

EDUKASI GIZI DAN POLA ASUH: SOLUSI ATASI STUNTING DI KELURAHAN BORI APPAKA

Farida Tandi Bara^{1*}, Nopiyanti², Nurdalifah³, Mar'atussaliha⁴

^{1,4}STIKes Bhakti Pertiwi Luwu Raya

^{2,4}Akademi Kebidanan Aisyah Kabupaten Pangkep

Email Korespondensi: faridatandibara@gmail.com

Disubmit: 23 Juni 2025

Diterima: 04 Agustus 2025

Diterbitkan: 01 September 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i9.21250>

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat serius di Indonesia, termasuk di Kelurahan Bori Appaka yang mencatat prevalensi 38%, jauh di atas ambang toleransi WHO. Penyebab utama stunting bersifat multidimensi, dengan pola asuh dan asupan gizi yang tidak memadai sebagai faktor sentral. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam pengasuhan dan mendidik gizi anak melalui pendidikan interaktif berbasis potensi lokal. Kegiatannya meliputi pemeriksaan kesehatan dan edukasi terkait pola asuh, pemberian ASI eksklusif, MP-ASI, serta pemanfaatan sumber pangan lokal. Sebanyak 71 warga mengikuti pemeriksaan kesehatan, dan 25 ibu bayi dan balita berpartisipasi dalam sesi edukasi. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai praktik pengasuhan dan gizi yang tepat. Pendekatan ini dinilai efektif dalam mendorong perubahan perilaku dan mendukung pencegahan stunting secara berkelanjutan. Kegiatan ini memberikan kolaborasi lintas sektor serta pelatihan pengolahan bahan pangan lokal sebagai strategi penguatan intervensi berbasis komunitas.

Kata Kunci: Stunting, Edukasi Gizi, Pola Asuh, Sumber Daya Lokal

ABSTRACT

Stunting is a serious public health problem in Indonesia, including in Bori Appaka Village which recorded a prevalence of 38%, far above the WHO tolerance threshold. The main cause of stunting is multidimensional, with inadequate parenting and nutritional intake as central factors. This community service activity aims to improve the knowledge and skills of mothers in parenting and educating child nutrition through interactive education based on local potential. Its activities include health checks and education related to parenting, exclusive breastfeeding, MP-ASI, and the use of local food sources. A total of 71 residents took part in health check-ups, and 25 mothers of babies and toddlers participated in the education session. The results showed an increase in participants' understanding of proper parenting and nutrition practices. This approach is considered effective in encouraging behavior change and supporting the prevention of stunting in a sustainable manner. This activity provides cross-sector collaboration and training on local food processing as a strategy to strengthen community-based interventions

Keywords: Stunting, Nutrition Education, Parenting, Local Resources

1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang mendesak di Indonesia, dengan prevalensi nasional sebesar 21,5% (Kementrian Kesehatan RI, 2022). Di Kelurahan Bori Appaka, prevalensi stunting bahkan mencapai 38%, melampaui ambang batas toleransi yang ditetapkan oleh WHO, yaitu 20% (Unicef, 2023). Kondisi ini mencerminkan kegagalan menyediakan nutrisi dan pengasuhan anak, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak di masa depan.

Faktor penyebab stunting bersifat multidimensi, meliputi asupan gizi yang tidak memadai, pola asuh yang salah, akses layanan kesehatan yang terbatas, serta buruknya sanitasi lingkungan (Kementerian PPN/ Bappenas, 2018). Namun, pola asuh menempati posisi sentral karena berkaitan langsung dengan perilaku orang tua dalam memberikan ASI, MP-ASI, dan stimulasi tumbuh kembang. Di Bori Appaka, pola pengasuhan anak masih banyak dipengaruhi oleh tradisi tanpa disertai pemahaman ilmiah, di mana ibu belum sepenuhnya memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif maupun pemberian MP-ASI sesuai standar gizi.

