

## PENDIDIKAN GIZI DAN PENCEGAHAN STUNTING BAGI BALITA DI DESA KAPOPO

## NUTRITIONAL EDUCATION AND STUNTING PREVENTION FOR TODDLER IN KAPOPO VILLAGE

Budimah<sup>1</sup>, Muh. Afief Mubayyin<sup>2</sup>, Ananda Aisyah<sup>3</sup>

1. Universitas Muhammadiyah Palu, Indonesia, Email: [budimah1011@gmail.com](mailto:budimah1011@gmail.com)
2. Universitas Muhammadiyah Palu, Indonesia, Email: [afief1994@gmail.com](mailto:afief1994@gmail.com)
3. Universitas Muhammadiyah Palu, Indonesia, Email : [anandaaisyhm@gmailcom](mailto:anandaaisyhm@gmailcom)

---

### ARTICLE INFO

**Keywords:**

Role;  
Nutrition Education;  
Stunting

---

### ABSTRACT

*Stunting is a global health issue that has a significant negative impact on a country. Community empowerment through the role of posyandu cadres and mothers with toddlers is very much needed in efforts to prevent stunting. The aim of this activity is to provide health education about stunting and providing proper nutrition for children under five. This activity was carried out on September 6 2024 at Posyandu Toddlers RW 02 with a target of 3 posyandu cadres and 8 mothers with toddlers posyandu cadres and mothers with toddlers. Health workers together with toddler posyandu cadres are expected to be able to provide education to the public about stunting and proper nutrition for toddlers as an effort to prevent stunting which is carried out regularly at least 3 times a month*

---

---

### INFO ARTIKEL

**Kata kunci:**

Peran;  
Pendidikan Gizi;  
Stunting

---

### ABSTRAK

Stunting merupakan isu kesehatan global yang memiliki dampak negatif yang cukup signifikan bagi suatu. Pemberdayaan masyarakat melalui peran kader posyandu dan ibu dengan balita sangat dibutuhkan dalam upaya pencegahan stunting. Tujuan kegiatan ini yaitu untuk memberikan edukasi kesehatan melalui media Penyuluhan Dan Diskusi tentang stunting serta pemberian gizi yang tepat bagi anak balita. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 6 September 2024 di Posyandu Balita RW 02 dengan sasaran 3 kader posyandu dan 6 ibu dengan balita. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan para kader posyandu dan ibu dengan balita. Tenaga kesehatan bersama kader posyandu balita diharapkan mampu memberikan edukasi kepada masyarakat tentang stunting dan gizi yang tepat bagi anak balita sebagai upaya pencegahan stunting yang dilakukan secara berkala minimal 3 kali dalam sebulan.

---



## PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu hambatan yang paling signifikan dalam mencetak kualitas sumber daya manusia di setiap negara. Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami anak balita akibat kurang gizi dalam jangka waktu yang lama, penyakit infeksi berulang, dan kurang stimulasi secara psikososial. Angka kejadian stunting sebanyak 162 juta terjadi pada anak di bawah umur 5 tahun dan diproyeksikan sekitar 127 juta anak di bawah umur 5 tahun akan terhambat di tahun 2025. Di Indonesia, prevalensi stunting turun dari 24,4% di tahun 2021 menjadi 21,6% di tahun 2022 (Fauzi, 2024)

