

EDUKASI PENINGKATAN GIZI ANAK DALAM UPAYA CEGAH STUNTING DI GUNUNG GEULIS

¹Lufty Hari Susanto, ²Suci Siti Lathifah, ³Didit Ardianto, ⁴Nazwa Naziela Zaura Irawan, ⁵Alifia Siti Nurjanah, ⁶Indriani Ranuma Dely

^{1,4,5,6}Pendidikan Biologi, FKIP, Universitas Pakuan, Indonesia, ²Pendidikan IPA, FKIP, Universitas Pakuan, Indonesia, ³Pendidikan IPA, PPs, Universitas Pakuan, Indonesia

email: ¹luftyhari@unpak.ac.id, ²suci.sitilathifah@unpak.ac.id, ³diditardianto@unpak.ac.id, ⁴nazwairawan663@gmail.com, ⁵alifiasitinurjanah@gmail.com, ⁶ranumadely@gmail.com.

ABSTRAK

Program edukasi peningkatan gizi anak dalam upaya mencegah stunting di Desa Gunung Geulis bertujuan untuk mengatasi masalah gizi yang menyebabkan tingginya prevalensi stunting di desa ini. Analisis situasi awal mengungkap bahwa 40% anak-anak di desa ini mengalami stunting, dengan 70% orang tua memiliki pengetahuan minim tentang gizi seimbang. Berdasarkan temuan ini, materi edukasi dan modul pelatihan yang komprehensif dan mudah dipahami disusun, mencakup informasi penting tentang gizi seimbang, jenis-jenis makanan bergizi, serta cara mengolah dan menyajikan makanan yang sehat menggunakan bahan-bahan lokal. Penyuluhan dan pelatihan dilaksanakan di tiga lokasi strategis dan diikuti oleh 50 orang tua dan pengasuh anak, dengan metode interaktif dan praktis. Pendampingan dan monitoring dilakukan selama tiga bulan setelah pelatihan, yang menunjukkan bahwa 80% keluarga berhasil meningkatkan asupan gizi anak-anak mereka. Evaluasi akhir menunjukkan peningkatan pengetahuan orang tua tentang gizi dari 30% menjadi 85%, dan penurunan prevalensi stunting dari 10% menjadi 8% dalam enam bulan. Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang terstruktur dan berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan pengetahuan gizi dan mengurangi stunting, memberikan dampak positif yang signifikan bagi kesejahteraan anak-anak di Desa Gunung Geulis.

Kata Kunci :

Edukasi;
Gizi;
Stunting

ABSTRACT

The community service program on child nutrition education aimed at preventing stunting in Desa Gunung Geulis sought to address the high prevalence of stunting due to nutritional issues. Initial situation analysis revealed that 40% of children in the village experienced stunting, with 70% of parents having limited knowledge about balanced nutrition. Based on these findings, comprehensive and easily understandable educational materials and training modules were developed, covering essential information on balanced nutrition, types of nutritious foods, and methods for preparing and presenting healthy meals using local ingredients. The outreach and training were conducted at three strategic locations and attended by 150 parents and caregivers, employing interactive and practical methods. Follow-up support and monitoring over three months showed that 80% of the families improved their children's nutritional intake. The final evaluation indicated a significant increase in parental knowledge about nutrition from 30% to 85% and a reduction in stunting prevalence from 10% to 8% within six months. These results demonstrate that a structured, community-based educational approach effectively enhances nutritional knowledge and reduces stunting, significantly impacting child well-being in Desa Gunung Geulis.

