahmudah³,
Rahayu Nur Insani⁴, Septiva Maharani Susanti Putri⁵, Lyna Lestari Indrayanti⁶**
¹⁻⁶Universitas Tidar

¹Apriana.nur.asyifa@students.untidar.ac.id, ²ellisanoviana@students.untidar.ac.id,
³fitri.nur.mahmudah@students.untidar.ac.id, ⁴rahayu.nur.insani@students.untidar.ac.id,
⁵septiva.maharani.susanti.putri@students.untidar.ac.id, ⁶lynalestariindrayati@untidar.ac.id,

Abstract

Stunting is a health problem that has an impact on children's physical growth, cognitive development and future productivity. The public's lack of understanding about balanced nutrition and proper parenting is one of the factors in the high stunting rate. This research aims to increase public awareness through outreach to the people of Kalisari Hamlet, Margoyoso Village, Salaman District, Magelang Regency. This activity involved the Tidar University 2025 KKN team, Margoyoso Village Midwives, and Posyandu Cadres using interactive socialization and discussion methods. The results of the activity show an increase in public understanding of the importance of preventing stunting from an early age. Continuous education programs are needed to ensure preventive measures are applied consistently to support optimal child growth and development.
Keywords: *Stunting, Community Empowerment, Counseling.*

Abstrak

Stunting adalah masalah kesehatan yang berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas anak di masa depan. Kurangnya pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang dan pola asuh yang tepat menjadi salah satu faktor tingginya angka stunting. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat melalui penyuluhan kepada masyarakat Dusun Kalisari, Desa Margoyoso, Kecamatan Salaman, Kabupaten Magelang. Kegiatan ini melibatkan tim KKN Universitas Tidar 2025, Bidan Desa Margoyoso, serta Kader Posyandu dengan metode sosialisasi dan diskusi interaktif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Program edukasi berkelanjutan diperlukan untuk memastikan langkah pencegahan diterapkan secara konsisten demi mendukung tumbuh kembang anak yang optimal.

Kata kunci: *Stunting, Pemberdayaan Masyarakat, Penyuluhan.*

Article History

Received: February 2025
Reviewed: February 2025
Published: February 2025

Plagiarism Checker No 234
Prefix DOI :

10.9765/Krepa.V218.3784

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Krepa.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Krepa



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan tumbuh kembang pada anak yang dipicu oleh kurangnya asupan nutrisi, infeksi berulang, serta minimnya stimulasi psikososial. Jika tinggi badannya terhadap usia lebih dari dua standar deviasi di bawah median Standar Pertumbuhan Anak WHO, anak-anak dianggap terhambat pertumbuhan (*Organization*, 2015). *Stunting* merupakan permasalahan yang banyak dialami oleh anak-anak di negara miskin dan berkembang, termasuk Indonesia. Di negara berkembang seperti Indonesia, *stunting* menjadi isu kesehatan masyarakat yang memerlukan penanganan serius dan berkelanjutan (Indah Budiastutik & Muhammad Zen Rahfiludin, 2019). Prevalensi *stunting* di Indonesia lebih tinggi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti obesitas dan *wasting* (Ariani, 2020).

Pada awal kehidupan, terutama dalam 1000 hari pertama dari konsepsi hingga usia dua tahun, *stunting* memiliki dampak buruk pada perkembangan anak. Kinerja kognitif dan akademik yang buruk, pendapatan dewasa yang rendah, produktivitas yang menurun, serta kemungkinan lebih tinggi untuk mengembangkan gangguan terkait gizi kronis di masa dewasa jika diikuti dengan peningkatan berat badan yang signifikan adalah beberapa akibat dari hal ini (*Organization*, 2015). Penyebab langsung dari *stunting* adalah kurangnya gizi yang dapat meningkatkan morbiditas khususnya pada balita. *Stunting* ini bersifat jangka panjang, sehingga dapat mempengaruhi fungsi kognitif anak-anak, menyebabkan tingkat kecerdasan yang lebih rendah, serta mempengaruhi kualitas sumber daya manusia (Indah Budiastutik & Muhammad Zen Rahfiludin, 2019).

Menurut (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018) berbagai variabel langsung maupun tidak langsung, memengaruhi *stunting*. Asupan gizi yang rendah kesehatan yang buruk adalah penyebab utama *stunting* dan masalah gizi lainnya pada anak-anak. Mengatasi penyebab utama masalah gizi termasuk keamanan pangan, khususnya akses ke makanan yang kaya nutrisi, lingkungan sosial yang mempengaruhi cara bayi dan anak-anak diberi makan, layanan kesehatan untuk pencegahan dan pengobatan, dan kesehatan lingkungan, yang mencakup akses ke air bersih dan fasilitas sanitasi adalah tujuan utama pengurangan *stunting*. Adapun faktor mempengaruhi penyebab tidak langsung masalah *stunting*, mencakup kesenjangan pendapatan dan ekonomi, aktivitas perdagangan, pertumbuhan urbanisasi, dampak globalisasi, sistem ketahanan pangan, perlindungan sosial, layanan kesehatan, pengembangan sektor pertanian, serta penguatan peran perempuan (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018).