Stunting memiliki dampak negatif yang cukup penting untuk diatasi. Stunting tidak hanya gagal tumbuh, melainkan juga akan memengaruhi kesehatan jiwa dan mental, serta kecerdasan intelektual. Gangguan tersebut dapat mengakibatkan anak memiliki kemampuan yang rendah untuk belajar, keterbelakangan mental, dan dapat munculnya penyakit-penyakit kronis. Stunting dapat menghambat pertumbuhan ekonomi dan menurunkan produktivitas pasar kerja, sehingga mengakibatkan hilangnya 11% GDP (Gross Domestic Products), mengurangi pendapatan pekerja dewasa hingga 20%, meningkatkan kesenjangan/ inequality sehingga mengurangi 10% dari total pendapatan seumur hidup dan juga menyebabkan kemiskinan antar-generasi. Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi anak menjadi stunting. Faktor yang mempengaruhi stunting yaitu pola asuh, pola makan, pengetahuan orang tua terkait gizi, kesehatan ibu dan anak, partisipasi posyandu, faktor lingkungan, pemberian ASI ekslusif. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menggambarkan bahwa riwayat kehamilan ibu, status gizi anak, pola asuh, pengetahuan ibu dan pemberian ASI eksklusif berpengaruh signifikan terhadap kejadian stunting. (Nugroho, 2023)

Orang tua yang memiliki pengetahuan dan pemahaman gizi yang baik akan memperhatikan pemenuhan gizi dan asupan nutrisi anak-anaknya. Pemenuhan gizi yang kurang baik menjadi salah satu penyebab utama pada angka kejadian stunting. Kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi ini terjadi di seribu hari pertama kehidupan anak. Penyebab masalah gizi ini berhubungan dengan ketahanan pangan khususnya akses terhadap pangan bergizi (makanan), lingkungan sosial yang terkait dengan praktik pemberian makanan bayi dan anak (pengasuhan), akses terhadap pelayanan kesehatan untuk pencegahan dan pengobatan (kesehatan), serta kesehatan lingkungan yang meliputi tersedianya sarana air bersih dan sanitasi lingkungan (Nirmalasari, 2020)



Intervensi gizi spesifik meliputi kecukupan asupan makanan; pemberian makan, perawatan dan pola asuh; dan pengobatan infeksi/ penyakit. Pada anak balita, upaya pemerintah dalam mencegah stunting diutamakan pada pemberian makanan tambahan berupa protein hewani pada anak usia 6-24 bulan seperti telur, ikan, ayam, daging dan susu. Namun, untuk pemberian makanan tambahan (PMT) Balita bagi anak yang sudah terlanjur stunting dianggap tidak akan memberikan pengaruh banyak dalam mengintervensi stunting. Manfaat PMT hanya sebagai perbaikan status gizi tidak bisa mengurangi tingkat stunting Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap ibu tentang makanan tambahan masih kurang baik Permasalahan gizi pada sebagian besar ibu di Indonesia yaitu meliputi gizi kurang, anemia defisiensi gizi dan defisiensi zat gizi mikro seperti vitamin A, seng, iodium, kalsium, vitamin D dan asam folat. Permasalahan tersebut menyumbang besar pada faktor yang mempengaruhi angka kejadian stunting. (Rosyida, 2020)

Petugas kesehatan berperan penting dalam memberikan edukasi tentang pemberian gizi yang tepat pada anak balita. Petugas kesehatan sebaiknya meningkatkan program edukasi kesehatan khususnya tentang stunting agar pengetahuan ibu dapat meningkat dan masalah stunting dapat segera ditanggulangi Materi edukasi dapat meliputi pedoman gizi seimbang untuk balita, prinsip pemberian makan pada balita, persiapan dan penyimpanan makanan yang tepat Pemberian edukasi gizi mengenai stunting dapat dilakukan dengan metode brainstorming (curah pendapat) menggunakan alat bantu leaflet. Edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap orang tua dalam pemenuhan nutrisi anak sehingga dapat menjadi salah satu intervensi alternatif untuk meningkatkan perilaku kesehatan dalam mencegah stunting Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menjelaskan bahwa intervensi edukasi terhadap ibu dengan anak stunting dapat mempengaruhi kualitas sikap serta perilaku ibu da Pengabdian kepada masyarakat menjadi salah satu kegiatan tri darma perguruan tinggi yang dapat membantu para kader posyandu sebagai perpanjangan tangan petugas kesehatan dan orang tua dalam membantu mencegah angka kejadian stunting. (Nuraini, dkk, 2024)