Keywords:

Education;
Nutrition;
Stunting

PENDAHULUAN

Stunting atau kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang masih signifikan di Indonesia (Mukhsin et al., 2023), termasuk di Desa Gunung Geulis. Desa ini, meskipun kaya akan potensi alam dan budaya, menghadapi tantangan besar dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak-anak. Berdasarkan data dari Puskesmas setempat, angka kejadian stunting di Gunung Geulis masih tinggi, mengindikasikan adanya ketidakcukupan asupan gizi yang memadai pada masa pertumbuhan anak. Stunting ditandai dengan tinggi badan anak di bawah standar deviasi untuk usia dan jenis kelaminnya, seringkali akibat

malnutrisi kronis selama 1000 hari pertama kehidupannya (Wardani et al., 2023). Kondisi ini mencerminkan kegagalan pertumbuhan tubuh dan otak karena kekurangan gizi yang berkepanjangan, dengan penyebab termasuk asupan gizi yang tidak memadai, akses terbatas ke makanan bergizi, dan faktor sosial ekonomi (Ayukarningsih et al., 2024). Stunting dapat menyebabkan gangguan kognitif jangka panjang, mempengaruhi potensi ekonomi anak (Tugiono et al., 2022). Berikut data stunting desa Gunung Geulis.



Gambar 1. Gambar 1. Grafik Data Stunting di Kecamatan Sukaraja

Kondisi lingkungan di Desa Gunung Geulis turut mempengaruhi masalah gizi ini. Akses terhadap pangan bergizi masih terbatas, terutama bagi keluarga berpenghasilan rendah. Banyak keluarga yang bergantung pada hasil pertanian subsistem dan sulit menjangkau sumber makanan yang beragam dan bergizi. Selain itu, pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang dan praktik pemberian makan yang tepat bagi anak-anak masih kurang, sehingga memperburuk situasi gizi di desa tersebut.

Melihat kondisi ini, diperlukan sebuah solusi yang komprehensif untuk mengatasi masalah stunting di Desa Gunung Geulis. Edukasi peningkatan gizi anak melalui program-program intervensi gizi yang berfokus pada penyuluhan dan pemberdayaan masyarakat adalah langkah yang tepat. Penelitian telah menunjukkan bahwa intervensi pendidikan nutrisi secara signifikan meningkatkan tingkat pengetahuan dan berdampak positif pada pola konsumsi individu, yang mengarah pada peningkatan kesejahteraan gizi (Yadav & Mogra, 2024). Program ini dapat melibatkan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan, pemerintah desa, dan organisasi masyarakat setempat, untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada orang tua dalam menyediakan makanan yang sehat dan bergizi bagi anak-anak mereka.

Tujuan dari program edukasi ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan anak serta memperkenalkan praktik-praktik pemberian makan yang baik. Program pendidikan gizi seimbang meningkatkan kesadaran masyarakat dan memberdayakan individu untuk membuat pilihan makanan yang lebih sehat, berdampak positif pada nutrisi anak-anak melalui intervensi yang berfokus pada masyarakat (Prabu Aji et al., 2024). Dengan demikian, diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku dalam penyediaan makanan sehari-hari, yang pada akhirnya akan mengurangi prevalensi stunting di Desa Gunung Geulis. Sangat penting untuk menerapkan intervensi sejak dini untuk mencegah dampak negatif jangka panjang pada kesejahteraan anak-anak (Fardila elba et al., 2023).

Manfaat yang diharapkan dari pelaksanaan program edukasi peningkatan gizi ini adalah terciptanya generasi anak-anak yang sehat dan tumbuh dengan optimal. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang akan memiliki kesempatan lebih besar untuk tumbuh kembang secara fisik dan kognitif, yang pada akhirnya akan berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup masyarakat Desa Gunung Geulis. Melalui upaya kolaboratif dan berkelanjutan, desa ini dapat menjadi model bagi wilayah lain dalam penanggulangan stunting dan peningkatan kesejahteraan anak-anak. Mencegah stunting sangat penting untuk perkembangan anak dan peningkatan kesehatan nasional (Ashwad et al., 2023).

METODE

Upaya meningkatkan gizi anak dan mencegah stunting di Desa Gunung Geulis, kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilaksanakan melalui beberapa tahap yang sistematis dan terstruktur. Tahapan ini dimulai dari analisis situasi dan identifikasi kebutuhan hingga evaluasi dan pelaporan akhir, dengan tujuan untuk memastikan implementasi yang efektif dan berkelanjutan.

