

PENDAMPINGAN KESEHATAN PADA BALITA STUNTING DAN EDUKASI TENTANG PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN

**Yunita Miftahul Masita*, Dyah Ekowati, Rita Sri Kurniawati,
Latifah Hanum, Melita Jayanti**

Universitas Islam Jember, Jawa Timur, Indonesia

Abstrak

Stunting adalah kondisi terhambatnya pertumbuhan pada anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (terhitung sejak kehamilan hingga usia dua tahun). Prevalensi angka keadian stunting di Indonesia tercatat 19,8% pada 2024. Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan dengan standar usianya, yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan kognitif, serta meningkatkan risiko masalah kesehatan jangka panjang. Penyebab utama stunting meliputi kurangnya asupan gizi yang memadai, sanitasi yang buruk, infeksi berulang, dan faktor sosial ekonomi yang rendah. Pengabdian ini bertujuan Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pola makan dan pola asuh yang sehat dan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita secara berkala. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah ceramah dan tanya jawab. Metode ceramah bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang pentingnya kesehatan balita stunting. Metode tanya jawab bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada peserta edukasi jika masih terdapat hal-hal yang belum dimengerti tentang materi yang disampaikan. Hasil dari pengabdian ini meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama orang tua tentang pemenuhan gizi pada balita stunting. Data dari wilayah Kecamatan Kalisat desa Glagah weroh tahun 2025 sebanyak 122 balita, 11 diantaranya mengalami Stunting Setelah dilakukan penyuluhan dan pendampingan pemberian makanan tambahan pada balita didapatkan jumlah balita dengan berat badan naik 9 balita, tetap 3 balita.. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi melalui pendekatan edukatif dan pemberian makanan tambahan secara langsung memberikan dampak positif terhadap status gizi baik pada balita. Pendekatan ini juga berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang untuk mencegah stunting.

Kata kunci: kekurangan gizi, masalah gizi anak, pendampingan gizi, pertumbuhan anak, stunting

HEALTH CARE FOR STUNTING TODDLERS AND EDUCATION ON SUPPLEMENTARY FOOD PROVISION

**Yunita Miftahul Masita*, Dyah Ekowati, Rita Sri Kurniawati,
Latifah Hanum, Melita Jayanti**

Abstract

Stunting is a condition of impaired growth in children caused by chronic malnutrition, particularly during the first 1,000 days of life (from pregnancy until the age of two years). The prevalence of stunting in Indonesia was recorded at 19.8% in 2024. Children who experience stunting have a height lower than the standard for their age, which can affect physical and cognitive development and increase the risk of long-term health problems. The main causes of stunting include inadequate nutritional intake, poor sanitation, recurrent infections, and low socioeconomic factors. This community service activity aims to increase public knowledge about healthy dietary patterns, proper parenting practices, and regular monitoring of toddlers' growth and development. The methods

used in this community service activity were lectures and question-and-answer sessions. The lecture method aimed to provide knowledge about the importance of health in stunted toddlers, while the question-and-answer method provided participants with the opportunity to clarify any aspects of the material that were not fully understood. The results of this community service activity showed an increase in community knowledge, especially among parents, regarding nutritional fulfillment for stunted toddlers. Data from the Kalisat District, Glagah Weroh Village, in 2025 showed that out of 122 toddlers, 11 experienced stunting. After counseling and assistance with the provision of supplementary food, it was found that 9 toddlers experienced weight gain, while 3 toddlers showed no change. These results indicate that interventions through educational approaches and direct supplementary feeding have a positive impact on the nutritional status of toddlers. This approach also successfully increased community awareness of the importance of balanced nutrition in preventing stunting.

Keywords: child growth, child nutrition, nutritional assistance, problems malnutrition, stunting

Korespondensi: Yunita Miftahul Masita. Universitas Islam Jember. Jl. Tidar No. 19 Jember Kampus 2, Jawa Timur. Email yunitamifta113@gmail.com

LATAR BELAKANG

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan sumber daya manusia di Indonesia. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka panjang, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan—mulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan dengan standar usianya, serta berisiko mengalami gangguan perkembangan kognitif, penurunan daya tahan tubuh, dan produktivitas yang lebih rendah di masa depan. Menurut data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2023, prevalensi stunting nasional mencapai 21,5%, angka yang masih cukup tinggi dibandingkan dengan target RPJMN 2024 sebesar 14%. Faktor penyebab stunting bersifat multifaktorial, antara lain asupan gizi yang tidak seimbang, pola asuh yang kurang tepat, sanitasi lingkungan yang buruk, serta rendahnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya gizi pada masa pertumbuhan anak. Upaya penanggulangan stunting

memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya melalui intervensi medis, tetapi juga melalui pemberdayaan masyarakat, edukasi gizi, serta pendampingan keluarga dalam penerapan pola makan dan pola asuh yang sehat. Perguruan tinggi memiliki peran strategis dalam mendukung upaya ini melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dengan mengintegrasikan ilmu pengetahuan, penelitian, dan tindakan langsung di lapangan. Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pendampingan balita stunting bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya para orang tua, tentang pentingnya gizi seimbang dan praktik pengasuhan yang tepat. Selain itu, kegiatan ini diharapkan dapat membangun kesadaran kolektif dan kemandirian masyarakat dalam melakukan pemantauan pertumbuhan anak secara berkala. Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, kegiatan pengabdian ini diharapkan mampu memberikan dampak nyata dalam upaya pencegahan stunting, meningkatkan kualitas kesehatan anak, serta mendukung terciptanya generasi yang sehat dan produktif di masa

mendatang. Dari hasil pendataan di Desa Glagah Weroh Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember ditemukan dari 122 balita 11 diantaranya mengalami stunting. Penyebab utama stunting berkaitan erat dengan kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pola makan yang bergizi seimbang, rendahnya akses terhadap makanan bergizi, serta kurang optimalnya pemanfaatan pelayanan kesehatan ibu dan anak (Hardiansyah dan Supriasa, 2016) Oleh karena itu, intervensi melalui penyuluhan gizi dan pemberian makan tambahan (PMT) menjadi salah satu strategi efektif dalam upaya mencegah stunting pada balita. Sasaran yang diberikan intervensi adalah balita stunting. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pendidikan dan pemahaman terkait masalah kesehatan balita stunting, serta memberikan makanan tambahan secara langsung pada sasaran.

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan metode ceramah dan tanya jawab dengan melibatkan peran aktif kader, bidan desa Glagah Weroh Kecamatan Kalisat, perangkat desa, Kepala Desa setempat. Metode ceramah menurut Afrilia (2020) bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang kesehatan balita stunting, Tanya jawab bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang kondisi yang dialami saat ini dan memberikan kesempatan kepada peserta jika masih terdapat hal –hal yang belum dimengerti tentang materi yang disampaikan sehingga dapat menyelesaikan masalah secara mandiri. Pemateri memberikan ceramah dan memberikan pertanyaan setelah penyampaian materi untuk menilai apakah peserta sudah memahami materi yang dipaparkan. Setelah

ceramah dan tanya jawab dilaksanakan, pemateri, kader, bidan dan mahasiswa membagikan makanan tambahan pada balita stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil pengabdian ini adalah:

Tabel 1.

No	Jenis	f	%
1	Balita stunting	11	11
2	Balita gizi normal	111	89
Jumlah		122	100

Data keseluruhan KK di desa Glagah Weroh yaitu sebanyak 262 KK. Dari, 262 KK ditemukan 122 balita yang mana ditemukan 111 (89%) balita dengan gizi normal, dan ditemukan balita stunting sebanyak 11 balita (11%). Pemberian makanan tambahan diberikan pada seluruh sasaran selama 30 hari. Hasil dari penyuluhan dan pemberian makanan tambahan selama 30 hari didapatkan orang tua balita dengan stunting sudah mengetahui macam-macam nutrisi untuk memenuhi kebutuhan gizi. Hal ini dibuktikan dengan, dari 11 balita , 9 diantaranya mengalami kenaikan berat badan , 3 diantaranya tetap.



Gambar 1.
Foto Demo Pembuatan
Makanan Bergizi Sederhana



Gambar 2.
Foto Bersama

Pembahasan

Permasalahan balita stunting masih menjadi tantangan serius di berbagai wilayah Indonesia, termasuk di Desa Glagah Weroh, Kecamatan Kalisat. Stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan kronis yang disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka panjang, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada tinggi badan anak, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, produktivitas di masa depan, serta meningkatkan risiko penyakit degeneratif.

Rendahnya tingkat pendidikan masyarakat menjadi salah satu faktor utama yang menyebabkan keterbatasan dalam menerima, memahami, dan menerapkan informasi terkait gizi, kesehatan ibu dan anak, serta pencegahan stunting. Selain itu, adanya kebiasaan dan kepercayaan turun-temurun terkait pola makan dan pola asuh anak yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang turut menghambat upaya pencegahan stunting. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa pengetahuan dan perilaku keluarga sangat berperan dalam pemenuhan gizi balita (UNICEF, 2019).

Di sisi lain, faktor pendorong dalam pelaksanaan pendampingan kesehatan pada balita stunting di Desa Glagah Weroh adalah keterlibatan aktif tenaga kesehatan seperti bidan, perawat, dan kader posyandu. Peran aktif kader posyandu dan tokoh masyarakat juga mendorong partisipasi orang tua balita dalam kegiatan pendampingan. Selain itu, ketersediaan program pemerintah terkait penanggulangan stunting dan pemberian makanan tambahan (PMT) menjadi pendukung penting bagi keberlanjutan kegiatan ini (Kemenkes RI, 2023).

