PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DESA KEMBANGSARI MELALUI EDUKASI GIZI SEIMBANG UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA ANAK BALITA

Nadia Eka Ariyanti[1], Niken Harjutri[2], Muhammad Ilham Aryana Akbar[3], Muhammad Iqbal Tawakkal[4], Nadhila Nazifa Liyana[5], Naufal Rifqi Nugraha[6], Naufal Dhia Irfanudin[7], Naswa Nastaulia[8], Muhammad Rizal[9], Muhammad Isnan Abidin[10], Ibnu Akbar Mubarok[11], Nabila Annisa Eka Rahmawati[12], Muhammad Khotibul Usman[13], Muhammad 'Ubaidur Rohman[14], Muhamad Rifky Adi Saputra[15], Najib Faturahman[16], Nurul Hidayati, S.Si., M.Si.[17]

[1]Universitas Boyolali

Jl. Pandanaran No.405, Dusun 1, Winong, Kec. Boyolali, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah. 57315

nadiaekaariyantii@gmail.com, nikenharjutri@gmail.com, muhammadilhamaryanaakbar@gmail.com, muhammadiqbaltawakkal75@gmail.com, nazifanadhila@gmail.com, naufalnugroho345@gmail.com, naufaldhiairfanudin@gmail.com, naswaanastaulia@gmail.com, rizalriffat05@gmail.com, muhammadisnanabidin@gmail.com, IbnuAkbarMubarok@gmail.com, Rahmawatinabila944@gmail.com, mkusman72@gmail.com, ubaidurrhmn19@gmail.com, adisaputrarifky118@gmail.com, najibfaturahman470@gmail.com, hidayatinuruul@gmail.com

Abstract: *The health problem in Indonesia that is still very significant is the problem of stunting. Especially in areas with inadequate access to health facilities and economic life to meet balanced nutritional needs such as rural areas. Community service activities in Kembangsari Village aim to increase public awareness and insight regarding stunting and the importance of fulfilling balanced nutrition for children through the provision of appropriate complementary feeding as an effort to prevent stunting in toddlers. This program is carried out through interactive socialization and active discussions aimed at the community. This activity emphasizes the importance of education and active participation of the community regarding stunting prevention, which ultimately contributes to the positive impact of healthier child growth and development. After this community service activity, it showed a significant increase in the participants' insight regarding stunting prevention and the practice of providing complementary feeding.*

Keywords*: stunting, balanced nutrition, toddlers, stunting prevention*

Abstrak: *Kondisi permasalahan kesehatan di Indonesia yang masih begitu signifikan yakni permasalahan stunting. Terutama pada daerah dengan akses fasilitas kesehatan dan kehidupan ekonomi yang kurang memadai untuk*

memenuhi kebutuhan gizi seimbang seperti daerah pedesaan. Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Kembangsari ini memiliki tujuan untuk meningkatkan kesadaran dan wawasan masyarakat mengenai stunting serta pentingnya pemenuhan gizi seimbang bagi anak melalui pemberian MPASI yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting pada balita. Program ini dilakukan melalui sosialisasi interaktif dan diskusi aktif yang ditujukan kepada masyarakat. Kegiatan ini menekankan betapa pentingnya pendidikan dan partisipasi aktif masyarakat terkait pencegahan stunting, yang pada akhirnya berkontribusi pada dampak baik tumbuh kembang anak yang lebih sehat. Setelah kegiatan pengabdian ini memperlihatkan peningkatan wawasan peserta kegiatan secara signifikan mengenai pencegahan stunting dan praktik pemberian MPASI.

***Kata kunci**: stunting, gizi seimbang, balita, pencegahan stunting*

Balita atau anak dibawah usia lima tahun begitu lekat hubungannya dengan perkembangan dan pertumbuhan. Penunjang tumbuh kembang optimal pada anak balita, diperlukan konsumsi gizi yang seimbang (Suriany Simamora & Kresnawati, 2021). Pemenuhan gizi baik anak balita begitu tinggi, dikarenakan masa pembentukan tumbuh kembang yang kognitif dan badan yang sehat. Sementara itu kurangnya atau buruknya pemenuhan gizi pada tahun pertama awal tumbuh kembang bisa menjadi risiko, yakni keadaan dimana anak balita menderita tumbuh kembang yang terhambat atau stunting (Wigati et al., 2023).

Stunting adalah bagian dari masalah kesehatan yang sering dihadapi oleh balita. Stunting yaitu keadaan dimana bayi usia dibawah lima tahun kekurangan konsumsi gizi pada rentang waktu yang cukup panjang sehingga balita mengalami gangguan perkembangan yakni berupa gagal tumbuh tinggi dari standar usia (Khoiriyah & Ismarwati, 2023). Akibat dari stunting adalah berkurangnya mutu sumber daya manusia, taraf kekuatan kerja serta taraf kekuatan bersaing yang selanjutnya menjadi penghambat taraf pertumbuhan ekonomi, serta naiknya angka kemiskinan dan ketimpangan (Novianti et al., 2021).

