

## STRATEGI EDUKASI GIZI BERBASIS KOMUNITAS DALAM UPAYA PENURUNAN STUNTING

Rudy Dwi Laksono, Esah Siti Aisyah, Ana Rosyana, Ike Junita Triwardhani

Univrsitas Islam Bandung

e-mail: rudydwilaksono@gmail.com

### Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan serius yang berdampak pada tumbuh kembang anak, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses informasi dan layanan kesehatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua balita tentang gizi seimbang dan pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak di Puskesmas Pekalangan. Program ini melibatkan konseling gizi gratis oleh ahli gizi dan dokter umum, serta aktivitas edukatif seperti lomba pembuatan MP-ASI. Pendekatan yang digunakan berdasarkan Teori Difusi Inovasi, mencakup tahapan pengetahuan, persuasi, keputusan, implementasi, dan konfirmasi. Metode pelaksanaan melibatkan komunikasi efektif dengan alat bantu visual dan media digital untuk memperluas jangkauan informasi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua tentang pentingnya gizi seimbang dan pola makan sehat, meskipun terdapat hambatan seperti kondisi tempat yang kurang kondusif dan kelengkapan data administrasi. Program ini berhasil mendorong perubahan perilaku makan sehat dan akses layanan kesehatan, yang berkontribusi pada penurunan angka stunting. Kolaborasi lintas sektor dan pemberdayaan kader kesehatan menjadi kunci keberhasilan dalam mendukung pelaksanaan program ini. Pengabdian ini memberikan wawasan tentang pentingnya strategi komunikasi yang inovatif untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, khususnya dalam pencegahan stunting di komunitas lokal.

**Kata kunci:** Stunting, konseling gizi, difusi inovasi, pola makan sehat, kesehatan masyarakat.

### Abstract

*Stunting is a critical health issue that affects children's growth and development, particularly in areas with limited access to information and healthcare services. This community service program aimed to enhance the knowledge and awareness of parents of toddlers regarding balanced nutrition and nurturing practices that support child development at Pekalangan Health Center. The program involved free nutritional counseling by nutritionists and general practitioners, alongside educational activities such as competitions on complementary feeding (MP-ASI). The approach utilized the Diffusion of Innovation Theory, encompassing stages of knowledge, persuasion, decision, implementation, and confirmation. The implementation method emphasized effective communication using visual aids and digital media to broaden the reach of information. Results showed improved parental understanding of balanced nutrition and healthy eating habits, despite challenges such as suboptimal venue conditions and incomplete administrative data. This program successfully encouraged changes in healthy eating behaviors and access to healthcare services, contributing to the reduction of stunting rates. Cross-sector collaboration and empowerment of health cadres were key to the program's success. This community service initiative highlights the importance of innovative communication strategies to improve public health quality, particularly in stunting prevention within local communities.*

**Keywords:** Stunting, nutritional counseling, diffusion of innovation, healthy eating habits, public health

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Masa balita adalah periode kritis dalam siklus kehidupan manusia yang menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Pada masa ini, pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kemampuan sosial anak sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi keluarga dan lingkungan tempat anak dibesarkan (Indriati, Kristanto, and Setiani 2023). Penelitian menunjukkan bahwa kualitas pendidikan keluarga dan pola asuh yang baik memiliki peran besar dalam membentuk karakter dan kecerdasan anak (Wang 2023).

Namun demikian, kesadaran masyarakat akan pentingnya nutrisi dan pola asuh yang optimal masih rendah, khususnya di wilayah yang memiliki akses terbatas terhadap layanan kesehatan dan ahli gizi. Di Puskesmas Pekalangan, misalnya, tercatat lima balita mengalami stunting akibat kekurangan gizi dan kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang. Selain itu, kendala administrasi sering menghambat intervensi terhadap balita yang membutuhkan bantuan gizi tambahan. Hal ini menunjukkan perlunya program intervensi yang terintegrasi untuk mengatasi stunting di masyarakat.

### **Isu Terkait Masalah**

Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga menurunkan kemampuan belajar dan produktivitas di masa depan (Lestari, Mendrofa Motuho, and Ardina 2021). Penelitian lain juga menemukan bahwa lingkungan pendidikan anak, seperti fasilitas dan desain ruang pendidikan, berkontribusi signifikan terhadap perkembangan anak (Matthews and Lippman 2020). Oleh karena itu, kombinasi edukasi kesehatan dengan penguatan lingkungan pendidikan menjadi solusi yang relevan (Phillips and Boyd 2023).