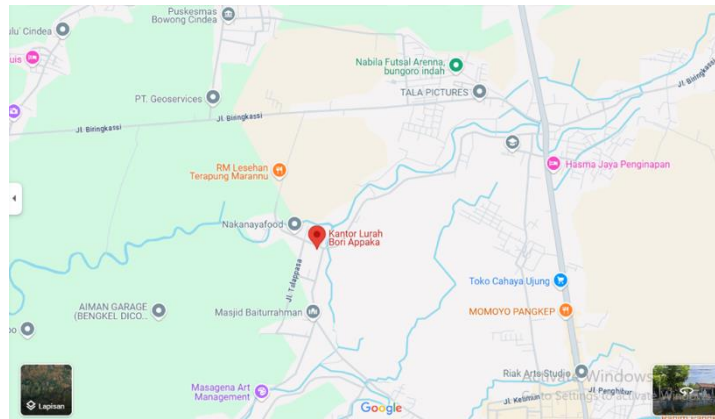
Ironisnya, wilayah ini memiliki sumber daya lokal yang kaya, seperti ikan bandeng dan udang dari tambak setempat, yang lebih banyak dijual daripada dikonsumsi oleh keluarga. Sebaliknya, anak-anak terbiasa mengonsumsi makanan instan dan tinggi gula yang rendah nilai gizinya. Oleh karena itu, intervensi edukatif yang mengintegrasikan gizi seimbang dan pola asuh yang tepat menjadi sangat penting. Pendekatan berbasis masyarakat dengan memanfaatkan potensi lokal dan peran tokoh masyarakat diharapkan dapat meningkatkan kapasitas ibu dalam pengasuhan dan memberikan nutrisi gizi anak, sebagai upaya pencegahan dan penurunan angka stunting secara berkelanjutan.

2. MASALAH DAN RUMUSAN MASALAH

Permasalahan stunting di Kelurahan Bori Appaka menunjukkan urgensi intervensi yang bersifat edukatif dan berbasis komunitas. Meskipun wilayah ini memiliki potensi sumber daya pangan lokal yang melimpah, seperti ikan dan udang, praktik pengasuhan anak dan pola konsumsi keluarga belum mencerminkan pemanfaatan sumber daya tersebut secara optimal untuk pemenuhan gizi anak. Pola asuh yang masih dipengaruhi oleh tradisi turun-temurun tanpa dasar pengetahuan ilmiah menjadi salah satu faktor kunci yang menyebabkan ketidaksesuaian dalam praktik pemberian ASI, MP-ASI, serta perawatan tumbuh kembang anak. Selain itu, rendahnya pengetahuan ibu tentang prinsip-prinsip gizi seimbang dan pengasuhan berbasis perkembangan memperburuk situasi, sehingga kontribusi terhadap tingginya prevalensi stunting tidak dapat diabaikan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam kegiatan ini adalah:

- a. Bagaimana tingkat pengetahuan ibu tentang pola asuh bayi dan balita yang sesuai dengan tahap tumbuh kembang anak.
- b. Bagaimana meningkatkan pemahaman tentang pentingnya ASI eksklusif dan pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dan pemilihan, pengolahan, dan penyajian makanan bergizi berbasis sumber daya lokal (ikan, udang, dll.).



Gambar 1. Lokasi Pengabdian Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

Stunting adalah gangguan pertumbuhan linear yang mencerminkan kegagalan pemenuhan gizi kronis dalam jangka panjang, terutama selama periode kritis 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) — sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun (Kemenkes, 2018). Anak stunting tidak hanya memiliki tinggi badan di bawah standar usianya, tetapi juga berisiko mengalami gangguan perkembangan kognitif, imunologi, dan produktivitas jangka panjang. WHO (2016) menegaskan bahwa salah satu faktor risiko terbesar stunting adalah pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak tepat dari segi waktu, kuantitas, dan kualitas.