Pelaksanaan kegiatan ini diharapkan Pemerintah Desa dan mahasiswa dapat lebih meningkatkan rasa kepedulian terhadap permasalahan masyarakat dan mampu memberdayakan mereka untuk meningkatkan kesehatan. Kader- kader posyandu balita adalah bagian dari masyarakat yang dapat berkontribusi besar dalam melakukan pencegahan stunting dalam perawatannya. para kader posyandu sebagai perpanjangan tangan petugas kesehatan dan orang tua dalam membantu mencegah angka kejadian



stunting. Berdasarkan pentingnya manfaat kegiatan ini, maka tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi tentang stunting dan pemberian makan yang tepat melalui gizi seimbang pada anak balita kepada para kader posyandu dan ibu dengan balita.



Gambar 1.

Penyuluhan Kesehatan Pertumbuhan gizi oleh Tim BAZNAS

### METODE PELAKSANAAN

Sebagai bagian dari pengabdian masyarakat, TIM pengabdi KKN mengadakan penyuluhan tentang pentingnya gizi pada anak dan pencegahan stunting pada balita dengan mengundang BAZNAS (Badan Amil Zakat) sebagai pemateri penyuluhan kegiatan tersebut. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Jum'at, 6 September 2024 di Desa Kapopo tepatnya di Dusun 2.

#### Penyuluhan Kesehatan Gizi

Mengadakan sesi penyuluhan di Desa Kapopo yang tertuju pada ibu rumah tangga dan balita. Kegiatan ini dilaksanakan pada pagi hari Jum'at dengan melibatkan Dokter, ibu rumah tangga, anak balita, dan mahasiswa KKN.

### PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh 15 peserta terdiri dari 3 kader posyandu dan 6 ibu dengan balita. Hasil pelaksanaan kegiatan ini meliputi Kegiatan yaitu tentang pengetahuan kader dan orang tua balita tentang stunting serta gizi yang tepat untuk anak dalam mencegah terjadinya stunting, pemberian edukasi tentang

gizi yang harus dipenuhi anak pada umur-umur tertentu dengan mempertimbangkan pola makannya agar tidak terjadi kekurangan gizi sehingga menghambat pertumbuhannya. Hal yang dapat diambil dari penyuluhan tersebut adalah sebagai berikut:

### 1. Kesadaran Ibu Rumah Tangga

Ibu rumah tangga yang berada di desa kapopo belum sepenuhnya memahami tentang efek dari stunting atau kekurangan gizi serta bagaimana cara pencegahannya. hal tersebut dikarenakan minimnya pengetahuan dan kurangnya penyuluhan terkait masalah stunting di desa kapopo. oleh karena itu, kesadaran ibu rumah tangga sangat penting. Apabila ibu rumah tangga yang berada didesa kapopo tidak mengetahui cara pencegahannya dengan baik, tidak memberikan asupan yang sesuai, tidak memberi sayuran, daging, protein dan karbohidrat yang terukur, maka akan berdampak buruk bagi pertumbuhan anak yang berada di desa kapopo.

### 2. Peran Kader Posyandu

Peran kader yang berada di desa kapopo sangat penting dalam menjalankan kegiatan Posyandu di desa, karena pelayanan Posyandu tidak dapat terlaksana tanpa keterlibatan aktif oleh para kader. Dalam hal pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak di desa kapopo, kader posyandu memiliki tugas dalam hal gizi anak. Tugas kader posyandu di desa kapopo dalam hal ini adalah melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi/panjang badan, kemudian mencatat informasi tersebut kedalam Kartu Menuju Sehat. Selain itu, kader posyandu di desa kapopo juga bertanggung jawab untuk memberikan makanan tambahan dan vitamin A kepada anak-anak, serta memberikan penyuluhan tentang gizi di desa kapopo. Selain itu di desa kapopo terdapat Pelatihan yang di lakukan para kader posyandu yang dilakukan di desa kapopo guna untuk pemberdayaan yang penting bagi para kader, dengan