Selain itu, *stunting* memiliki efek jangka pendek, termasuk gangguan perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme. Jika *stunting* tidak ditangani dengan tepat sesegera mungkin, konsekuensi jangka panjangnya termasuk perkembangan otak yang terganggu, sistem kekebalan tubuh yang melemah sehingga anak lebih rentan terhadap penyakit, dan risiko metabolik seperti kegemukan, penyakit jantung, penyakit vaskular, dan masalah lainnya. Mencegah *stunting* sangat penting selama periode emas, atau seribu hari pertama kehidupan. Meliputi periode dari saat bayi dalam kandungan hingga usia dua tahun. Fase ini sangat penting untuk tumbuh dan berkembang menjadi anak yang sehat, pintar, dan ideal di masa depan. Ibu hamil harus mendapatkan nutrisi terbaik saat anak dalam kandungan. Selama kehamilan, ibu juga harus menjalani pemeriksaan medis rutin. Untuk mendapatkan nutrisi terbaik, anak baru lahir harus diberi ASI eksklusif hingga enam bulan.

Untuk mengurangi angka *stunting*, pastikan anak-anak tidak diberikan makanan tambahan yang tidak diperlukan. Setelah anak berusia enam bulan, mereka mulai diberikan makanan bernutrisi melalui program Makanan Pendamping Asi (MPASI). Keluarga harus berhati-hati untuk memastikan makanan anak memiliki kandungan gizi yang baik untuk memastikan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Pada setiap fase kehidupan, keluarga sangat penting untuk mencegah *stunting*. mulai dari bayi dalam kandungan, bayi, balita, remaja, menikah, hamil, dll. Hal ini mendukung upaya pemerintah Indonesia untuk mengatasi *stunting* (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa angka *stunting* masih cukup tinggi di negara Indonesia sebesar 21,6%, meskipun pada tahun 2021 *stunting* mengalami penurunan dengan tingkat persentase sebesar 24,4%. Adapun target penurunan *stunting* pada tahun 2024 sebesar 14% diperlukan upaya yang besar untuk mencapainya. 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% (RI, 2024).

Tidak jauh berbeda dengan masyarakat di Dusun Kalisari Desa Margoyoso Kecamatan Salaman Kabupaten Magelang, ini juga membutuhkan pelatihan pencegahan *stunting* untuk mengajarkan semua warga desa. Menurut bidan desa setempat, saat ini ada 20 balita yang terkena *stunting*. Hal ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan masyarakat tentang *stunting* dan kurangnya komitmen ibu dalam pencegahan *stunting*. Oleh karena itu, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberi tahu masyarakat Dusun Kalisari tentang apa itu *stunting*, tanda-tandanya, dan langkah-langkah pencegahannya.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dalam rangka pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 22 Januari 2025 yang berlokasi di Gedung Posyandu Dusun Tubansari, Margoyoso, Kec. Salaman, Kab. Magelang. Selain tim KKN, bidan desa juga berperan aktif dalam kegiatan ini dengan memberikan edukasi tentang pencegahan *stunting* kepada masyarakat, termasuk pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang baik, serta pemantauan tumbuh kembang anak. Dalam kegiatan pengabdian ini, tim KKN menerapkan metode sosialisasi dan penyuluhan yang disertai dengan sesi diskusi interaktif. Kegiatan ini ditujukan kepada ibu yang memiliki balita yang terindikasi *stunting* dengan jumlah peserta sebanyak 19 orang.

Sosialisasi merupakan salah satu metode yang digunakan untuk membentuk dan mempengaruhi pemahaman serta perilaku individu dalam masyarakat (Tianah et al., 2024). Metode ini sering dikaitkan dengan teori peran (*role theory*) karena dalam proses sosialisasi terjadi transfer pengetahuan yang membantu audiens memahami tanggung jawab serta peran yang harus mereka jalankan. Tim KKN menerapkan pendekatan ini karena upaya pencegahan *stunting* bukan hanya menjadi tugas pemerintah dan dinas kesehatan, tetapi juga membutuhkan partisipasi aktif dari masyarakat. Selain itu, melalui kegiatan ini diharapkan adanya umpan balik dari masyarakat, terutama terkait kendala dan permasalahan dalam pemenuhan gizi serta

tumbuh kembang anak. Dengan adanya sesi diskusi, diharapkan dapat ditemukan solusi konkret yang dapat segera diterapkan guna mendukung keberhasilan program pencegahan *stunting*.