Beberapa penelitian menyoroti hubungan yang kuat antara rendahnya pengetahuan ibu dengan praktik pemberian makan dan pola asuh yang tidak sesuai, yang berujung pada peningkatan risiko stunting (Aprianti, 2023; Christina et al., 2022; Munawar et al., 2024). Pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI eksklusif, variasi makanan, pemanfaatan pangan lokal, serta cara pengasuhan berbasis perkembangan sangat menentukan keberhasilan intervensi gizi anak. Studi oleh Prado menyatakan bahwa asupan zat gizi seperti protein hewani, zat besi, dan zink secara konsisten berhubungan dengan pertumbuhan otak dan fisik anak (Prado & Dewey, 2014).

Salah satu pendekatan yang efektif dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting adalah edukasi yang terstruktur dan berbasis komunitas. Edukasi mampu meningkatkan pengetahuan ibu mengenai praktik pemberian makan, pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pengasuhan berbasis stimulasi perkembangan (Rahmadani et al., 2025). Ibu yang memiliki pengetahuan gizi yang baik lebih cenderung menyediakan makanan bergizi seimbang bagi anak, yang mengandung protein, zat besi, zink, vitamin A, dan mikronutrien penting lainnya (Munawar et al., 2024).

Selain faktor gizi, pendekatan pola asuh yang responsif juga memiliki kontribusi besar terhadap perkembangan anak secara menyeluruh. Pola asuh yang sensitif terhadap kebutuhan anak, memberikan stimulasi dini, serta membentuk lingkungan yang aman dan penuh kasih, dapat meningkatkan perkembangan kognitif dan emosional anak (Breiner et al., 2016)(Jeong et al., 2021).

Intervensi edukasi yang mengintegrasikan gizi dan pola asuh terbukti efektif meningkatkan praktik pemberian makan, perilaku pengasuhan, dan status gizi anak (Rahmadani et al., 2025). Pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan kader, tokoh masyarakat, dan tenaga kesehatan dalam penyuluhan juga terbukti meningkatkan cakupan ASI eksklusif dan konsumsi pangan bergizi (Unicef, 2023)(Anggraeni et al., 2017).

Dalam konteks lokal Kelurahan Bori Appaka, yang memiliki potensi tambak ikan bandeng dan udang serta lahan persawahan tadah hujan, edukasi tentang pemanfaatan pangan lokal menjadi sangat strategis. Banyak keluarga yang belum memanfaatkan hasil tambak untuk dikonsumsi sendiri, dan lebih memilih menjualnya demi kebutuhan ekonomi. Padahal, ikan dan udang merupakan sumber protein hewani berkualitas tinggi yang sangat penting untuk mencegah stunting. Sayangnya, konsumsi makanan instan dan tinggi gula justru lebih dominan dalam pola makan anak.

Dengan demikian, edukasi yang mengintegrasikan pola asuh, gizi seimbang, dan pemanfaatan pangan lokal terbukti menjadi strategi komprehensif yang efektif untuk menurunkan prevalensi stunting. Pendekatan ini sangat relevan diterapkan di Bori Appaka sebagai bagian dari penguatan kapasitas masyarakat dan perubahan perilaku berkelanjutan.

4. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 25 Februari 2025 di aula Kantor Kelurahan Bori Appaka, dengan melibatkan tim pengabmas, petugas kesehatan, kader posyandu, tokoh masyarakat, serta ibu bayi dan balita. Metode yang digunakan bersifat partisipatif dan edukatif, meliputi dua bentuk utama kegiatan:

a. Pemeriksaan Kesehatan Masyarakat

Pemeriksaan dilakukan bekerja sama dengan Puskesmas Bowong Cindea, meliputi pengukuran tanda vital, penimbangan berat badan, lingkar pinggang, serta pemeriksaan laboratorium (Hb, gula darah, asam urat, kolesterol) dan pemeriksaan kesehatan. Sebanyak 71 warga mengikuti kegiatan ini. Peserta yang menunjukkan hasil abnormal diberikan edukasi lanjutan oleh tim kesehatan dan tim pengabdian.

b. Edukasi Gizi dan Pola Asuh

Kegiatan edukasi diikuti oleh 25 peserta yang terdiri atas ibu bayi dan balita, kader, dan masyarakat. Materi yang disampaikan mencakup:

- 1) Pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak dan pencegahan stunting.
- 2) MP-ASI dan pemanfaatan pangan lokal sebagai strategi pemenuhan gizi seimbang.