Stunting mempengaruhi mayoritas populasi di Indonesia, dengan angka 37,2%, mencapai 35,6% di tahun 2019 dan 36,8% di tahun 2020. Berdasarkan data dari KemenKes RI, angka stunting di tahun 2020 tercatat 38,9 % (Apriyani et al., 2023). Dalam kurun waktu

tahun 2018 hingga 2021 angka Stunting Nasional menunjukan penurunan. Untuk mencapai target angka stunting sebesar 14% pada tahun 2024, diperlukan penurunan sekitar 10% dalam tiga tahun ke depan, sesuai dengan yang tercantum dalam RPJMN 2020 sampai 2024 dan Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting (Hastuti & Dulame, 2024).

Stunting dapat dialami pada anak-anak balita, yang merupakan tahap penting dalam perkembangan dan pertumbuhan mental serta fisik. Maka dari itu stunting perlu mendapat perhatian serius karena dapat memengaruhi kehidupan anak sampai dewasa, khususnya dalam hal gangguan perkembangan kognitif dan fisik jika tidak ditangani dengan tepat (Hidayatillah et al., 2023). Dalam jangka pendek, stunting dapat menghambat kemampuan belajar akibat kurang optimalnya perkembangan kognitif. Sementara itu, dampak jangka panjangnya meliputi penurunan kualitas hidup di masa dewasa, termasuk berkurangnya peluang untuk mendapatkan pendidikan yang layak, pekerjaan yang baik, dan penghasilan yang memadai. Selain itu, anak yang mengalami stunting juga berisiko lebih tinggi mengakibatkan obesitas di kemudian hari, yang memungkinkan terkena macam penyakit tidak menular, seperti kanker, diabetes, dan hipertensi (Nirmalasari, 2020).

Kondisi Stunting pada bayi usia dibawah lima tahun bisa terjadi lantaran tindakan ibu yang menjadi alasan dalam pengambilan pilihan jenis makanan yang kurang tepat. Pada pemilihan makanan, tercukupinya jumlah asupan makanan yang mencukupi dan berbagai varian asupan makanan ini dapat disebabkan oleh taraf wawasan ibu mengenai asupan makanan dan kandungan nutrisinya (Amalia et al., 2021). Peningkatan wawasan dan pemahaman kepada masyarakat tentang sikap serta tindakan seorang ibu dalam penyeleksian asupan konsumsi makanan sehat bagi bayi usia dibawah lima tahun mampu dilaksanakan dengan adanya proyek kesehatan khalayak salah satunya dengan adanya edukasi mengenai gizi seimbang (Christina et al., 2022).

Pemberian edukasi mengenai gizi seimbang adalah suatu pendekatan edukatif yang bertujuan membentuk perilaku individu atau masyarakat dalam menjaga dan meningkatkan pemahaman mereka mengenai pentingnya gizi yang baik. Salah satu upaya untuk meningkatkan pemahaman gizi seimbang adalah melalui penyampaian edukasi menggunakan metode yang efektif dan menarik sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima dan dipahami dengan optimal (Fadjri et al., 2024).

Salah satu alasan yang bisa secara tidak langsung mendorong kondisi stunting pada anak usia bawah lima tahun yakni berupa aspek asupan, diantaranya ASI dan MPASI. MPASI ialah asupan makan atau minum yang memuat zat nutris dan diberikan pada anak usia 6 sampai 24 bulan untuk mencukupi pemenuhan nutrisi (Widotomo et al., 2021). Pemberian MPASI yang benar adalah usaha yang dapat menyusutkan angka stunting dan memperbaiki keberlangsungan kehidupan anak. MPASI yang tepat dapat mencukupi ketentuan sesuai waktu, bernutrisi lengkap, cukup dan seimbang, aman, serta benar dalam cara pemberian (Purnama & Sulami, 2022).

Desa Kembangsari merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Musuk, Kabupaten Boyolali, Provinsi Jawa Tengah. Menurut data balita dari Posyandu Sumber Waras III Desa Kembangsari menunjukan dari 40 balita, 8 diantaranya mengalami gejala stunting. Stunting ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan kesehatan anak serta memiliki akses daerah yang sulit dijangkau. Mayoritas penduduk Desa Kembangsari berprofesi sebagai petani dengan pendapatan yang relatif rendah sehingga menyebabkan Desa Kembangsari memiliki keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan dan pelayanan gizi yang memadai. Pengabdian kepada masyarakat ini menjadi salah satu kegiatan untuk membantu kader posyandu dalam membantu mencegah peningkatan angka stunting. Melalui kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stunting, meningkatkan kemampuan orang tua dalam merawat anak, serta meningkatkan kualitas hidup anak-anak pada Desa Kembangsari.