### **Kajian Kegiatan Sebelumnya**

Berbagai kegiatan pengabdian masyarakat telah dilakukan untuk meningkatkan kesadaran orang tua terkait nutrisi dan pola asuh anak. Sebagai contoh, penelitian oleh Maulida et al. (2023) menunjukkan bahwa program pelatihan berbasis komunitas mampu meningkatkan pengetahuan orang tua tentang nutrisi dan kesehatan anak (Maulida et al. 2023). Pendekatan berbasis teori difusi inovasi juga berhasil digunakan dalam kegiatan penyuluhan kesehatan, dengan hasil yang menunjukkan peningkatan pemahaman orang tua mengenai pentingnya intervensi nutrisi sejak dini (Sugiharti et al. 2019).

### **Pentingnya Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)**

Program PKM yang berfokus pada edukasi gizi seimbang dan pola asuh anak di Puskesmas Pekalangan bertujuan untuk menurunkan angka stunting melalui pendekatan konseling kesehatan dan edukasi berbasis komunitas. Dengan memanfaatkan teori difusi inovasi, program ini diharapkan mampu menjangkau lebih banyak keluarga untuk mengadopsi pola hidup sehat secara berkelanjutan. Program ini juga diharapkan menjadi model bagi upaya intervensi stunting di wilayah lain.

Tujuan dari program ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua balita mengenai pentingnya gizi seimbang dan pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak. Program ini juga bertujuan memfasilitasi akses masyarakat terhadap layanan kesehatan, memberikan edukasi tentang intervensi gizi pada kasus stunting, serta mendorong partisipasi aktif masyarakat dalam menciptakan lingkungan keluarga yang sehat. Diharapkan, kegiatan ini dapat menurunkan angka stunting di wilayah Puskesmas Pekalangan dan memperkuat perilaku hidup sehat di tingkat komunitas.

## **METODE**

Program pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif berbasis edukasi dan konseling yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam mencegah stunting. Metode yang diterapkan meliputi:

1. **Observasi dan Identifikasi Masalah.** Tahap awal melibatkan pengumpulan data melalui observasi di Puskesmas Pekalangan dan wawancara dengan tenaga kesehatan. Data ini digunakan untuk mengidentifikasi jumlah balita yang mengalami stunting serta kendala yang dihadapi masyarakat, seperti akses terhadap layanan kesehatan dan kekurangan pengetahuan gizi.

2. **Edukasi Kesehatan Berbasis Komunitas.** Edukasi dilakukan melalui penyuluhan langsung di posyandu dan Puskesmas, dengan materi tentang pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang mendukung, dan praktik hidup sehat. Penyampaian informasi menggunakan alat bantu visual, seperti grafik pertumbuhan anak, dan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami.
3. **Konseling Gizi Individual.** Layanan konseling gizi diberikan oleh ahli gizi dan dokter umum. Konseling dirancang untuk mendukung interaksi personal antara konselor dan peserta, memfasilitasi identifikasi kebutuhan gizi individual balita, dan memberikan panduan praktis untuk implementasi pola makan sehat.
4. **Pemberdayaan Masyarakat melalui Kompetisi.** Program ini mencakup lomba pembuatan makanan pendamping ASI (MP-ASI) untuk meningkatkan keterlibatan masyarakat dan mengaplikasikan pengetahuan gizi yang telah diperoleh. Kegiatan ini bertujuan memotivasi masyarakat untuk secara aktif menerapkan praktik gizi yang sehat.
5. **Pemantauan dan Evaluasi.** Evaluasi dilakukan dengan memantau status gizi balita yang mengikuti program menggunakan tabel KPSP (Kuesioner Pra-Skrining Perkembangan) dan grafik pertumbuhan WHO. Evaluasi juga mencakup umpan balik dari peserta mengenai efektivitas metode penyuluhan dan konseling.
6. **Pendekatan Berbasis Teori Difusi Inovasi.** Proses edukasi dan konseling didasarkan pada teori difusi inovasi, yang melibatkan lima tahap: pengetahuan, persuasi, keputusan, implementasi, dan konfirmasi. Pendekatan ini memastikan masyarakat menerima, memahami, dan mengadopsi informasi yang diberikan untuk perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Metode ini dirancang untuk memberikan solusi komprehensif dan berkelanjutan dalam menangani masalah stunting dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat di wilayah sasaran.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil pengabdian dari konseling yang dilakukan di wilayah Puskesmas Pekalangan, kota Cirebon dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Demografi responden

