

UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING* MELALUI KEGIATAN PENYULUHAN DI DESA RAHARJA KECAMATAN PURWAHARJA

Ardita Afiani^{1*}, Irma Siti Maharani²

^{1,2}Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Pendidikan Indonesia
*email: *arditaafiani@upi.edu*

Abstract: A stunted child has stunted growth due to sustained malnutrition. One of the causes of stunting is the lack of mapping and access to information about healthy lifestyles that support children's growth. This community service activity aims to increase community understanding about stunting prevention. This community service was carried out by the ten-person KKN team of Universitas Pendidikan Indonesia in Raharja Village, Purwahasra District, Banjar City. Community service activities in Raharja Village include several stages, namely the planning, preparation, implementation and evaluation stages. The targets of this activity were mothers of infants and toddlers and pregnant women in Raharja Village. The result of this activity was that participants gained a better understanding of the selection of food intake that can help prevent and overcome stunting.

Keywords: prevention; stunting; counseling

Abstrak: Seorang anak dengan *stunting* memiliki pertumbuhan yang terhambat akibat kekurangan gizi yang berkelanjutan. Salah satu penyebab *stunting* adalah kurangnya pengetahuan dan akses informasi tentang pola hidup sehat yang mendukung pertumbuhan anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pencegahan *stunting*. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh tim KKN Universitas Pendidikan Indonesia yang berjumlah sepuluh orang di Desa Raharja, Kecamatan Purwahasra, Kota Banjar. Kegiatan pengabdian di Desa Raharja meliputi beberapa tahapan yaitu tahap perencanaan, persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Sasaran kegiatan ini adalah para ibu dari bayi dan balita serta ibu hamil di Desa Raharja. Hasil dari kegiatan ini adalah peserta mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai pemilihan asupan makanan yang dapat membantu mencegah dan mengatasi *stunting*.

Kata kunci: pencegahan; stunting; penyuluhan

PENDAHULUAN

Di Indonesia, *stunting* atau gagal tumbuh hingga dewasa atau kematian akibat kekurangan gizi pada anak di bawah usia lima tahun menjadi salah satu dari banyak masalah kesehatan yang masih ada, diantaranya: Gangguan kognitif yang dapat menghambat kemampuan seseorang untuk belajar. *Stunting* terjadi akibat efek jangka panjang dari kelaparan. Tinggi dan berat badan yang tidak mencukupi. Masalah ini berdampak pada sisa hidup selain gangguan infeksi dan disebabkan oleh kekurangan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan balita. Generasi yang tumbuh dengan normal, yaitu generasi yang tidak mengalami *stunting*, akan lebih cerdas dan kompetitif di bidang pembangunan dan ekonomi (Sulistiyati dkk., 2024).

Malnutrisi menyebabkan *stunting* pada anak, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Terdapat lebih dari 22,4 juta anak balita di Indonesia. Rata-rata 4,9 juta bayi lahir dari 5,2 juta ibu hamil di Indonesia setiap tahunnya. Tiga dari setiap sepuluh anak di bawah usia lima tahun di Indonesia mengalami *stunting* atau memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari rata-rata (Oktavia, dkk dalam Arsayuladi dkk., 2022).

Program KKN yang dilaksanakan oleh Universitas Pendidikan Indonesia berlangsung selama 40 hari pada semester VI bagi mahasiswa S1. Program ini bertujuan agar mahasiswa dapat berkontribusi dan berinteraksi dengan

masyarakat. Salah satu tantangan dalam pembangunan kesehatan di Desa Raharja adalah masalah *stunting*.

Kondisi yang dikenal sebagai *stunting* adalah hasil dari status gizi buruk yang berkelanjutan pada anak selama tahun-tahun awal pertumbuhan dan perkembangannya. Menurut pedoman pertumbuhan WHO, *stunting* diukur dengan *z-score* tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (SD) (WHO, dalam Hidayat & Syamsiyah, 2021).

Berkurangnya pertumbuhan adalah hasil dari *stunting* yang tidak diimbangi dengan pertumbuhan yang cukup. *Stunting* adalah masalah kesehatan masyarakat yang terkait dengan risiko morbiditas dan mortalitas yang lebih tinggi serta tantangan terhadap pertumbuhan mental dan motorik. *Stunting* adalah hasil dari pertumbuhan yang terhenti dan tidak mencukupi, yang menunjukkan ketidakmampuan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal. Hal ini menunjukkan bahwa jika kebutuhan kelompok balita yang lahir dengan berat badan normal tidak terpenuhi dengan baik, mereka dapat mengalami *stunting* (Kemenkes, dalam Ginting dkk., 2022). Anak-anak balita yang menderita *stunting* ditandai dengan kondisi pola makan yang tidak baik, tumbuh lebih pendek daripada anak-anak seusianya (Yadika, dalam Nauval dkk, 2022).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, 30,8% penduduk Indonesia mengalami *stunting*. Target Rencana Pembangunan Jangka

Menengah Nasional (RPJMN) sebesar 19% pada tahun 2024 masih jauh dari angka tersebut. Dalam hal masalah gizi, *stunting* lebih sering terjadi dibandingkan dengan masalah gizi lainnya seperti gizi kurang, kurus, dan obesitas (Kedang dkk., 2023).

