

SOSIALISASI KESEHATAN TENTANG PENCEGAHAN STUNTING

Eka Silvia^{1*}, Nur Bella², Muhammad Adib Adz Dzikro³,
Alexander Michael Darmawan⁴, Ika Dianisa⁵

^{1,2,3,4,5,6}Universitas Malahayati

Email Korespondensi : ekafadara@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi perhatian utama di Indonesia, khususnya pada anak-anak balita. Kondisi ini ditandai dengan ketidakberhasilan pertumbuhan akibat kekurangan nutrisi sejak masa kehamilan hingga awal kehidupan. Dampaknya meliputi hambatan pada pertumbuhan fisik, perkembangan mental, hingga penurunan produktivitas di masa depan. Upaya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui kampanye kesehatan yang menekankan pentingnya asupan gizi seimbang.

Tujuan: Kegiatan kampanye kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta peran aktif ibu hamil, menyusui, dan masyarakat dalam pencegahan stunting.

Metode: Kegiatan dilakukan melalui promosi kesehatan dengan melibatkan tenaga kesehatan dan kader posyandu. Aktivitas kampanye meliputi pemeriksaan kehamilan secara teratur, pemberian ASI eksklusif, serta pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi sesuai waktu yang tepat. Penyuluhan dilakukan dengan metode tatap muka, diskusi kelompok, dan media edukasi.

Hasil: Melalui kegiatan kampanye kesehatan, ibu hamil dan menyusui memperoleh pengetahuan yang lebih baik mengenai pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, serta MP-ASI yang tepat. Keterlibatan kader posyandu juga berkontribusi pada peningkatan kesadaran masyarakat dalam upaya pencegahan stunting.

Kesimpulan: Kampanye kesehatan mengenai pencegahan stunting berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan serta peran aktif ibu dan masyarakat dalam mencegah stunting pada anak.

Kata Kunci: sosialisasi kesehatan, stunting, gizi seimbang

ABSTRACT

Introduction: Stunting was a chronic nutritional problem that remained a major concern in Indonesia, especially among children under five. This condition was characterized by growth failure due to nutritional deficiencies starting from pregnancy until early life. It affected physical growth, mental development, and productivity in the future. Prevention of stunting was

Eka Silvia^{1*}, Nur Bella², Muhammad Adib Adz Dzikro³,
Alexander Michael Darmawan⁴, Ika Dianisa⁵

carried out through health counseling that emphasized the importance of balanced nutrition. Objective: This health counseling activity aimed to increase the knowledge and active role of pregnant women, breastfeeding mothers, and the community in preventing stunting. Method: The activity was carried out through health counseling by involving health workers and posyandu cadres. The counseling included regular pregnancy check-ups, exclusive breastfeeding, and providing nutritious complementary foods at the right time. Counseling was conducted through face-to-face education, group discussions, and educational media. Results: Through the health counseling activities, pregnant and breastfeeding mothers gained better knowledge about balanced nutrition, exclusive breastfeeding, and appropriate complementary feeding. The involvement of posyandu cadres also contributed to increasing community awareness in stunting prevention efforts. Conclusion: The health counseling activities on stunting prevention ran well and had a positive impact on improving the knowledge and active role of mothers and the community in preventing stunting in children.

Keywords: health counseling, stunting, balanced nutrition

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang sangat memprihatinkan di Indonesia, khususnya pada anak-anak balita. Kondisi ini ditandai dengan kegagalan pertumbuhan yang menyebabkan tinggi badan anak lebih rendah dibandingkan standar usianya akibat asupan gizi yang tidak kurang sejak dalam kandungan hingga dua tahun pertama kehidupan (Noviani & Putri, 2023). Stunting tidak hanya berdampak pada fisik, tetapi juga menghambat perkembangan kognitif dan produktivitas sumber daya manusia di masa mendatang (Nurfadhillah et al., 2023).