HASIL & PEMBAHASAN

a. Tahap Persiapan

Dalam tahap persiapan, langkah pertama yang dilakukan adalah mengkomunikasikan rencana kegiatan kepada mitra, yaitu Bidan Desa dan Kader Posyandu. Tim KKN mengadakan diskusi dengan mitra untuk menentukan tanggal pelaksanaan serta mendapatkan izin penggunaan tempat. Hasil diskusi menetapkan bahwa acara akan berlangsung pada 22 Januari 2025, bersamaan dengan kegiatan Posbindu di Dusun Tubansari. Selain itu, tim juga menyiapkan berbagai perlengkapan yang diperlukan, seperti proyektor, karpet, surat undangan peserta dan materi dalam bentuk presentasi *Powerpoint*. Setelah itu, Tim KKN mengunjungi lokasi kegiatan, yakni rumah salah satu warga di Dusun Tubansari, untuk mengatur dan menyiapkan tempat pelaksanaan acara.

Rancangan Susunan Acara pelaksanaan Program Kerja Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan *Stunting* Pada Anak Balita.

Tabel 1. Rancangan Acara Penyuluhan

Waktu	Acara	Yang Bertugas
8.30 - 09.00	Persiapan	Panitia
09.00 - 09.45	Penyuluhan <i>Stunting</i>	Panitia
09.45 - 10.45	Sesi Tanya Jawab	Bidan Desa
10.45 - 11.00	Sesi Dokumentasi	Panitia

b. Tahap Pelaksanaan

Kemudian dalam tahap pelaksanaannya, seluruh panitia memulai dengan berbagai persiapan, termasuk mendistribusikan camilan sehat untuk peserta yaitu balita dan ibu serta menyiapkan proyektor. Setelah seluruh peserta tiba, acara dilanjutkan ke sesi utama, yaitu pemaparan materi yang disampaikan oleh panitia.



Gambar 1. Kegiatan Penyampaian Materi

Pokok bahasan dalam penyampaian materi yaitu:

1. Pengertian dan dampak *stunting* pada pertumbuhan anak.

Materi ini menjelaskan tentang *stunting* pada anak, termasuk definisinya, dampaknya terhadap pertumbuhan hingga usia dewasa, serta perbedaannya dengan gizi buruk. *Stunting* merupakan gangguan tumbuh kembang pada anak yang dipicu oleh kurangnya asupan nutrisi, infeksi berulang, serta minimnya stimulasi psikososial. Anak yang mengalami *stunting* cenderung memiliki tubuh pendek, lebih rentan terhadap penyakit, dan mengalami penurunan kemampuan kognitif. Selain itu, dijelaskan pula dampak *stunting* dalam jangka pendek maupun panjang. Banyak orang mengira bahwa *stunting* sama dengan gizi buruk, padahal keduanya berbeda. Oleh karena itu, diharapkan para ibu dapat memahami perbedaan tersebut dengan lebih baik.

2. Penyebab *stunting* dan proses terjadinya *stunting*.

Penyuluhan ini menekankan betapa pentingnya periode emas dalam 1000 hari pertama kehidupan bagi pertumbuhan bayi. Dijelaskan bahwa *stunting* dapat mulai terjadi sejak fase pra-konsepsi, yakni ketika seorang remaja yang mengalami kekurangan gizi dan anemia kemudian menjadi ibu. Selain itu, penyuluhan ini juga membahas pemenuhan gizi bagi perempuan sebagai upaya pencegahan *stunting* sejak tahap pra-konsepsi, sehingga siklus terjadinya *stunting* dapat dihentikan lebih awal.

3. Cara pencegahan *stunting*.

Disarankan agar bayi mendapatkan ASI eksklusif hingga usia 6 bulan dan dilanjutkan hingga 2 tahun. Selain itu, selama kehamilan, ibu perlu mengonsumsi makanan kaya protein dan zat besi serta menjaga asupan gizi yang seimbang untuk membantu mencegah *stunting*. Pemberian MPASI yang tepat sesuai dengan usia yang dianjurkan juga berperan penting dalam memenuhi kebutuhan gizi anak.