METODE

Dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan dengan terjun langsung ke lapangan bersama dengan kader posyandu melalui sosialisasi berupa pemberian edukasi mengenai stunting serta mengenai gizi seimbang dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 10 Desember 2024 dalam cakupan wilayah Kecamatan Musuk yakni pada Posyandu Sumber Waras III, Desa Kembangsari. Sasaran utama dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki balita untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pemberian asupan makanan sehari-hari yang mengandung gizi yang cukup pada balita untuk mendukung tumbuh dan kembang. Setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan ibu balita dapat menerapkan pemberian gizi yang cukup dalam makanan sehari-hari.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi mengenai edukasi gizi seimbang untuk mencegah stunting di Posyandu Sumber Waras III, Desa Kembangsari, Kecamatan Musuk, Kabupaten Boyolali dilakukan dengan sarana presentasi dan diskusi interaktif yang mana memfasilitasi masyarakat yang mengikuti kegiatan untuk saling berbagi pengetahuan tentang pentingnya kesehatan dan gizi seimbang bagi anak. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan berfokus pada penyuluhan mengenai stunting dan pemahaman gizi seimbang yang memenuhi kebutuhan anak balita, pengukuran tinggi badan, penimbangan berat badan, dan pendampingan pemberian bubur MPASI.

Gambar 1. Kegiatan sosialisasi kepada masyarakat Desa Kembangsari

Pada kegiatan ini para perserta yang terdiri dari ibu-ibu masyarakat Desa Kembangsari diberikan materi edukasi berupa informasi mengenai definisi stunting, tanda atau gejala stunting, penyebab stunting, definisi gizi seimbang, pentingnya gizi seimbang, cara mencegah stunting, dampak stunting pada balita, pentingnya pemberian MPASI. Penjelasan mengenai gizi seimbang dalam pencegahan stunting menjadi topik terdepan dalam kegiatan sosialisasi ini.

Gambar 2 Pengukuran berat badan dan tinggi badan balita

Pada kegiatan pengabdian ini juga dilakukan pengukuran tinggi dan penimbangan berat badan dimana kegiatan ini dilakukan untuk mendeteksi tanda awal stunting terjadi. Dalam hal ini ditujukan bagi masyarakat agar memiliki kesadaran dan kepedulian bagaimana pentingnya menjaga kondisi lingkungan sehat bagi anak dan pentingnya pemenuhan gizi yang baik dan seimbang bagi perkembangan anak di sekitar mereka.

Gambar 3 Pemberian MPASI kepada anak balita

Pemberian MPASI yang berupa bubur direalisasikan karena pada dasarnya pola pengasuhan anak yang berbeda-beda menjadikan banyak pemahaman yang belum integratif. Yang mana seharusnya, pemenuhan gizi seimbang anak melalui pemberian MPASI merupakan hal yang wajib di kontrol atau diatur oleh orang tua. Kegiatan ini dilaksanakan agar orang tua terkhusus ibu balita, menjadikan pemberian MPASI kebiasaan yang terkontrol dan teratur, bagaimana pemenuhan gizi yang seharusnya ada dalam makanan anak mereka.

Gambar 4 Kegiatan sosialisasi kepada masyarakat Desa Kembangsari

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan, kader posyandu turut serta dalam penyuluhan dengan membangun komunikasi baik antara orang tua dengan mahasiswa. Dengan peran aktif dari kader posyandu dalam pengarahan keterlibatan masyarakat, kegiatan ini mampu merealisasikan upaya penurunan angka stunting menjadi lebih sedikit dari banyaknya anak yang terdampak stunting di Desa Kembangsari. Kader Posyandu bekerja sama dengan berbagai pihak diantaranya bidan desa, kepala desa, dan organisasi non-pemerintah yang terkait, untuk memperkuat program pencegahan stunting yang terangkum dalam kegiatan penyuluhan ini.

Gambar 5 Foto bersama dengan masyarakat Desa Kembangsari

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat dengan sarana penyuluhan ini menunjukkan bahwa 70% peserta memperlihatkan peningkatan wawasan mengenai pentingnya kesehatan dan gizi yang seimbang pada anak. Dengan jumlah peserta kurang lebih 20 orang ibu dengan balita dari 30 orang keseluruhan orang tua yang memiliki balita juga memperlihatkan bagaimana antusiasme masyarakat pada kegiatan ini. Berdasarkan hasil pengukuran tinggi dan berat badan menunjukkan bahwa 75% anak balita mempunyai kondisi yang baik. Dan 25% sisanya memiliki kondisi tumbuh kembang yang lebih kecil dari standart usianya atau dapat dikatakan stunting.

