



Sosialisasi Kesehatan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Stunting

Rehna Sri Talenta Br Ginting ¹

¹ Universitas Quality, Medan

e-mail: talenta@gmail.com

Received [27-12-2025]

Revised [30-01-2026]

Accepted [31-01-2026]

Abstract. Stunting is a condition where a child cannot grow properly. Stunting is a serious problem that has received attention from various parties. This still occurs in several districts in Lampung Province, including West Lampung Regency. This activity is also a form of community service. The purpose of this activity is to increase public awareness of the dangers of stunting for children and mothers by conducting socialization of providing nutritious food. The method used in this activity is a participatory community empowerment method (Participation Action Research), meaning that the community participates in the activity process. This socialization activity targets community groups, especially parents of children suffering from stunting. Participants in this activity were mothers, toddlers, and toddlers. During the counseling, several participants were very active in asking questions regarding stunting and the process of preventing it. The result of this activity is an increase in public knowledge about stunting itself, the risks of stunting and early prevention of stunting. Therefore, this counseling activity is expected to increase public awareness of the importance of nutrition that must be given to children and the implementation of healthy living behaviors in everyday life.

Keywords: *Stunting, Socialization, Knowledge.*

Abstrak. Stunting adalah suatu kondisi Dimana seorang anak tidak dapat tumbuh dengan baik. Stunting merupakan masalah serius yang mendapat perhatian dari berbagai pihak. Hal ini masih terjadi di beberapa kabupaten di Provinsi Lampung, tidak terkecuali Kabupaten Lampung Barat. Kegiatan ini juga merupakan salah satu bentuk pengabdian ke Masyarakat. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan bahayanya stunting bagi anak dan Ibu dengan melakukan sosialisasi pemberian makanan yang bergizi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode pemberdayaan masyarakat partisipatif (Participation Action Research), artinya masyarakat ikut serta dalam proses kegiatan. Kegiatan sosialisasi ini menyasar kelompok masyarakat, khususnya orang tua anak yang menderita stunting. Peserta pada kegiatan ini adalah Ibu-ibu, para balita, dan para batita. Saat penyuluhan beberapa peserta sangat aktif bertanya terkait stunting dan proses pencegahannya. Hasil dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan masyarakat tentang stunting itu sendiri, risiko stunting dan pencegahan dini stunting. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan ini diharapkan dapat meningkatkan kepekaan warga terhadap pentingnya gizi yang harus diberikan kepada anak dan penerapan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: *Stunting, Sosialisasi, Pengetahuan.*

PENDAHULUAN

Stunting terjadi akibat kurangnya asupan dari gizi dalam waktu yang cukup lama. Kondisi ini mengakibatkan gangguan pertumbuhan seperti tinggi badan anak yang lebih rendah dari standart usia (Sulistianingsih & Yanti, 2016). World Health Organization menyebutkan Indonesia termasuk ke dalam negara dengan angka stunting yang besar yaitu 36,4%. Angka prevalensi stunting di Indonesia masih di atas 20% yang mana artinya belum mencapai target WHO (Pusdatin, 2018). Faktor penyebab stunting adalah kekurangan gizi dalam waktu lama yaitu terjadi sejak janin dalam kandungan sampai awal kehidupan anak (1000 Hari Pertama Kelahiran) (Atiksh Rahayu, Rahman, & Marlinae, 2018). Pemicu kekurangan gizi sejak dalam kandungan dapat terjadi akibat rendahnya akses terhadap makanan bergizi, rendahnya asupan vitamin, mineral, dan buruknya keragaman pangan (Alamsyah, Mexitalia, Margawati, Hadisaputro, & Setyawan, 2017). Selain itu stunting juga dapat terjadi pada ibu yang terinfeksi, terjadinya kehamilan pada usia remaja, ibu dengan gangguan mental, jarak kelahiran anak dalam waktu yang pendek, serta ibu dengan penyakit hipertensi (Ratmana, 2019). Kondisi ini dapat terjadi akibat rendahnya akses ibu pada pelayanan kesehatan dan kurangnya penggunaan akses sanitasi air bersih (Olo, Mediani, & Rakhmawati, 2020). Ibu dengan pola asuh yang kurang baik akan menjadi penyebab anak stunting, hal ini akibat dari perilaku pemberian asupan gizi makan. Kondisi ini dapat terjadi apabila ibu tidak memberikan asupan gizi yang cukup dan baik. Selain itu kondisi Ibu yang pada masa remajanya kurang nutrisi, dilanjutkan kekurangan gizi selama kehamilan, dan laktasi akan mempengaruhi pertumbuhan tubuh dan otak anak yang dilahirkan (Sari, 2020).