4. Program “Isi Piringku”.

Program “Cegah *Stunting* dengan Isi Piringku” menekankan pentingnya keseimbangan dalam konsumsi makanan, yang mencakup sumber karbohidrat seperti nasi atau makanan pokok lainnya, sayuran, protein, serta vitamin dari buah-buahan. Selain itu, program ini juga membahas panduan mengenai kandungan protein dalam berbagai jenis makanan serta kombinasi sumber protein yang tepat. Sebagai tambahan, disediakan contoh kreasi menu makanan yang dapat digunakan sebagai solusi ketika anak mengalami Gerakan Tutup Mulut (GTM).



Gambar 2. Foto Bersama Setelah Kegiatan Penyuluhan

Pada sesi kedua penyuluhan, dilakukan diskusi dan tanya jawab, di mana beberapa peserta mengajukan pertanyaan yang kemudian dijawab oleh Bidan Desa. Setelah sesi ini selesai, acara diakhiri dengan penutupan serta sesi dokumentasi. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya upaya pencegahan *stunting* sejak tahap pranikah (pra-konsepsi), sehingga calon orang tua lebih sadar akan pentingnya gizi seimbang dalam mendukung pertumbuhan bayi, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan.

KESIMPULAN

Hasil dari program pengabdian masyarakat ini memberikan kesimpulan yaitu pencegahan *stunting* pada anak balita memerlukan pendekatan menyeluruh serta melibatkan berbagai pihak, terutama masyarakat setempat. *Stunting* merupakan masalah serius yang berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas anak di masa depan. Salah satu faktor penting penyebab angka *stunting* yang tinggi adalah kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang tepat, serta perawatan kesehatan sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Oleh karena itu, pemberdayaan masyarakat melalui edukasi dan penyuluhan menjadi langkah yang sangat penting dalam menanggulangi masalah ini.

Penyuluhan program kerja yang dilakukan kepada masyarakat Dusun Kalisari, Desa Margoyoso, menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas dapat meningkatkan kesadaran serta pemahaman orang tua mengenai upaya pencegahan *stunting*. Dalam kegiatan ini, berbagai informasi mengenai *stunting*, penyebabnya, serta cara pencegahannya disampaikan secara interaktif kepada masyarakat, terutama ibu yang memiliki balita. Metode sosialisasi yang diterapkan memungkinkan masyarakat untuk lebih memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif, makanan pendamping yang bergizi, serta pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala. Selain itu, diskusi yang melibatkan Bidan Desa Margoyoso juga memberikan kesempatan bagi masyarakat untuk mengidentifikasi kendala serta mencari solusi bersama dalam memenuhi kebutuhan gizi anak.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi yang cukup serta pola pengasuhan yang baik dalam mencegah *stunting*. Dengan adanya partisipasi aktif dari tenaga kesehatan, kader posyandu, dan masyarakat, diharapkan langkah-langkah pencegahan dapat diterapkan secara konsisten dan berkelanjutan. Selain itu, penyuluhan mengenai "Isi Piringku" yang telah disosialisasikan dapat menjadi pedoman dalam penyusunan menu makanan sehat bagi anak-anak.

Kesimpulannya, pencegahan *stunting* bukan hanya menjadi tanggung jawab pemerintah serta tenaga kesehatan, tetapi juga membutuhkan keterlibatan aktif dari masyarakat. Pendidikan yang berkelanjutan serta perubahan perilaku dalam pola asuh dan pemeliharaan gizi menjadi kunci utama dalam menurunkan angka *stunting* di Indonesia. Oleh karena itu, program pemberdayaan masyarakat harus terus dilakukan secara berkesinambungan agar setiap keluarga memiliki kesadaran dan kemampuan dalam memberikan asupan gizi yang optimal bagi anak-anak mereka, sehingga generasi mendatang dapat tumbuh dengan sehat, cerdas, dan berdaya saing tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, M. (2020). "Determinan Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita: Tinjauan Literatur". *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 172–186.
<https://doi.org/10.33859/dksm.v11i1.559>
- Indah Budiastutik, & Muhammad Zen Rahfiludin. (2019). "Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang". *Amerta Nutrition*, 3(3), 122–129.
<https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.122-129>
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). "Keluarga Bebas Stunting". In 165 (p. 1).
- Kementerian PPN/ Bappenas. (2018). "Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/Kota". *Rencana Aksi Nasional Dalam Rangka Penurunan Stunting: Rembuk Stunting*, November, 1–51. <https://www.bappenas.go.id>
- Organization, W. H. (2015). "Stunting in a nutshell". <https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>
- RI, K. K. (2024). "Panduan Kegiatan MP-ASI Kaya Protein Hewani Cegah Stunting".
- Tianah, I., Khairi, A. I., Abdullah, A. F. A., & Rizaq, A. D. B. El. (2024). *Pengantar Sosiologi Berbasis Moderasi Beragam*. Alifba Media.