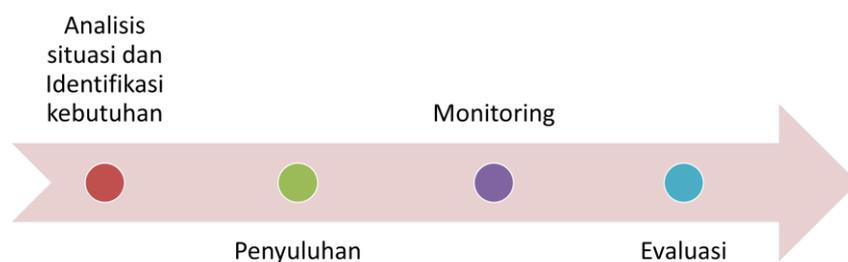
Langkah pertama adalah melakukan analisis situasi dan identifikasi kebutuhan. Tahap ini penting untuk memahami kondisi riil di lapangan terkait status gizi anak-anak dan pengetahuan masyarakat tentang gizi. Survei dan wawancara dengan warga desa akan menjadi alat utama dalam pengumpulan data ini. Hasil dari analisis ini akan memberikan gambaran yang jelas mengenai masalah gizi yang dihadapi serta kebutuhan khusus yang harus dipenuhi melalui program edukasi.

Berdasarkan data yang diperoleh, langkah selanjutnya adalah menyusun materi edukasi dan pelatihan yang komprehensif. Materi ini akan dirancang sedemikian rupa agar mudah dipahami oleh masyarakat, mencakup informasi penting tentang gizi seimbang, jenis-jenis makanan bergizi, serta cara-cara praktis dalam mengolah dan menyajikan makanan yang sehat. Penyusunan modul pelatihan juga akan dilakukan untuk memastikan bahwa peserta dapat menerapkan pengetahuan yang didapat dalam kehidupan sehari-hari.

Pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan menjadi tahap berikutnya, dimana kegiatan ini akan diselenggarakan di berbagai lokasi strategis yaitu balai desa pada tanggal 10 dan 17 Agustus 2024. Penyuluhan akan diberikan oleh tenaga kesehatan dan ahli gizi yang berkompeten yaitu Cantika Zaddana, S.Gz, M.Si. Sementara pelatihan praktis akan melibatkan demonstrasi langsung untuk memperkuat pemahaman peserta. Diskusi interaktif dan sesi tanya jawab akan diadakan untuk menjawab berbagai pertanyaan dan memastikan transfer pengetahuan yang efektif.

Setelah penyuluhan dan pelatihan, pendampingan dan monitoring akan dilakukan untuk memastikan bahwa pengetahuan yang telah diberikan dapat diimplementasikan dengan baik oleh masyarakat. Pendampingan ini mencakup kunjungan ke rumah-rumah peserta untuk memberikan bantuan dan saran dalam praktik pemberian makan yang baik. Monitoring akan dilakukan secara berkala untuk mengevaluasi perkembangan status gizi anak-anak dan mengidentifikasi hambatan yang mungkin dihadapi oleh keluarga.

Tahap terakhir adalah evaluasi dan pelaporan, dimana efektivitas dan dampak dari seluruh rangkaian kegiatan akan dinilai secara menyeluruh. Evaluasi ini akan dilakukan melalui survei ulang dan wawancara dengan peserta untuk mengukur perubahan pengetahuan dan perilaku terkait gizi anak. Data hasil evaluasi akan dianalisis dan digunakan untuk menyusun laporan akhir yang juga akan disampaikan kepada pihak terkait, seperti pemerintah desa dan instansi kesehatan, untuk mendukung keberlanjutan program di masa mendatang. Gambar 1. Merupakan proses kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh tim.



Gambar 1. Metode kegiatan pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program edukasi gizi anak di Desa Gunung Geulis menunjukkan hasil yang signifikan, memberikan gambaran tentang efektivitas intervensi dan area yang memerlukan perbaikan. Analisis awal memberikan pemahaman yang jelas tentang tingkat stunting dan kekurangan pengetahuan orang tua mengenai gizi. Berdasarkan wawasan ini, materi edukasi dan sesi pelatihan praktis dirancang untuk memenuhi kebutuhan yang teridentifikasi.