Kejadian stunting merupakan masalah pada anak dan ibu. Baik ibu selama mengandung ataupun ibu sangat mengasuh anak yang telah dilahirkan. Stunting harus dicegah, karena stunting dapat berdampak jangka panjang. Stunting akan menyebabkan terhambatnya perkembangan anak. Pada anak dengan stunting berisiko terjadinya gangguan sistem pembakaran hingga terjadi penurunan fungsi kognitif (Atikah Rahayu, Yulidasari, Putri, & Anggraini, 2018). Stunting yang sudah mempengaruhi fungsi kognitif dan perkembangan fisik anak akan mengurangi produktif dan mempengaruhi masalah kesehatan seperti diabetes mellitus (Rianti, 2017). Stunting yang terjadi pada anak usia kurang dari 2 tahun berdampak pada rendahnya kognitif dan prestasi (Yadika, Berawi, & Nasution, 2019). Salah satu indikator kemiskinan suatu daerah juga dapat dilihat dari stunting (Mitra, 2015). Upaya mengatasi stunting telah menjadi program pemerintah, yang mana pemerintah wajib memberikan perlindungan kepada anak. Hal ini telah ada pada UU No. 35 Tahun 2014 tentang Perubahan atas UU No. 23 Tahun 2002. Undang-undang ini berisi Perlindungan Anak dengan lima pilar penanganan stunting yaitu kepemimpinan yang memiliki visi dan komitmen, edukasi secara nasional, program yang terintegrasi di semua tingkat pemerintahan, pangan dan gizi yang baik, serta monitoring dan evaluasi secara berkelanjutan (Widianto, 2018). Stunting atau pendek merupakan salah satu masalah gizi kronis yang dialami anak balita di Indonesia. Gambaran prevalensi stunting pada anak balita secara nasional dapat dilihat dari hasil riset kesehatan dasar mulai dari tahun 2007 sampai tahun 2018. Terlihat prevalensi stunting dengan kisaran di atas 30% yaitu tahun 2007 (36,8%), tahun 2010 (35,6%), tahun 2013 (37,2%), dan tahun 2018 (30,8%) (Kementerian kesehatan RI, 2019). Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang diakibatkan oleh banyak faktor antara lain kekurangan gizi dalam 1000 hari pertama kehidupan, anak sering mengalami sakit, kondisi sosial ekonomi dan gizi ibu saat hamil (Kementerian Kesehatan RI, 2018a).

METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan Asset Based Community Development terutama dengan pendekatan pemberdayaan komunitas dengan bertolak dari asset dan kekuatan dari komunitas, dimana komunitas sebagai asset yang positif.

Langkah langkah yang dilakukan dimulai dengan koordinasi kader kesehatan di wilayah untuk pelaksanaan penyuluhan pencegahan stunting dengan peningkatan pengetahuan pada ibu hamil. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan menjadi beberapa tahap yaitu Tahap pertama : Kegiatan ini dilakukan dengan metode door to door untuk menumbuhkan kesadaran pada masyarakat dalam upaya pencegahan stunting dengan berbasis pada akar penyebab stunting pada kelurahan plamongansari kecamatan tembalang kota semarang. Tahap kedua : Melakukan sosialisasi dan penyuluhan mengenai pengetahuan masyarakat bagaimana mencegah stunting dengan pendampingan ibu hamil. peserta diberikan buku saku (modul). Ibu-ibu peserta program dilakukan pendataan tinggi badan, berat badan, tekanan darah, dan pengukuran lingkaran lengan atas. Dengan adanya program ini, diharapkan ibu hamil dapat memperbaiki asupan gizi dan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat sehingga dapat mencegah dan mengurangi stunting di Indonesia. Kemudian Tahap ketiga : program pendampingan ini dilakukan secara rutin setiap seminggu sekali selama 3 minggu. Pelaksanaan program pendampingan ibu hamil terdiri atas pendampingan dengan diawasi kader posyandu, pendampingan mandiri, dan dilakukan edukasi terkait gizi dalam rangka mencegah stunting.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan tujuan membantu program pemerintah mencegah stunting sedini mungkin yaitu sejak berada pada kandungan. Kegiatan ini dilakukan dengan metode door to door untuk menumbuhkan kesadaran pada masyarakat dalam upaya pencegahan stunting dengan berbasis pada akar penyebab stunting di kota Medan. Tahap kedua : Melakukan sosialisasi dan penyuluhan mengenai pengetahuan masyarakat bagaimana mencegah stunting dengan pendampingan ibu hamil. peserta diberikan buku saku (modul). Ibu-ibu peserta program dilakukan pendataan tinggi badan, berat badan, tekanan darah, dan pengukuran lingkaran lengan atas. Dengan adanya program ini, diharapkan ibu hamil dapat memperbaiki asupan gizi dan mengubah pola hidup menjadi lebih sehat sehingga dapat mencegah dan mengurangi stunting di Indonesia.