Program sosialisasi kesehatan menjadi salah satu strategi utama yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu mengenai pencegahan stunting melalui penyuluhan terkait pola asuh, gizi ibu hamil, serta pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi (Ahmad et al., 2023). Implementasi sosialisasi yang efektif membutuhkan perencanaan matang, partisipasi aktif masyarakat, dan dukungan lintas sektor guna mengatasi berbagai faktor risiko stunting yang ada di masyarakat (Tiyas 2023).

Beberapa penelitian juga menunjukkan bahwa pemberian makanan tambahan berbahan alami, seperti daun kelor, sekaligus sosialisasi gizi, dapat mempercepat penurunan angka stunting di tingkat komunitas (Ahmad et al., 2023). Sementara itu, kesadaran masyarakat mengenai stunting masih perlu ditingkatkan karena masih banyak ibu yang belum mengetahui penyebab dan dampak dari stunting, sehingga sosialisasi rutin sangat diperlukan untuk meningkatkan kapasitas ibu sebagai ujung tombak pencegahan stunting di keluarga dan lingkungan sekitar (Rahmawati et al., 2021).

Melalui sosialisasi yang melibatkan tenaga kesehatan profesional dan kader posyandu, ibu-ibu diharapkan mampu mengambil langkah pencegahan yang

Eka Silvia^{1*}, Nur Bella², Muhammad Adib Adz Dzikro³,
Alexander Michael Darmawan⁴, Ika Dianisa⁵

efektif, seperti pemeriksaan kehamilan rutin, pemberian ASI eksklusif, serta pemberian makanan pendamping ASI bergizi sesuai waktu yang tepat. Oleh karena itu, diperlukan upaya peningkatan pengetahuan untuk memahami dan mencegah terjadinya stunting. Setelah melihat permasalahan tersebut kami sebagai mahasiswa berupaya untuk meningkatkan pengetahuan terkait pencegahan stunting melalui sosialisasi Kesehatan tentang pencegahan stunting.

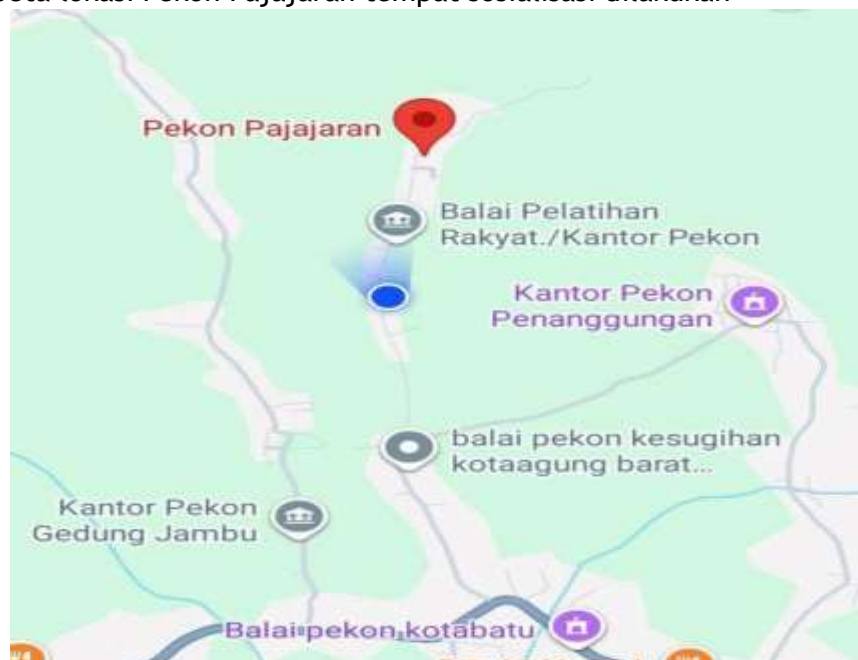
2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Pekon Pajajaran merupakan Pekon yang terletak di Kota Agung Barat, Tanggamus. Latar belakang penduduk di desa tersebut rata-rata adalah petani, dengan berbagai tingkat pendidikan. Pemahaman penduduk tentang stunting tergolong kurang dengan adanya kasus stunting pada pekon Pajajaran yang mendasari kegiatan pengabdian masyarakat ini. Target kegiatan ini adalah ibu hamil dan ibu dengan anak balita.