Metode penyuluhan dilakukan secara interaktif, diawali dengan kuis pre-test untuk mengukur pengetahuan awal peserta dan dilanjutkan dengan sesi diskusi. Penyuluhan berlangsung selama 90 menit.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 25 Februari 2025 bertempat di aula Kantor Kelurahan Bori Appaka. Pada kesempatan tersebut turut hadir Kepala Kelurahan, tokoh masyarakat, tokoh agama, kader, dan masyarakat. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi :

a. Pemeriksaan Kesehatan

Kegiatan ini dilakukan bekerjasama dengan Puskesmas Bowong Cindea yang bertempat di pendopo Kelurahan Bori Appaka. Layanan yang diberikan adalah pemeriksaan tanda-tanda vital, penimbangan berat badan dan lingkaran pinggang, pemeriksaan laboratorium yang terdiri dari pemeriksaan hemoglobin (hb), pemeriksaan gula darah, pemeriksaan asam urat dan pemeriksaan kolesterol. Serta pemeriksaan kesehatan oleh dokter puskesmas.



Gambar 2. Pemeriksaan Kesehatan

Sebanyak 71 warga yang melakukan pemeriksaan ini dan beberapa yang mengalami peningkatan tekanan darah dan peningkatan hasil laboratorium diberikan edukasi oleh petugas kesehatan bersama dengan tim pengabdian masyarakat

b. Pelaksanaan Kegiatan Edukasi

Kegiatan edukasi dilakukan di aula Kantor Kelurahan Bori Appaka. Kegiatan ini dirangkaikan dengan kegiatan pembukaan oleh Kepala Kelurahan Bori Appaka dan Ketua Tim Pengabmas.



Gambar 3. Pembukaan



Gambar 4. Edukasi

Materi yang disampaikan adalah “Pola asuh anak yang sesuai sebagai upaya untuk mencegah stunting” dan materi yang kedua adalah “MP-ASI dan pemanfaatan kearifan local untuk menangani stunting”. Edukasi dalam bentuk penyuluhan yang lebih interkatif sehingga selama proses terjalin komunikasi antara tim yang bertugas dan peserta. Sebelum dilakukan edukasi diberikan quis pada peserta untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka dan setelah diberikan edukasi Sebanyak 25 peserta mengikuti kegiatan edukasi. Peserta terdiri dari ibu bayi dan balita, kader posyandu dan masyarakat setempat. Kegiatan ini dilakukan selama 90 menit.



Gambar 5. Diskusi interaktif pada proses edukasi

Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi, termasuk kurangnya pengetahuan ibu dan pengasuh tentang pola asuh berbasis perkembangan dan gizi seimbang (Christina et al., 2022). Pengetahuan yang memadai tentang praktik pemberian makan, stimulasi dini, serta pemenuhan gizi seimbang berperan penting dalam mencegah dan mengatasi stunting (Kemenkes, 2018). Kurangnya pengetahuan tentang *complementary feeding* (MPASI) juga berkontribusi terhadap stunting. Menurut WHO (2016), pemberian MPASI yang tidak tepat waktu dan tidak memadai merupakan faktor risiko utama gangguan pertumbuhan (Zogara et al., 2021). Edukasi yang terstruktur tentang pemberian makanan padat gizi setelah ASI eksklusif dapat mengurangi insiden stunting hingga 20%

(Bhutta et al., 2013). Oleh karena itu, peningkatan kapasitas ibu dan pengasuh melalui program edukasi menjadi prioritas dalam intervensi penurunan stunting.