Kategori	Keterangan	Jumlah
Jumlah Responden	8	8
Jenis Kelamin	- Pria	2
	- Wanita	6
Usia Responden	- < 25 tahun	1
	- 25-35 tahun	5
	- > 35 tahun	2
Pendidikan Terakhir	- SD/Sederajat	1
	- SMP/Sederajat	2
	- SMA/Sederajat	4
	- Diploma/Sarjana	1
Pekerjaan Responden	- Ibu Rumah Tangga	5
	- Pekerja Swasta	2
	- Wiraswasta	1
Status Ekonomi	- Pendapatan < Rp2 juta	4
	- Pendapatan Rp2 juta - Rp5 juta	3
	- Pendapatan > Rp5 juta	1

Tabel 2. Hasil konseling

No	Hasil	Keterangan
1	Peningkatan Pengetahuan Orang Tua	Orang tua balita memahami pentingnya gizi seimbang, pola asuh, dan pemantauan tumbuh kembang balita.
2	Perbaikan Pola Asuh dan Nutrisi	Orang tua mulai menerapkan pola makan sehat, termasuk membuat makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi.
3	Keterlibatan Komunitas	Kader kesehatan dan tenaga medis berpartisipasi aktif dalam edukasi dan konseling.
4	Peningkatan Kreativitas Orang Tua	Lomba MP-ASI memotivasi orang tua untuk lebih kreatif dalam menyajikan makanan bergizi.
5	Hambatan Logistik	Ruang konseling kurang kondusif (keterbatasan ruang dan kebisingan).
6	Kendala Administrasi	Data balita yang tidak lengkap menghambat intervensi kesehatan.

### Hasil

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini menghasilkan beberapa temuan penting:

1. **Peningkatan Pengetahuan Orang Tua.** Penyuluhan dan konseling berhasil meningkatkan pengetahuan orang tua balita terkait gizi seimbang, pola asuh anak, dan pentingnya pemantauan tumbuh kembang. Sebagian besar peserta mampu memahami informasi yang disampaikan dan menunjukkan minat tinggi untuk mengadopsi pola hidup sehat dalam keluarga.
2. **Perbaikan Pola Asuh dan Nutrisi.** Melalui kegiatan konseling dan edukasi, orang tua mulai menerapkan pola makan sehat, seperti menyediakan makanan pendamping ASI (MP-ASI) sesuai rekomendasi. Lomba pembuatan MP-ASI juga memotivasi peserta untuk lebih kreatif dalam menyajikan makanan bergizi.
3. **Keterlibatan Komunitas.** Program ini berhasil melibatkan masyarakat, termasuk kader kesehatan dan tenaga medis, dalam mendukung kegiatan edukasi. Keterlibatan aktif ini menciptakan rasa memiliki di kalangan masyarakat terhadap upaya bersama untuk mengatasi masalah stunting.
4. **Hambatan Pelaksanaan.** Beberapa hambatan yang ditemukan adalah kondisi tempat yang tidak kondusif untuk konseling, seperti keterbatasan ruang dan kebisingan. Selain itu, data administrasi yang tidak lengkap menghambat proses intervensi terhadap balita yang membutuhkan perhatian khusus.

### Pembahasan

Hasil program menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis komunitas dan konseling personal efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku masyarakat terkait pencegahan stunting. Studi sebelumnya mendukung temuan ini, di mana program edukasi berbasis komunitas mampu meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya nutrisi dan pola hidup sehat (Maulida et al. 2023).

#### Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku.

Orang tua yang mengikuti program menunjukkan peningkatan pemahaman dan motivasi untuk mengadopsi kebiasaan sehat. Hal ini sesuai dengan teori difusi inovasi, di mana tahap pengetahuan dan persuasi menjadi kunci awal perubahan perilaku (Orr 2003). Penggunaan alat bantu visual dan pendekatan bahasa sederhana terbukti efektif dalam membantu peserta memahami konsep-konsep penting (Pratt and Searles 2017).

#### Keterlibatan Komunitas sebagai Pendukung Keberlanjutan.

Keterlibatan kader kesehatan dan komunitas lokal dalam pelaksanaan program memberikan dampak positif pada keberlanjutan kegiatan. Penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan kader kesehatan efektif dalam meningkatkan akses dan kualitas layanan kesehatan pada tingkat komunitas (Pakpahan et al. 2021).