Salah satu target dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) adalah *stunting*. Lebih tepatnya, ini adalah tujuan dari SDG kedua, yaitu mencapai ketahanan pangan dan mengakhiri kelaparan serta segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030. Salah satu targetnya yaitu menurunkan angka *stunting* sebesar 40% pada tahun 2025. Pemerintah telah memprioritaskan upaya untuk mengatasi *stunting* untuk memenuhi target ini (Masan, 2021).

Stunting harus dicegah dengan intervensi gizi terpadu, yang mencakup terapi gizi spesifik dan terapi gizi sensitif. Pengalaman global menunjukkan bahwa penerapan intervensi terpadu yang melibatkan banyak sektor dan menargetkan populasi prioritas di wilayah prioritas sangat penting untuk meningkatkan gizi dan perkembangan anak, yang membantu mencegah *stunting* (Kemenkes RI, dalam Lestari & Hanif, 2021).

Di Desa Raharja, berbagai faktor menyebabkan *stunting* pada balita dan anak-anak. Kendala utama yang dihadapi di desa ini adalah minimnya pengetahuan orang tua mengenai pola makan yang tidak seimbang, pola asuh yang kurang tepat, serta penyakit penyerta. Akibatnya, banyak anak mengalami *stunting* yang dapat menjadi tantangan di

masa depan. Hal ini sejalan dengan (Kemenkes, dalam Fitriahadi dkk., 2023) *stunting* juga dapat terjadi sebagai akibat dari nutrisi dan kesehatan yang tidak memadai selama fase prenatal dan pascakelahiran.

Untuk alasan ini, para ibu sangat penting dalam semua bidang yang berkaitan dengan pemberian makan anak. Di antaranya adalah nutrisi keluarga, yang meliputi perencanaan makan, persiapan makanan, dan pemilihan bahan makanan. Tingkat kesadaran gizi seorang ibu memengaruhi sikap dan perilakunya dalam memilih makanan, yang pada gilirannya memengaruhi status gizi keluarganya (Ni'mah & Nadhiroh, dalam Hasanah dkk., 2023).

Namun, *stunting* dapat dihindari dan lebih sedikit anak yang akan menderita *stunting* jika anggota masyarakat diedukasi dan pencegahan, terutama kaum muda dan ibu hamil (Noviasty dkk., dalam Nauval dkk., 2022). Sebagai bagian dari komitmen terhadap Desa Raharja dan untuk menghentikan penyebaran *stunting*, mahasiswa KKN dari Universitas Pendidikan Indonesia hadir untuk menawarkan solusi dan mendukung program pemerintah kecamatan. Pengetahuan masyarakat umum tentang *stunting* pada anak masih kurang. Penyuluhan yang diadakan oleh mahasiswa KKN ini meliputi informasi tentang *stunting*, serta langkah-langkah yang tepat untuk pencegahan dan penanganan *stunting*.

Untuk membantu para ibu memahami *stunting* dengan lebih baik,

kegiatan Posyandu diadakan bersamaan dengan kegiatan penyuluhan ini. Pemahaman para ibu tentang kesehatan gizi anak dapat ditingkatkan dengan pengetahuan yang lebih banyak mengenai *stunting*. Selain itu, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran para ibu akan isu malnutrisi pada anak (Khusuma dkk., 2023).

METODE

Metode yang diterapkan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah melalui kegiatan penyuluhan yang dilakukan secara sistematis, terencana, dan terarah. Keberhasilan kegiatan penyuluhan sangat ditentukan oleh metode penyampaian pesan yang digunakan. Metode pelaksanaan dalam kegiatan penyuluhan ini umumnya melibatkan tahapan perencanaan, persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.



Gambar 1. Perencanaan

Tahap perencanaan kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Rabu, 5 Juni 2024 dengan sasaran orang tua bayi dan balita, ibu hamil. Kegiatan penyuluhan ini bertempat di posyandu Desa Raharja.

Tahap persiapan, ini melibatkan koordinasi antara 10 mahasiswa KKN UPI dan para kader Posyandu di Desa Raharja, Kecamatan Purwaharja. Tim mempersiapkan alat peraga, seperti poster yang akan dibagikan kepada peserta. Seluruh logistik, termasuk peralatan untuk pengukuran berat dan tinggi badan anak, soundsystem, snack, meja, kursi, juga dipersiapkan dengan baik.