Berikut rumusan pertanyaan untuk pengabdian masyarakat melalui sosialisasi ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah pengertian stunting?
2. Apa saja penyebab terjadinya stunting pada anak balita?
3. Bagaimana tanda dan gejala anak yang mengalami stunting?
4. Bagaimana cara pencegahan stunting sejak masa kehamilan?
5. Mengapa pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI yang bergizi penting dalam mencegah stunting?

Berikut peta lokasi Pekon Pajajaran tempat sosialisasi dilakukan



Gambar 1. Peta lokasi kegiatan penyuluhan kesehatan

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Pengertian Stunting

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang sangat memprihatinkan di Indonesia, khususnya pada anak-anak balita. Kondisi ini ditandai dengan kegagalan pertumbuhan yang menyebabkan tinggi badan anak lebih rendah dibandingkan standar usianya akibat asupan gizi yang tidak kurang sejak dalam kandungan hingga dua tahun pertama kehidupan (Noviani & Putri, 2023).

b. Penyebab Terjadinya Stunting Pada Anak Balita

Stunting pada balita disebabkan oleh interaksi kompleks antara faktor biologis anak, kondisi ibu, serta lingkungan domestik dan masyarakat; di antaranya adalah berat lahir rendah, kelahiran prematur, frekuensi kunjungan antenatal dan program cacingan yang tidak optimal, status gizi dan pendidikan ibu, serta faktor lingkungan seperti ketidakamanan pangan, akses air minum dan sanitasi yang buruk, serta tinggal di area pedesaan, semua ini telah teridentifikasi sebagai determinan kritis stunting berdasarkan meta-analisis dan studi sistematis di Indonesia (Gusnedi, et al).

c. Tanda Dan Gejala Anak Yang Mengalami Stunting

Stunting pada anak balita adalah kondisi gagal tumbuh yang ditandai dengan tinggi badan yang jauh lebih pendek dibanding anak seusianya. Gejala stunting antara lain: badan lebih pendek dari standar usia, berat badan yang kurang ideal dan tidak naik secara baik, lingkaran kepala kecil sebagai tanda gangguan pertumbuhan otak, keterlambatan perkembangan kognitif dan motorik, daya tahan tubuh rendah sehingga mudah sakit, kulit dan rambut yang kusam dan rapuh, wajah terlihat lebih muda dari usia sebenarnya, serta pertumbuhan gigi yang terlambat. Anak dengan stunting juga cenderung kurang aktif dan mudah lelah, yang mempengaruhi kemampuan belajar dan bermain. Gejala ini berkembang akibat kekurangan gizi kronis selama 1000 hari pertama kehidupan yang berpengaruh signifikan terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan (Nirmalasari, et al).

d. Cara Pencegahan Stunting Sejak Masa Kehamilan

Pencegahan stunting sejak masa kehamilan sangat penting karena periode ini merupakan fase kritis dalam pertumbuhan janin yang akan menentukan kualitas tumbuh kembang anak setelah lahir. Upaya pencegahan utama meliputi: Asupan gizi yang optimal selama kehamilan, Pemeriksaan kehamilan (ANC) secara rutin, Edukasi gizi dan pola hidup sehat, Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), termasuk akses air bersih, sanitasi layak, dan kebersihan diri ibu yang dapat mengurangi risiko infeksi dan gangguan kesehatan selama kehamilan, serta Pemantauan status gizi ibu hamil, terutama deteksi dan penanganan kekurangan energi kronik (KEK) agar ibu dapat melahirkan bayi dengan kondisi kesehatan optimal dan mencegah

terjadinya intrauterine growth restriction (IUGR) yang memicu stunting (Nuradhiani, et al).