Analisis situasi melalui survei dan wawancara berhasil mengungkap bahwa 40% anak-anak di Desa Gunung Geulis mengalami stunting. Temuan lainnya adalah 70% orang tua memiliki

pengetahuan minim tentang gizi seimbang dan pentingnya pemberian makan yang tepat. Hasil ini menunjukkan bahwa masalah stunting di Desa Gunung Geulis sangat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi. Gambar 2 kegiatan wawancara dan survey ke masyarakat.



Gambar 2. Proses survei dan wawancara dengan aparat dan warga desa

Pengetahuan yang minim ini menyebabkan kurangnya asupan gizi yang memadai bagi anak-anak, sehingga mereka rentan mengalami stunting. Data ini menjadi sangat penting untuk merancang program edukasi yang tepat sasaran dan dapat mengatasi masalah utama yang dihadapi masyarakat. Pengetahuan ibu yang tidak memadai tentang nutrisi selama kehamilan dan anak usia dini merupakan faktor penting yang menyebabkan stunting. Studi menunjukkan bahwa wanita hamil sering kurang menyadari pentingnya makanan bergizi, yang secara langsung berdampak pada pertumbuhan janin dan perkembangan pascakelahiran (Hastuti et al., 2024; Maulana et al., 2024).

Materi edukasi yang disusun mencakup informasi tentang pentingnya gizi seimbang, jenis-jenis makanan bergizi, serta cara mengolah dan menyajikan makanan yang sehat. Modul pelatihan juga mencakup panduan praktis dan resep sederhana yang menggunakan bahan-bahan lokal. Materi edukasi yang komprehensif dan mudah dipahami adalah kunci untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi (Sididi et al., 2023). Dengan menggunakan bahan-bahan lokal, program ini tidak hanya memberikan pengetahuan teoretis tetapi juga praktis yang dapat langsung diterapkan oleh masyarakat. Hal ini penting agar program dapat berkelanjutan dan benar-benar mengubah perilaku masyarakat dalam penyediaan makanan sehari-hari. Materi pendidikan memainkan peran penting dalam meningkatkan literasi gizi dengan menerjemahkan ilmu gizi yang kompleks menjadi informasi yang mudah dimengerti, memberdayakan individu untuk membuat pilihan makanan yang terinformasi dan sehat (Haldeman, 2023).

Penyuluhan dan pelatihan dihadiri oleh 50 orang warga. Kegiatan ini melibatkan presentasi interaktif, dan diskusi kelompok mengenai makanan bergizi. Partisipasi yang tinggi menunjukkan antusiasme dan kesadaran masyarakat akan pentingnya masalah gizi. Penyuluhan yang interaktif dan pelatihan praktis membantu memastikan bahwa peserta benar-benar memahami dan dapat menerapkan informasi yang mereka terima. Metode ini efektif dalam mengubah perilaku karena peserta tidak hanya mendengar teori, tetapi juga melihat dan melakukan langsung. Memperluas pemanfaatan sumber daya lokal untuk nutrisi seimbang sangat penting untuk mengatasi kekurangan gizi dan meningkatkan kesehatan, terutama di daerah berkembang. Sumber makanan lokal tidak hanya meningkatkan keragaman makanan tetapi juga meningkatkan kekuatan masyarakat, yang mengarah pada intervensi nutrisi berkelanjutan (Kristianingrum et al., 2023; Raymond et al., 2017). Sumber daya lokal dapat dimanfaatkan dalam perencanaan program gizi di daerah pinggiran kota. Kemitraan dan pemberdayaan masyarakat direkomendasikan untuk perencanaan program gizi yang efektif (Handayani, O. W. K., Raharjo, B. B., Nugroho, E., Hermawati, 2016). Gambar 2. Proses penyuluhan dan pelatihan.