Tahap pelaksanaan, kegiatan dilakukan secara langsung dengan metode penyampaian yang jelas dan mudah dipahami. Kegiatan dimulai dengan penyampaian materi tentang pengenalan, pencegahan dan penanganan *stunting* pada balita oleh mahasiswa KKN UPI. Setelah materi disampaikan, diadakan sesi diskusi dan tanya jawab untuk menjawab pertanyaan peserta dan mendalami materi yang telah diberikan. Poster dan materi edukasi dibagikan kepada orang tua balita dan ibu hamil sebagai panduan praktis yang bisa mereka gunakan di rumah.

Evaluasi, dilakukan untuk menilai efektivitas penyuluhan yang telah dilaksanakan. Tim KKN mengumpulkan umpan balik dari peserta melalui pemberian pertanyaan untuk memastikan pemahaman mereka terhadap materi yang telah disampaikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan informasi dari puskesmas yang telah berkoordinasi dan melakukan kunjungan langsung ke setiap posyandu di Desa Raharja, tercatat ada 14 anak yang mengalami *stunting* di desa

tersebut. KKN UPI juga mendapatkan informasi tentang penyebab *stunting* di Desa Raharja. Menurut data dari puskesmas dan Kepala Kader Posyandu, penyebab utama *stunting* di Desa Raharja adalah penyakit penyerta, pola asuh orang tua, dan lingkungan.

Untuk mengatasi masalah ini, kegiatan pengabdian masyarakat melibatkan pemberian penyuluhan tentang bagaimana pencegahan *stunting*. Peserta dalam kegiatan ini termasuk semua ibu hamil, orang tua bayi dan balita, yang diadakan di Posyandu Desa Raharja pada hari Rabu, 5 Juni 2024, mulai pukul 08.00 WIB hingga selesai, didampingi oleh para ibu kader Posyandu.



Gambar 2. Pelaksanaan kegiatan

Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang pencegahan dan penanganan *stunting*, meningkatkan kesadaran akan risiko gizi buruk, serta melakukan pemantauan rutin pertumbuhan anak dan memberikan imunisasi sebagai langkah pencegahan untuk mengurangi angka *stunting*.



Gambar 3. Registrasi kehadiran peserta

Kegiatan posyandu dimulai dengan registrasi kehadiran peserta, di mana para ibu dan anak-anaknya datang untuk mencatatkan diri mereka.



Gambar 4. Pengukuran berat badan

Setelah registrasi, para peserta diarahkan ke bagian pemeriksaan untuk mengecek kesehatan mereka, seperti pengukuran tinggi badan, berat badan, dan imunisasi bagi anak-anak.



Gambar 5. Penyampaian materi



Gambar 6. Evaluasi peserta

Setelah selesai kegiatan pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan, dan lingkaran kepala pada bayi dan balita dilanjutkan dengan penyampaian materi penyuluhan mengenai *stunting*, para mahasiswa dari tim KKN mengadakan sesi tanya jawab dan berdiskusi lebih dalam mengenai topik tersebut. Edukasi yang diberikan meliputi anjuran untuk memberikan asupan gizi yang cukup dan menerapkan pola makan seimbang, pola asuh, dan sanitasi. Informasi dan keterampilan tentang pola makan sehat bagi anak-anak disampaikan sebagai upaya pencegahan dan penanganan *stunting*.

Selain itu, masyarakat juga diberikan pemahaman tentang dampak negatif *stunting* terhadap perkembangan fisik dan mental, kekebalan tubuh, nutrisi dan kesehatan, prestasi akademik, serta produktivitas dan ekonomi dalam jangka panjang. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat dan orang tua akan pentingnya menjaga kesehatan anak sejak dini dan mencegah *stunting*.

Penyampaian materi mengenai pencegahan *stunting* sangat menarik. Selama penyuluhan, antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan dan diskusi yang terjadi. Para ibu sangat aktif bertanya mengenai cara mencegah *stunting* dan mengungkapkan kekhawatiran mereka tentang pola makan anak-anak mereka. Respon positif dari peserta menjadi indikator bahwa penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kesadaran mereka tentang *stunting*. Hasil di lapangan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan di kalangan peserta. Dengan serangkaian upaya ini, Desa Raharja berkomitmen untuk terus berjuang melawan *stunting*, meningkatkan kualitas hidup anak-anak, dan mewujudkan generasi yang sehat dan produktif.

SIMPULAN

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) memberikan manfaat yang besar bagi masyarakat dan juga mahasiswa. Tujuan utama dari KKN adalah untuk

memberikan pengalaman langsung kepada mahasiswa di lapangan, mempersiapkan mahasiswa dengan bekal praktis untuk saat mereka lulus dan terjun ke masyarakat. Berdasarkan hasil penyuluhan, jelas bahwa orang tua dan anak-anak yang membutuhkan asupan makanan yang cukup untuk mendorong pertumbuhan yang sehat harus memiliki pemahaman yang menyeluruh tentang *stunting*. Kegiatan penyuluhan ini berjalan lancar, dan tujuan program tercapai dengan menambah wawasan dan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan penanganan *stunting*.