e. Pentingnya pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI yang bergizi dalam mencegah stunting

Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama penting untuk mencegah stunting karena mengandung nutrisi lengkap dan melindungi dari infeksi. Bayi tanpa ASI eksklusif berisiko stunting 2,9 kali lebih besar. Setelah 6 bulan, MP-ASI yang bergizi dan tepat waktu diperlukan untuk mendukung pertumbuhan, karena kebutuhan gizi anak tidak lagi cukup dipenuhi oleh ASI saja. MP-ASI yang tidak memenuhi standar gizi dapat meningkatkan risiko stunting (Meliyana, 2024).

4. METODE

Kegiatan sosialisasi kesehatan mengenai pencegahan stunting, dilakukan dengan penyuluhan melalui tatap muka langsung. Kegiatan diawali dengan persiapan pembuatan *banner*, *leaflet*, dan penyusunan materi penyuluhan oleh tim penyuluh. Peserta penyuluhan adalah mahasiswa Universitas Malahayati Bandar Lampung, dengan jumlah peserta sebanyak 22 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah edukasi dan diskusi. Tempat kegiatan penyuluhan adalah di Balai Pekon Pajajaran. Kegiatan dilakukan pada tanggal 12 Agustus 2025. Evaluasi kegiatan dilakukan melalui pengambilan data nilai pengetahuan peserta terkait pencegahan stunting, baik sebelum maupun sesudah penyuluhan.

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan promosi kesehatan diawali dengan pembukaan oleh panitia, untuk selanjutnya dilakukan pengumpulan data karakteristik pasien dan tingkat pengetahuan peserta terhadap penyakit tuberkulosis paru sebelum penyuluhan. Kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang bahaya penyakit tuberkulosis paru dan cara pencegahannya. Adapun materi yang disampaikan oleh tenaga penyuluh adalah sebagai berikut:

1. Apakah pengertian stunting?
2. Apa saja penyebab terjadinya stunting pada anak balita?
3. Bagaimana tanda dan gejala anak yang mengalami stunting?
4. Bagaimana cara pencegahan stunting sejak masa kehamilan?
5. Mengapa pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI yang bergizi penting dalam mencegah stunting?

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan Sosialisasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Stunting pada ibu- ibu Pekon Pajajaran

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Keterangan		
Ibu Hamil	10	45%
Orang tua yang memiliki Balita	12	55%
Usia		

Eka Silvia ^{1*}, Nur Bella ², Muhammad Adib Adz Dzikro ³, Alexander Michael Darmawan ⁴, Ika Dianisa ⁵

21 tahun	5	22,7 %
25 Tahun)	8	36,4 %
27 Tahun	5	22,7 %
32 Tahun	4	18,2 %

Berdasarkan tabel 1., didapatkan bahwa peserta penyuluhan terbanyak adalah orang tua memiliki Balita (45%). Selain itu, kelompok usia terbanyak dari peserta penyuluhan adalah 25 tahun (36,4%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Kegiatan Sosialisasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Stunting pada ibu- ibu Pekon Pajajaran

Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan		Setelah Penyuluhan	
	Jumlah Peserta	Persentase (%)	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Baik	5	22,73	20	90,9
Sedang	13	59,09	2	9,1
Kurang	4	18,18	0	0

Berdasarkan tabel 2., didapatkan hasil bahwa sebelum kegiatan Sosialisasi, dari 22 orang peserta sosialisasi, mayoritas peserta (59,09 %) memiliki pengetahuan sedang. Selain itu, hanya 5 orang peserta (22,73%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang pencegahan Stunting. Hal ini menunjukkan masih belum optimalnya tingkat pengetahuan peserta sebelum penyuluhan terhadap pencegahan Stunting. Sementara itu, setelah dilakukan kegiatan promosi kesehatan berupa Sosialisasi, didapatkan bahwa mayoritas peserta (90,9%), dapat memahami upaya pencegahan stunting.