Secara nasional, pada tahun 2025 Indonesia masih menghadapi tantangan dalam menurunkan prevalensi stunting hingga target 18,8% dari capaian 19,8% pada tahun 2024. Tantangan tersebut meliputi kesenjangan akses terhadap gizi dan sanitasi pada keluarga miskin, rendahnya edukasi gizi, serta perlunya penguatan data Keluarga Berisiko Stunting (KRS) melalui sistem verifikasi dan validasi data yang lebih akurat (Bappenas, 2023). Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya penanggulangan stunting memerlukan kolaborasi lintas sektor yang kuat dan berkelanjutan.

Berdasarkan data Desa Glagah Weroh tahun 2025, tercatat sebanyak 122 balita, dengan 11 balita (11%) mengalami stunting. Angka ini menunjukkan perlunya intervensi berkelanjutan, khususnya melalui edukasi dan dukungan pemenuhan gizi. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui dua pendekatan utama, yaitu penyuluhan kesehatan dan pendampingan pemberian makanan tambahan (PMT) secara langsung.

Penyuluhan dilakukan secara interaktif dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai

pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, kebiasaan hidup bersih dan sehat, serta pemanfaatan layanan kesehatan selama masa kehamilan dan tumbuh kembang anak. Pendekatan edukatif ini penting karena perubahan perilaku gizi membutuhkan pemahaman yang baik dan keterlibatan aktif keluarga (WHO, 2020).

Pendampingan pemberian PMT dilakukan secara langsung disertai dengan edukasi pola makan dan pemantauan kondisi balita. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa 9 balita mengalami kenaikan berat badan, sementara 3 balita tidak mengalami perubahan berat badan. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi gizi berbasis masyarakat yang dikombinasikan dengan penyuluhan dan pendampingan langsung cukup efektif dalam meningkatkan status gizi balita dalam waktu relatif singkat. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa PMT yang disertai edukasi gizi dapat memperbaiki status gizi anak secara signifikan (Rahman et al., 2021).

Meskipun demikian, perubahan status gizi balita tidak dapat dicapai secara instan. Beberapa faktor seperti kondisi kesehatan balita, kepatuhan keluarga dalam menerapkan pola makan sehat, serta kondisi sosial ekonomi turut memengaruhi hasil intervensi. Oleh karena itu, diperlukan komitmen jangka panjang, pembinaan berkelanjutan, serta dukungan lintas sektor agar program pendampingan kesehatan dan PMT dapat berjalan secara optimal dan berkelanjutan. Upaya ini diharapkan dapat memperkuat pola hidup sehat di tingkat rumah tangga dan komunitas, serta berkontribusi dalam penurunan angka stunting secara berkelanjutan.

SARAN

Diperlukan peningkatan kesadaran dan pengetahuan tentang pentingnya gizi seimbang, terutama pada periode 1.000 hari pertama kehidupan (HPK). Perlu dilakukan pendampingan berkelanjutan terhadap keluarga yang memiliki balita berisiko stunting melalui kegiatan home visit, konseling gizi, dan pemantauan tumbuh kembang anak. Pendampingan secara rutin terhadap ibu hamil dan balita oleh tenaga kesehatan atau kader posyandu untuk memantau status gizi, memberikan edukasi berulang, serta memastikan intervensi PMT berjalan efektif dan tepat sasaran serta keterlibatan keluarga, khususnya suami dan orang tua, sangat penting dalam mendukung penerapan pola makan bergizi seimbang serta pemanfaatan layanan kesehatan. Edukasi berbasis keluarga perlu diperkuat dalam kegiatan selanjutnya

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, N., & Setyaningrum, D. (2020). Penerapan Metode Wawancara dalam Program Pengabdian Masyarakat: Studi Kasus di Desa Sumberrejo. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(1), 25-32.
- Bappenas. (2023). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2023–2024. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional
- Hardinsyah & Supriasa, I.D.N. (2016). Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- KemenKes (2018). Buletin Stunting. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses pada tanggal 22 Mei 2025.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Kemenkes RI.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Pelaksanaan Intervensi Gizi pada Ibu Hamil dan Balita
- Kemenkes RI. (2021). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 12 Tahun 2021 Tentang Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, Dan Masa Sesudah Melahirkan, Pelayanan Kontrasepsi, Dan Pelayanan Kesehatan Seksual. indonesia. Diakses pada tanggal 15 Januari 2025.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Pedoman Intervensi Spesifik dan Sensitif Pencegahan Stunting. Kemenkes RI,
- Rahman, A., Napirah, M. R., & Arsyad, D. S. (2021). Effectiveness of supplementary feeding programs on nutritional status of stunted children. *Journal of Public Health Research*, 10(2), 45–52.
- SSGI. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia Tahun 2022. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- UNICEF. (2019). Improving Child Nutrition: The Achievable Imperative for Global Progress. United Nations Children's Fund.
- UNICEF. (2019). Programming Guidance: Nutrition in Early Childhood Development.
- WHO. (2020). Levels and Trends in Child Malnutrition. UNICEF/WHO/World Bank Joint Child Malnutrition Estimates. 1
- World Health Organization. (2020). Guideline: Nutritional interventions to prevent stunting. WHO