Di Desa Raharja, hasil dari kegiatan penyuluhan menunjukkan dampak positif yang signifikan. Kesadaran masyarakat mengenai *stunting* meningkat, terlihat dari pertanyaan dan diskusi aktif selama sesi penyuluhan. Para ibu mulai lebih memahami pentingnya gizi seimbang dan pola asuh yang baik, serta langkah-langkah pencegahan penyakit penyerta. Mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ini juga mendapatkan pengalaman berharga dan pemahaman lebih mendalam tentang masalah sosial yang dihadapi oleh masyarakat setempat.

Manfaat dari kegiatan ini bagi masyarakat Desa Raharja sangat jelas. Pertama, adanya peningkatan kesadaran dan pengetahuan mengenai *stunting* dan cara pencegahannya. Kedua, hubungan antara masyarakat dan mahasiswa menjadi lebih erat, menciptakan kolaborasi yang positif untuk keberlanjutan program-program kesehatan. Secara keseluruhan, program ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat dan mem-

bangun hubungan yang lebih baik antara mahasiswa dan warga Desa Raharja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Bapak Yayat Ruhiyat, selaku Kepala Desa Raharja, dan seluruh perangkat desa atas bimbingan dan arahan yang telah diberikan, sehingga semua kegiatan KKN di Desa Raharja dapat berjalan dengan lancar dan sukses. Ucapan terima kasih disampaikan kepada Bapak Supriyono, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Lapangan, atas bimbingan dan bantuan yang diberikan sehingga pengabdian ini berjalan dengan lancar. Ucapan terima kepada semua pihak yang telah membantu tim pengabdian selama kegiatan berlangsung, sehingga dapat menyelesaikan kegiatan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arsayuladi, Z., Putri, D., Anggraini, N., Andreash, R., Indah Permata Sari, P., Gandini Purbaningrum, D., Publik, A., Ilmu dan Sosial Ilmu Politik, F., Muhammadiyah Jakarta, U., KHAhmad Dahlan Cirebon, J., Selatan, J., Masyarakat, K., & Kesehatan Masyarakat, F. (2022). Program Penyuluhan Pencegahan Stunting Kepada Posyandu Di Rt 01 Rw 010 Kecamatan Cirebon Kota Tangerang Selatan. *In Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1(1). <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/emnaskat>
- Fitriahadi, E., Suparman, Y. A., Silvia,

- W. T. A., Wicaksono G, K., Syahputra, A. F., Indriyani, A., Ramadhani, I. W., Lestari, P., & Asmara, R. F. (2023). Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Tentang Stunting Sebagai Upaya Pencegahan Terjadinya Stunting. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(4), 411–416. <https://doi.org/10.59025/js.v2i4.154>
- Ginting, S. B., Simamora, A. C., & Siregar, N. S. N. (2022). *Penyuluhan Kesehatan Tingkatkan Pengetahuan Ibu dalam Mencegah Stunting*. Penerbit Nem.
- Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>
- Hidayat, T., & Syamsiyah, F. N. (2021). Langkah Tepat Cegah Stunting Sejak Dini Bersama Mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jember. *JIWAKERTA: Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata*, 2(2), 73–78. <https://doi.org/10.32528/jiwakerta.v2i2.6736>
- Kedang, S. B., Rindu, Y., Namuwali, D., Kleden, S. S., & Banhae, Y. K. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengolahan Pangan Lokal (Daun Kelor) Untuk Penanganan Dan Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(6), 1325–1332.
- Khusuma, A. I. H., Yudhastuti, R., & Nata, J. H. (2023). Penyuluhan Stunting Dan Kegiatan Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Kewaspadaan Ibu Terhadap Bahaya Gizi Buruk. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(3), 2849–2856. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i3.14866>
- Lestari, N., & Hanif, A. (2021). Penyuluhan Makanan Sehat Untuk Pencegahan Stunting Balita. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Medika*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.23917/jpmmmedika.v1i1.264>
- Masan, L. (2021). Penyuluhan Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 58–62. <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i1.121>
- Nauval, I. A., Ramadhani, V. M., & Zaelani, M. A. (2022). Sosialisasi Program Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Oleh Kkn Universitas Islam Batik Surakarta Di Desa Cetan Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten. *SIDOLUHUR : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat.*, 2(02), 168–176.
- Sulistiyati, M., Mauludin, M., Yunasaf, U., Nurlina, L., & Alim, S. (2024). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Di Desa Panyadap Kecamatan Solokan Jeruk Kabupaten Bandung. *Communnity Development Journal*, 5(1), 982–987.