Hasil kegiatan promosi kesehatan ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat meningkat dengan adanya penyampaian informasi. Dalam hal ini, sosialisasi kesehatan dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam memahami pentingnya kesehatan. Pengetahuan seseorang terhadap sesuatu tidak ditentukan oleh seberapa tinggi tingkat pendidikannya. Seseorang dengan tingkat pendidikan rendah tidak menutup kemungkinan baginya untuk mengumpulkan pengetahuan sendiri. Seseorang dapat mengakses berbagai informasi dari media teknologi informasi dan komunikasi yang tersedia (Harahap, 2016).

Secara keseluruhan, sosialisasi ini memperkuat bukti bahwa program sosialisasi kesehatan yang terencana, interaktif, dan melibatkan peran aktif komunitas memiliki potensi besar sebagai strategi utama dalam upaya percepatan penurunan stunting di Indonesia.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

6. KESIMPULAN

Berdasarkan temuan dari kegiatan sosialisasi kesehatan tentang pencegahan stunting yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa informasi mengenai pencegahan stunting memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman Masyarakat di pekan Pajajaran. Masyarakat tampak menunjukkan peningkatan pengetahuan terkait faktor, risiko, dan pencegahan stunting setelah mendapatkan Pendidikan kesehatan. Ini terbukti dari kemampuan mereka dalam menjawab pertanyaan dengan baik setelah sesi penyuluhan. Peningkatan pemahaman ini sangat penting untuk mendukung usaha pencegahan dan deteksi stunting.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Zul Fikar, Wirda Y. Dulahu, and Ulfa Aulia. "Sosialisasi dan konseling pencegahan stunting serta pemberian makanan tambahan berbahan daun kelor." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society* 2.1 (2023): 14-21.
- Ananda, Ida Ayu Ngurah Trisna Noviani, et al. "Sosialisasi Stunting Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sikur Barat, Kabupaten Lombok Timur." *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA* 6.1 (2023): 191-195.
- Gusnedi, Gusnedi, et al. "Risk factors associated with childhood stunting in Indonesia: A systematic review and meta-analysis." *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition* 32.2 (2023): 184-195.
- Harahap, A. R. (2016). Pemanfaatan Teknologi Informasi Dan Komunikasi Dalam Pemenuhan Informasi Bagi Rumah Tangga Usaha Pertanian Di Kecamatan Halongonan Kabupaten Padang Lawas Utara. *Jurnal Penelitian Komunikasi dan Pembangunan*, 17(2), 230981.
- Meliyana, Ernauli. "Asi Eksklusif, MP Asi dan Stunting." *Bookchapter Stunting* (2024).
- Nirmalasari, Nur Oktia. "Stunting pada anak: Penyebab dan faktor risiko stunting di Indonesia." *QAWWAM: Journal for gender mainstreaming* 14.1 (2020): 19-28.
- Nuradhiani, Annisa. "Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemberian Edukasi pada Ibu Hamil." *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas* 3.1 (2022): 51-55.
- Nurfadhillah, Septy, Yayah Huliatusisa, and Azizah Al Ashri. "Pengaruh Stunting Terhadap Perkembangan Kognitif Dan Prestasi Belajar." *Jurnal Akselerasi*

*Merdeka Belajar Dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat (AMPOEN):
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 1.2 (2023): 32-36.*

Rahmawati, Rahmawati, et al. "Sosialisasi Pencegahan Stunting Untuk Meningkatkan Sumber Daya Manusia Unggul." *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M) 1.2 (2020): 79-84.*

Tiyas, F. "Sosialisasi Pencegahan Stunting Melalui Program DAHSYAT dan Peningkatan Kesadaran Masyarakat di Desa Losari, Grabag, Magelang." *Bangun Desa: Jurnal Pengabdian Masyarakat 2 (2023).*