Gambar 3. Proses Penyuluhan dan Pendampingan

Evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dari 30% sebelum program menjadi 85% setelah program. Prevalensi stunting di antara anak-anak yang orang tuanya berpartisipasi dalam program menurun dari 10% menjadi 8%. Peningkatan signifikan dalam pengetahuan orang tua menunjukkan efektivitas program edukasi. Penurunan prevalensi stunting adalah indikator keberhasilan utama dari program ini, menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku dalam pemberian makan dapat langsung berpengaruh pada status gizi anak-anak. Memberdayakan relawan di masyarakat pedesaan meningkatkan keamanan gizi dengan memanfaatkan sumber daya lokal secara efektif, mempromosikan nutrisi seimbang melalui keterlibatan masyarakat dan optimalisasi sumber daya (Johnson et al., 2023). Laporan akhir dan rekomendasi yang disusun akan membantu dalam pengembangan program keberlanjutan dan menjadi model bagi daerah lain.

Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan yang terstruktur dan berbasis komunitas dalam edukasi gizi dapat memberikan dampak positif yang signifikan dalam penurunan stunting dan peningkatan kesejahteraan anak-anak di Desa Gunung Geulis.

KESIMPULAN

Program edukasi peningkatan gizi anak dalam upaya mencegah stunting di Desa Gunung Geulis menunjukkan hasil yang positif dan signifikan. Analisis situasi awal mengidentifikasi masalah utama yaitu tingginya prevalensi stunting yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang. Melalui penyusunan materi edukasi yang komprehensif dan mudah dipahami serta pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan yang interaktif dan praktis, program ini berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat secara signifikan. Namun, keberhasilan ini juga menunjukkan bahwa perubahan perilaku membutuhkan dukungan yang berkelanjutan dan kolaborasi dari berbagai pihak. Oleh karena itu, disarankan agar program ini terus dilanjutkan dan dikembangkan dengan melibatkan lebih banyak pihak, termasuk lembaga swadaya masyarakat dan sektor swasta, untuk mendukung akses masyarakat terhadap sumber makanan bergizi. Selain itu, inisiatif lokal seperti kebun gizi keluarga dan pemanfaatan bahan pangan lokal perlu diperkuat untuk memastikan keberlanjutan program. Evaluasi dan pelaporan yang dilakukan secara berkala akan membantu dalam mengidentifikasi hambatan dan mengadaptasi program sesuai kebutuhan masyarakat. Dengan demikian, Desa Gunung Geulis dapat menjadi model bagi upaya penanggulangan stunting dan peningkatan kesejahteraan anak-anak di daerah lain.

PERSANTUNAN

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Universitas Pakuan yang telah memberikan dukungan finansial yang sangat penting untuk kelangsungan program ini. Terima kasih juga kepada pemerintah desa dan Puskesmas setempat atas kerjasamanya dan dukungan yang diberikan selama proses penyuluhan dan pelatihan. Kami juga berterima kasih kepada para ahli gizi dan tenaga kesehatan yang telah meluangkan waktu dan pengetahuan mereka untuk memberikan edukasi dan pendampingan kepada masyarakat. Apresiasi yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada seluruh masyarakat Desa Gunung Geulis yang telah berpartisipasi aktif dalam program ini.