Intervensi edukasi gizi dan pengasuhan berbasis perkembangan secara signifikan meningkatkan praktik pemberian makan dan perawatan anak, yang berdampak pada penurunan prevalensi stunting (Rahmadani et al., 2025). Ibu dengan pemahaman baik tentang kebutuhan gizi anak cenderung memberikan asupan makanan yang lebih berkualitas, seperti protein hewani, zat besi, dan zink, yang esensial untuk pertumbuhan linear (Munawar et al., 2024). Pendekatan berbasis pengasuhan dan edukasi gizi efektif dalam menurunkan angka stunting dan meningkatkan perilaku sehat keluarga (Anggraeni et al., 2017), pemberdayaan kader dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif dan memperbaiki status gizi anak (Unicef, 2023). Hal ini juga sejalan dengan pendekatan pentahelix pemerintah dalam penanganan stunting, yang menekankan kolaborasi antara masyarakat, tenaga kesehatan, akademisi, sektor swasta, dan pemerintah desa (BKKB, 2022).

Pola asuh termasuk interaksi yang sensitif terhadap kebutuhan anak, berkontribusi signifikan terhadap perkembangan kognitif dan emosional anak (Breiner et al., 2016). Studi oleh Jeong menunjukkan bahwa intervensi pengasuhan berbasis stimulasi dini meningkatkan perkembangan saraf anak dan mendorong praktik pengasuhan yang lebih responsif (Jeong et al., 2021).

Kurangnya pengetahuan tentang *complementary feeding* (MPASI) dan gizi seimbang dapat menyebabkan malnutrisi dan berpotensi menjadi stunting. Edukasi gizi yang diharapkan dapat meningkatkan praktik pemberian makan, seperti: Ketepatan waktu pemberian MPASI (mulai usia 6 bulan) (WHO, 2016), dan Kualitas dan keragaman makanan (termasuk protein hewani, zat besi, dan zink) (Prado & Dewey, 2014). Studi menemukan bahwa ibu yang mendapat pelatihan gizi cenderung memberikan makanan padat nutrisi dan mengurangi pemberian makanan rendah gizi (Czarniecka-Skubina et al., 2023; Haines et al., 2019). Intervensi berbasis komunitas, seperti *nutrition counseling* dan demonstrasi memasak, juga meningkatkan kepatuhan terhadap rekomendasi gizi (Bhutta et al., 2013).

Edukasi pola asuh dan gizi merupakan intervensi kritis yang diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku positif pola asuh dan pemberian gizi pada bayi. Kombinasi antara penyuluhan gizi,