Pemberian makanan bergizi seimbang pada balita berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan mereka secara optimal. Edukasi mengenai gizi menjadi langkah strategis untuk mencegah stunting pada balita, karena stunting, yang merupakan indikator kegagalan pertumbuhan, dapat menyebabkan berbagai gangguan fungsional. Dampak tersebut mencakup rendahnya perkembangan kognitif dan fisik, serta masalah metabolisme. Karena itu, diperlukan upaya pencegahan, salah satunya dengan melakukan edukasi gizi kepada masyarakat secara langsung, berinteraksi dengan masyarakat sehingga efektif dalam menurunkan angka stunting.

Melalui pemberian edukasi terkait dengan gizi seimbang dalam upaya pencegahan stunting dapat memberikan peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu masyarakat Desa Kembangsari. Sehingga mereka dapat menerapkan hal tersebut dalam pemberian makanan pada balita yang memenuhi kecukupan gizi pada kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN

Kesimpulan dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada Desa Kembangari yang telah dilaksanakan yaitu :

1. Kegiatan sosialisasi ini telah terlaksana dengan baik yang dimana masyarakat mampu memahami mengenai hal-hal yang terkait dengan stunting dan juga pentingnya menjaga pola makan dengan gizi seimbang untuk tumbuh kembang anak.
2. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk program-program lanjutan yang lebih terintegrasi dan berkelanjutan. Sosialisasi serupa diharapkan terus dilakukan untuk menjangkau lebih banyak masyarakat, baik melalui kegiatan tatap muka maupun pemanfaatan teknologi informasi sebagai media edukasi.
3. Kegiatan ini diperlukan adanya evaluasi tindak lanjut setelah dilaksanakan pengabdian masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, I. D., Lubis, D. P. U., & Khoeriyah, S. M. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. *JURNAL KESEHATAN SAMODRA ILMU*, *12*(2), 146–154. https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.153

Apriyani, P., Dikananda, A. R., & Ali, I. (2023). Penerapan Algoritma K-Means dalam Klasterisasi Kasus Stunting Balita Desa Tegalwangi. *Hello World Jurnal Ilmu Komputer*, *2*(1), 20–33. https://doi.org/10.56211/helloworld.v2i1.230

Christina, C., Gunawan, G., Sultanea, R., Lestari, D., Azizah, U., Haniifah, H., Yulatifah, T., Fatimah, R., Muzaki, A., Munir, M., & Farhan, M. M. (2022). Pola Asuh Orangtua Dan Kurangnya Gizi Anak Penyebab Stunting Di Desa Karangduwur, Kalikajar, Wonosobo.

Jurnal Pengabdian Masyarakat Madani (JPMM), *2*(2), 188–195. https://doi.org/10.51805/jpmm.v2i2.88

Fadjri, T. K., Mulyani, N. S., Jamni, T., & Junaidi, J. (2024). Pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan keterampilan kreasi pangan bergizi kepada ibu balita. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, *5*(3A), 831. https://doi.org/10.30867/gikes.v5i3A.1731

Hastuti, W., & Dulame, I. M. (2024). Penyuluhan Masalah Stunting Terkait Pencegahan Masalah dan Masa Depan Indonesia. *Jurnal Abdi Citra*, *1*(2), 130–136. https://doi.org/10.62237/jac.v1i2.151

Hidayatillah, Y., Ar, M. M., Astuti, Y. P., & Kumala, R. S. D. (2023). *Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Desa Aenganyar Kecamatan Giligenting Kabupaten Sumenep*.

Khoiriyah, H., & Ismarwati, I. (2023). Faktor Kejadian Stunting Pada Balita: Systematic Review. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, *12*(01), 28–40. https://doi.org/10.33221/jikm.v12i01.1844

Nirmalasari, N. O. (2020). *Stunting Pada Anak: Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia*.

Novianti, R., Purnaweni, H., & Subowo, A. (2021). *Peran Posyandu Untuk Menangani Stunting di Desa Medini Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus*.

Purnama, Y., & Sulami, N. (2022). *Gambaran Pemberian Menu Sehat Mpasi Dalam Upaya Pencegahan Stunting Di Kabupaten Bima*.

Suriany Simamora, R., & Kresnawati, P. (2021). Pemenuhan Pola Makan Gizi Seimbang Dalam Penanganan Stunting Pada Balita Di Wilayah Puskesmas Kecamatan Rawalumbu Bekasi. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, *11*(1), 34–45. https://doi.org/10.52643/jbik.v11i1.1345

Widotomo, W., Putri, K. A., Siregar, I. Y., Widyanto, D. D., & Santoni, M. M. (2021). *Prediksi Komposisi Bahan Per 100 Gram Makanan Pendamping ASI (MPASI) Menggunakan Extreme Learning Machine (ELM)*.

Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwarto, T. (2023). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Abdimas Indonesia*, *4*(2), 155–162. https://doi.org/10.26751/jai.v4i2.1677