tujuan meningkatkan pemahaman dan motivasi mereka terkait masalah gizi pada masyarakat, terutama balita di desa kapopo. Tujuan pelatihan kader untuk memberi kader posyandu pengetahuan mengenai informasi terbaru tentang cara memberikan pelayanan Posyandu di desa kapopo dengan baik. Peningkatan pengetahuan kader posyandu yang berada di desa kapopo dapat dilakukan melalui berbagai metode pelatihan, seperti diskusi, ceramah, dan praktikum yang disampaikan oleh tenaga kesehatan kepada kader. Metode pelatihan ini telah terbukti memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan motivasi kader kesehatan tentang stunting yang berada di desa kapopo.



Gambar 2.

Foto Bersama dengan kader Posyandu dan balita

### 3. Pemberian makanan pendamping asi

Pemberian makanan dilakukan oleh para kader posyandu didesa kapopo pada balita jika anak tersebut merupakan balita yang termasuk ke dalam kategori rawan, yaitu usia 6-24 bulan dengan proporsi badan yang kurang dari anak seusianya. Maka para kader posyandu akan memperhatikan dalam pemberian makanan pada balita usia 6 bulan hingga 2 tahun. Makanan yang diberikan oleh para kader posyadu untuk balita mereka memperhatikan kandungan yang terdapat di dalamnya dan jika makanan tersebut mempunyai kandungan bahan tambahan pangan, maka harus sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan oleh

Permenkes. Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan oleh kader posyandu untuk balita memberikan kontribusi terhadap asupan energi dan protein yang didukung dengan makanan bergizi yang dikonsumsi balita.



Gambar 3.

Diskusi Peserta penyuluhan bersama dokter (BAZNAS) dalam Pencegahan Stunting Pada Balita

### SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan ini berhasil meningkatkan kesadaran ibu rumah tangga tentang pentingnya gizi pada anak dan upaya pencegahan stunting. Kegiatan Pengabdian pada masyarakat dalam memberikan Edukasi tentang stunting dan Pendidikan gizi yang tepat bagi anak balita sebagai upaya pencegahan stunting dengan media Edukasi Serta dapat meningkatkan pengetahuan para kader posyandu dan ibu dengan balita. Kader atau petugas posyandu memiliki peran krusial dalam mendampingi pemberian makanan yang bergizi kepada anak balita serta memperhatikan.

### REFERENCE

- Fauzi, M. Jamil, Said Taufiq, and Fitriani Agustina. "Kuantitas Dan Strategi Pencegahan Stunting di Kabupaten Aceh Utara Tahun 2023." *Jurnal Sehat Indonesia (JUSINDO)* 6.02 (2024).
- Jusliani, Jusliani, and Syahril Syamsuddin. "Tinjauan Efektivitas Intervensi Gizi terhadap Stunting dan Masalah Gizi pada Anak Balita." *Jurnal Riset Sains dan Kesehatan Indonesia* 1.3 (2024)



Nirmalasari, Nur Oktia. "Stunting pada anak: Penyebab dan faktor risiko stunting di Indonesia." *Qawwam* 14.1 (2020)

Nugroho, Muhammad Ridho, Erwin Armeidi, and Meriwati Mahyuddin. "Analysis of Indonesia's Nutritional Status Survey Results 2021–2022: Trend of Stunting Prevalence Rates in the Provinces of South Sumatera and Bengkulu Towards a National Target of 14% in 2024." *Indonesian Journal of Health Research and Development* 1.1 (2023)

Nuraini, Rani, Yulia Irvani Dewi, and Widia Lestari. "Efektivitas Media Edukasi VAS (Video Antisipasi Stunting) terhadap Pengetahuan Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting." *Innovative: Journal Of Social Science Research* 4.4 (2024)

Rosyida, Desta Cahya, Nina Hidayatunnikmah, and Yefi Marliandiani. "Pendampingan Penerapan Pembuatan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) untuk Ibu dan Balita Guna Meningkatkan Kesehatan Ibu dan Anak." *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4.2 (2021)