6. KESIMPULAN

Intervensi berbasis edukasi gizi melalui pemanfaatan sumber lokal dan pola asuh yang mendorong perubahan perilaku pengasuhan dan pemberian makan anak ke arah yang lebih sehat diharapkan efektif dalam mengubah perilaku pengasuhan dan meningkatkan asupan gizi. Kolaborasi dengan kader posyandu, tokoh masyarakat, dan tenaga kesehatan juga memperkuat dampak kegiatan. Saran Keberlanjutan kegiatan dengan optimalisasi pemanfaatan sumber daya lokal dengan melalui pelatihan pengolahan hasil bumi menjadi MP-ASI bergizi untuk akses gizi berkelanjutan.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, R., Sansuwito, , Tukimin Bin, & Nambiar, N. (2017). the Effectiveness of Education To Improve Knowledge and Attitudes on Stunting Prevention in Mothers Who Have Under-Children a: Literature Review. *Proceedings of the 1st International Conference on Social Science (ICSS)*, 1(1), 413-422. <https://doi.org/10.59188/icss.v1i1.54>
- Aprianti, R. (2023). The Relationship Between Parenting and Feeding Patterns On The Incidence Of Stunting. *Jurnal EduHealth*, 14(3), 1225-1229. <https://doi.org/10.54209/jurnaleduhealth.v14i3.2494>
- Bhutta, Z. A., Das, J. K., Rizvi, A., Gaffey, M. F., Walker, N., Horton, S., Webb, P., Lartey, A., & Black, R. E. (2013). Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: what can be done and at what cost? *Lancet (London, England)*, 382(9890), 452-477. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60996-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60996-4)
- BKKBN. (2022). *Peran Perguruan Tinggi Dalam Percepatan Penurunan Stunting*.
- Breiner, H., M, undefined F., & VL, undefined G. (2016). Parenting Matters: Supporting Parents of Children Ages 0-8. Washington. In *Parenting Knowledge, Attitudes, and Practices - Parenting Matters* (p. undefined-undefined). National Academies Press. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK402020/>
- 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, 188-195. <https://doi.org/10.51805/jpmm.v2i2.88>
- Czarniecka-Skubina, E., Gutkowska, K., & Hamulka, J. (2023). The Family Environment as a Source for Creating the Dietary Attitudes of Primary School Students-A Focus Group Interview: The Junior-Edu-Żywnienie (JEŻ) Project. *Nutrients*, 15(23). <https://doi.org/10.3390/nu15234930>
- Haines, J., Haycraft, E., Lytle, L., Nicklaus, S., Kok, F. J., Merdji, M., Fisberg, M., Moreno, L. A., Goulet, O., & Hughes, S. O. (2019). Nurturing Children's Healthy Eating: Position statement. *Appetite*, 137, 124-133. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.02.007>
- Jeong, J., Franchett, E. E., Ramos de Oliveira, C. V., Rehmani, K., & Yousafzai, A. K. (2021). Parenting interventions to promote early child development in the first three years of life: A global systematic review and meta-analysis. *PLoS Medicine*, 18(5), e1003602. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003602>
- Kemendes. (2018). Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi - Sehat Negeriku. In *Kementerian Kesehatan RI*. <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20180407/1825480/cegah-stunting-dengan-perbaikan-pola-makan-pola-asuh-dan-sanitasi-2/>
- Kementerian PPN/ Bappenas. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting. *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting*, November, 96.
- Kementrian Kesehatan RI. (2022). Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI)

2022. *Kementerian Kesehatan RI*, 1-14.
<https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
- Munawar, K., Firdaus, M., Mollika, R., Nida, M., & and Jalaludin, M. Y. (2024). A systematic review of parenting and feeding practices, children's feeding behavior and growth stunting in Asian countries. *Psychology, Health & Medicine*, 29(10), 1705-1752.
<https://doi.org/10.1080/13548506.2024.2421461>
- Prado, E. L., & Dewey, K. G. (2014). Nutrition and brain development in early life. *Nutrition Reviews*, 72(4), 267-284.
<https://doi.org/10.1111/nure.12102>
- Rahmadani, R. A., Setiawati, A., Aris, I., & Lontaan, A. (2025). Effectiveness of nutrition education on stunting prevention behavior in mothers under five. *Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 1-8.
<https://doi.org/https://doi.org/10.61099/junedik.v3i1.68>
- Unicef. (2023). Not only Stunting, Caregivers Also Need to be Aware of Wasting. In *Unicef Indonesia* (Issue nutrition).
[https://www.unicef.org/indonesia/nutrition/articles/stunting-and-wasting-same-or-different#:~:text=Wasting \(Undernutrition and Malnutrition\)&text=Wasting is typically the result,the highest risk of death.](https://www.unicef.org/indonesia/nutrition/articles/stunting-and-wasting-same-or-different#:~:text=Wasting (Undernutrition and Malnutrition)&text=Wasting is typically the result,the highest risk of death.)
- WHO. (2016). *Infant and young child feeding* (pp. 46-47).
https://doi.org/10.1787/health_glance_ap-2016-20-en
- Zogara, A. U., Loaloka, M. S., & Pantaleon, M. G. (2021). Faktor Ibu Dan Waktu Pemberian Mpasi Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Kabupaten Kupang. *Journal of Nutrition College*, 10(1), 55-61.
<https://doi.org/10.14710/jnc.v10i1.30246>