#### Hambatan Pelaksanaan.

Kendala logistik seperti ruang konseling yang tidak memadai dan data administrasi yang kurang lengkap menghambat proses pelaksanaan. Hambatan ini mencerminkan pentingnya perencanaan infrastruktur dan pengumpulan data yang baik untuk mendukung keberhasilan program. Studi lain

juga mencatat bahwa kurangnya dukungan infrastruktur sering kali menjadi hambatan utama dalam implementasi program kesehatan masyarakat (Sugiharti et al. 2019).

## **SIMPULAN**

Program ini berhasil meningkatkan kesadaran dan perilaku orang tua dalam pencegahan stunting meskipun menghadapi beberapa hambatan. Keberhasilan ini memperkuat pentingnya edukasi berbasis komunitas dan pendekatan konseling personal sebagai metode efektif dalam intervensi kesehatan masyarakat.

## **SARAN**

Hasil program menunjukkan perlunya upaya lebih lanjut untuk meningkatkan kapasitas dan akses terhadap layanan kesehatan di tingkat komunitas. Kolaborasi lintas sektor, pelatihan kader kesehatan, dan pemanfaatan media digital untuk penyebaran informasi dapat menjadi strategi yang efektif untuk memperluas jangkauan program.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Indriati, Ratna, B. Kristanto, and Ditya Yankusuma Setiani. 2023. "HUBUNGAN FAKTOR LINGKUNGAN KELUARGA DENGAN PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK." *KOSALA : Jurnal Ilmu Kesehatan* 11(2):131–38. doi: 10.37831/KJK.V11I2.303.
- Lestari, Sri Puji, Fery Agusman Mendrofa Motuho, and Yenli Ardina. 2021. "Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Tumbuh Kembang Anak Dan Keterlibatan Ibu Dalam Mengasuh Dengan Kemandirian Anak Usia Pra Sekolah." *Jurnal Smart Keperawatan* 8(1):53. doi: 10.34310/JSKP.V8I1.436.
- Matthews, Elizabeth, and Peter C. Lippman. 2020. "The Design and Evaluation of the Physical Environment of Young Children's Learning Settings." *Early Childhood Education Journal* 48(2):171–80. doi: 10.1007/S10643-019-00993-X.
- Maulida, Liyana Dwi, K. Suarjana, Sumber Daya, Standar Manusia Kesehatan, Puskesmas Pelayanan Puskesmas, Karakteristik Informan, Tabel 2. Karakteristik, Informan Kode, Informan Jenis, Kelamin Jabatan, Lokasi Wawancara, and Durasi Wawancara. 2023. "GAMBARAN KETERSEDIAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN SELAMA PANDEMI COVID-19 DI PUSKESMAS RAWAT INAP DAN NON RAWAT INAP WILAYAH KABUPATEN JEMBRANA." *ARCHIVE OF COMMUNITY HEALTH* 10(2):203. doi: 10.24843/ACH.2023.V10.I02.P03.
- Orr, Greg. 2003. "Diffusion of Innovations, by Everett Rogers (1995)." Retrieved January 21:2005.
- Pakpahan, Martina, Lia Kartika, Mega Sampepadang, Novita Susilawati Barus, Martha Octaria, and Tirolyn Panjaitan. 2021. "Webinar Edukasi Peran Orang Tua Dalam Tumbuh Kembang Anak Dan Well-Being Keluarga." *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)* 4(6):1434–47. doi: 10.33024/JKPM.V4I6.4516.
- Phillips, Alicia, and Wendy Boyd. 2023. "Characteristics of High-Quality Early Childhood Education and Care: A Study from Australia." *Frontiers in Education* 8. doi: 10.3389/FEDUC.2023.1155095/PDF.
- Pratt, Michelle, and Gordon E. Searles. 2017. "Using Visual Aids to Enhance Physician-Patient Discussions and Increase Health Literacy." *Journal of Cutaneous Medicine and Surgery* 21(6):497–501. doi: 10.1177/1203475417715208.
- Sugiharti, Sugiharti, Mujiati Mujiati, Siti Masitoh, and Eva Laelasari. 2019. "Gambaran Ketersediaan Sumber Daya Manusia Dan Prasarana Puskesmas Dalam Pelaksanaan Program Indonesia Sehat Dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK): Analisis Data Risnakes 2017." *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan* 31–39. doi: 10.22435/JPPPK.V3I1.1883.
- Wang, Yujie. 2023. "Influence of Early Family Nurturing Environment on Children's

Psychological and Emotional Social Development.” *Iranian Journal of Public Health* 52(10):2138.