REFERENSI

- Ashwad, H., Rizki, S., Selfirah, N., Destriyadani, R., Alwi, H., Yanti, M., Yani, U., Fiqih, F., Suci, R., Halil, M., Ramadhan, S., Ilyas, I., Nurbaiti, S., Rahmah, J., Ramadhan, S., Junaida, M., & Akbar, F. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting di Kampung Reremal Melalui Rumusan Kebijakan Publik. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Indonesia*, 2(5), 75–82. <https://doi.org/10.55542/jppmi.v2i5.885>
- Ayukarningsih, Y., Sa'adah, H., Alif Kusmayadi, M., & Ramadhan, M. Z. (2024). Stunting: Early Detection with Anthropometric Measurements and Management. *Journal of Health and Dental Sciences*, 4(1), 91–104. <https://doi.org/10.54052/jhds.v4n1.p91-104>
- Fardila elba, Hassan, H. C., Umar, N. S., & Hilmanto, D. (2023). Stunting Interventions in Developing Countries: Literature Review. *International Journal of Health Sciences*, 1(3), 408–<https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.146>
- Haldeman, L. (2023). Separating Fact From Fiction: Enhancing Nutrition Literacy to Navigate Healthy Eating Decisions. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 55(10), 698. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2023.08.008>
- Handayani, O. W. K., Raharjo, B. B., Nugroho, E., Hermawati, B. (2016). Nutrition Program Planning Based on Local Resources in Urban Fringe Areas of a Developing Country. *International Journal of Social, Behavioral, Educational, Economic, Business and Industrial Engineering*, 10(December 2016), 12.
- Hastuti, L., Wahyuni, T., Mardiyani, R., Mumtahanah, A., Khairillah, Y. N., & Riwayati, R. (2024). Edukasi untuk Meningkatkan Pengetahuan tentang Makanan Bergizi pada Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 6(2), 240. <https://doi.org/10.36565/jak.v6i2.686>
- Johnson, K., Banks, S., Elizer, A., Franck, K., & Jarvandi, S. (2023). Empowering Volunteers in a Rural Community to Improve Nutrition Security. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 55(7), 72. <https://doi.org/10.1016/j.jneb.2023.05.158>
- Kristianingrum, D. Y., Barir, B., Shofiyah, S., Yosin, E. P., & Sandi, D. F. (2023). Strengthening Nutrition Sources Based on Local Food as an Effort to Prevent Stunting. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 9(SpecialIssue), 692–697. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v9iSpecialIssue.6401>
- Maulana, F. R., Putria, C. M., Fauzan, I. R., Firdaus, F., & Afrianto, Y. (2024). Peran Edukasi Stunting terhadap Pengetahuan pada Ibu yang Mempunyai Anak Stunting. *SINKRON: Jurnal Pengabdian Masyarakat UIKA Jaya*, 2(2), 179. <https://doi.org/10.32832/jpmuj.v2i2.2275>
- Mukhsin, A. M., Nasution, D. R., Farha, M., Mustika, M., & Nahda, Z. (2023). Upaya Pencegahan Stunting dan Potensi Tumbuh Kembang Anak. *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 5(4), 2224–2233. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v5i5.2197>
- Prabu Aji, S., Sumarmi, S., Millati, R., Tri Wijayanti, Y., & Aris Tyarini, I. (2024). Increasing Community Nutrition Awareness through Balanced Nutrition Education Program. *Abdimas Polsaka*, 3(1), 33–39. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i1.65>
- Raymond, J., Agaba, M., Mollay, C., Rose, J. W., & Kassim, N. (2017). Analysis of nutritional adequacy of local foods for meeting dietary requirements of children aged 6-23 months in rural central Tanzania. *Archives of Public Health*, 75(1), 60. <https://doi.org/10.1186/s13690-017-0226-4>
- Sididi, M., Nurlinda, A., Syahrani, V., & Kurnaesih, E. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Pedoman Gizi Seimbang dan Isi Piringku di SD Inpres Tello Baru. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 3(03), 101–105. <https://doi.org/10.53690/ipm.v3i03.212>

- Tugiono, Alhafiz, A., & Hafizah. (2022). Stunting Sistem Cerdas Mendiagnosa Stunting pada Anak Menggunakan Mesin Inferensi. *Jurnal Informasi Dan Teknologi*. <https://doi.org/10.37034/jidt.v4i4.237>
- Wardani, L. K., Aulia, V., Hadhikul, M., & Kardila, M. (2023). Risks of Stunting and Interventions to prevent Stunting. *Journal of Community Engagement in Health*, 6(2), 79–83. <https://doi.org/10.30994/jceh.v6i2.528>
- Yadav, P., & Mogra, D. R. (2024). Empowering individuals through nutrition education: Fostering dietary and behavioral changes for enhanced nutritional well-being. *International Journal of Agriculture Extension and Social Development*, 7(4), 09–14. <https://doi.org/10.33545/26180723.2024.v7.i4a.494>