Kemudian Tahap ketiga : program pendampingan ini dilakukan secara rutin setiap seminggu sekali selama 3 minggu. Pelaksanaan program pendampingan ibu hamil terdiri atas pendampingan dengan diawasi kader posyandu, pendampingan mandiri, dan dilakukan edukasi terkait gizi dalam rangka mencegah stunting. Kemudian Tahap ketiga : program pendampingan ini dilakukan secara rutin setiap seminggu sekali selama 3 minggu. Pelaksanaan program pendampingan ibu hamil terdiri atas pendampingan dengan diawasi kader posyandu, pendampingan mandiri, dan dilakukan edukasi terkait gizi dalam rangka mencegah stunting. Hasil dari kegiatan penyuluhan, seluruh peserta tampak antusias dengan materi yang disampaikan. Peserta mendengarkan dan mengajukan pertanyaan pada penyuluh tentang materi stunting.

Pelaksanaan penyuluhan dilakukan 120 menit termasuk tanya jawab. Kegiatan ini memberika edukasi pengetahuan. Dalam kegiatan ini Ibu hamil sekaligus memberikan contoh jenis makanan yang sehat dan di anjurkan untuk di konsumsi selama hamil. PMT adalah makanan tambahan yang diberikan untuk menambah nutrisi agar mendapatkan gizi yang baik (Kemenkes RI, 2016).

Masalah gizi dapat terjadi pada setiap siklus kehidupan, dimulai sejak janin hingga dewasa sampai usia lanjut. Gizi kurang masih menjadi masalah yang perlu diperhatikan di Indonesia terutama dalam bentuk kurang energy protein, kurang vitamin A, anemia dan gangguan akibat kurang Iodium. Selain itu juga masalah gizi lebih karena dapat berkaitan dengan timbulnya penyakit Diabetes Mellitus, jantung, hipertensi, dll (Kemenkes RI, 2021). Masalah gizi kurang merupakan salah satu faktor penyebab kematian bayi, sehingga pemerintah mengembangkan program pemberian makanan tambahan (PMT). PMT adalah kegiatan pemberian makanan kepada balita dalam bentuk kudapan yang aman dan bermutu karena mengandung nilai gizi yang sesuai dengan kebutuhan sasaran (Wati, 2020). PMT terdiri

dari dua macam yaitu untuk pemulihan dan penyuluhan. Meskipun demikian 2 macam PMT ini memiliki tujuan yang sama yaitu untuk memenuhi kebutuhan zat gizi yang dibutuhkan oleh balita.

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi Kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan Masyarakat khususnya ibu hamil berjalan baik dan tetap dilakukan baik dengan mencari informasi kesehatan dan meningkatkan gizi selama kehamilan. Penggunaan media yang tepat sangat dibutuhkan agar tujuan dari peningkatan kesehatan ibu dan anak tercapai dengan optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, D., Mexitalia, M., Margawati, A., Hadisaputro, S., & Setyawan, H. (2017). Several Risk Factors for Undernutrition and Malnutrition in Toddlers Aged 12-59 Months (Case Study in Pontianak City). *Journal of Community Health Epidemiology*, 2(1), 46. <https://doi.org/10.14710/jekk.v2i1.3994>
- Bantul, B. Villages as Priority Locations for Stunting Mitigation in Bantul Regency in 2021, pub. L. No. 112 of 2021, Bantul Regent Decree No. 112 of 2021 (2021). Indonesia.
- Ministry of Health. (2021). Guidelines for Activities for National Nutrition Day for Healthy Teenagers Anemia-Free. Ministry of Health of the Republic of Indonesia and Germas.
- Ministry of Health of the Republic of Indonesia. (2020). Public Health Program Action Plan 2020-2025. Directorate General of Public Health, Ministry of Health, 2020 (Vol. 2).
- Mitra. (2015). The Problem of Child Stunting and Interventions to Prevent Stunting (A Literature Review). *Community Health Journal*, 2(6), 254. <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3.3952>
- Olo, A., Mediani, H. S., & Rakhmawati, W. (2020). Facts on the Implementation of Authentic Assessment in Padang State Kindergarten 2. *Obsession Journal: Early Childhood Education Journal*, 5(2), 1035–1044. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.521>
- Pusdatin. (2018). The Situation of Short Toddlers (Stunting) in Indonesia. *Data Window Bulletin and Health Information*, 301(5), 1163–1178.
- Ratmana, D. (2019). The Relationship Between Birth Spacing and Stunting Incidence Among Adolescents in Gbugan Village, Semarang Regency. Ngudi Waluyo University. Republic of Indonesia, Ministry of Health.
- Nutritional Supplement Product Standards, Pub. L. No. 51 of 2016, 14 (2016). Indonesia.