

Aksi Gizi Edukasi Personal Tentang Stunting Wilayah Kerja Puskesmas Rasanae Timur Di Dodu 1

Nutrition Action Education Personal About Stunting In Rasanae East Health Center Working Area In Dodu 1

Zuarda Jumainap Rumjani^{1*}, Nur Husnul Khatimah²

^{1,2} Program Studi Gizi Universitas Muhammadiyah Bima, Kota Bima, 84113, Indonesia

*Koresponding Author: arunikaunoia3@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat artikel:

Diterima : 20 Mei 2025

Direvisi : 08 Juni 2025

Disetujui : 12 Juni 2025

Tersedia secara online: 30 Juli 2025

E-ISSN: 3090-0964 (Online)

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak terhadap tumbuh kembang anak serta kualitas sumber daya manusia di masa depan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita terkait upaya pencegahan stunting melalui pendekatan edukasi personal. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 24 Maret 2025 di Posyandu Telaga Hijau, Kelurahan Dodu 1, wilayah kerja Puskesmas Rasanae Timur. Metode kegiatan terdiri atas tiga tahapan, yaitu: (1) tahap persiapan berupa identifikasi masalah gizi dan penyusunan Planning of Action (POA); (2) tahap pelaksanaan yang mencakup penyuluhan PMBA, pengukuran antropometri balita, pembagian PMTP berupa puding labu kuning, dan edukasi personal kepada sasaran; serta (3) tahap evaluasi yang dilakukan melalui pengamatan respons dan pemahaman peserta. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi personal mampu meningkatkan pemahaman peserta terhadap pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting, serta menunjukkan antusiasme yang tinggi dari sasaran. Pendekatan edukasi personal efektif dalam menyampaikan informasi gizi secara individual, relevan dengan kebutuhan peserta, dan dapat dijadikan strategi edukatif dalam intervensi pencegahan stunting di masyarakat.

Kata kunci: Stunting, edukasi personal, PMTP, MP-ASI, Gizi

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that affects the growth and development of children and the quality of human resources in the future. The purpose of this activity is to increase the knowledge of pregnant women, nursing mothers, and mothers of toddlers related to stunting prevention efforts through a personal education approach. The activity was carried out on March 24, 2025 at Posyandu Telaga Hijau, Dodu 1 Village, East Rasanae Health Center working area. The activity method consists of three stages, namely: (1) preparation stage in the form of identification of nutritional problems and preparation of Planning of Action (POA); (2) implementation stage which includes counseling on IYCF, anthropometric measurements of toddlers, distribution of PMTP in the form of pumpkin pudding, and personal education to targets; and (3) evaluation stage which is carried out through observation of participant responses and understanding. The results of the activity showed that personal education was able to increase participants' understanding of the importance of balanced nutrition and stunting prevention, and showed high enthusiasm from the target.

In conclusion, the personalized education approach is effective in delivering individualized nutrition information, relevant to the needs of participants, and can



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International.

DOI:.....

be used as an educational strategy in stunting prevention interventions in the community.

Keyword: *Stunting, personalized education, PMTP, complementary feeding, nutrition*

1. Pendahuluan

Saat ini, stunting masih menjadi isu kesehatan yang mendapat perhatian serius, baik di tingkat global maupun nasional. Stunting merupakan kondisi akibat kekurangan gizi kronis yang umumnya mulai terlihat pada anak usia di bawah dua tahun (Baduta), meskipun prosesnya telah berlangsung sejak dalam kandungan. Kondisi ini dapat menghambat perkembangan fisik dan kognitif anak (Rahmawati & Mikaelasari, 2023). Kekurangan nutrisi yang terus-menerus, terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan, berperan besar dalam terjadinya stunting. Anak-anak yang mengalami stunting umumnya mengalami pertumbuhan yang terhambat, yang pada akhirnya berdampak pada kualitas sumber daya manusia dan produktivitas tenaga kerja (Rahmawati & Mikaelasari, 2023). Pencegahan stunting perlu difokuskan pada ibu hamil dan anak-anak, terutama mereka yang menunjukkan pertumbuhan di bawah standar. Oleh karena itu, pengetahuan orang tua—terutama ibu—sangat krusial dalam upaya pencegahan stunting (Ayu Lestari et al., 2024). Memastikan asupan gizi dan kesehatan ibu hamil menjadi langkah awal untuk membentuk generasi yang bebas stunting.

Berdasarkan data SSGBI 2019, prevalensi stunting di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) mencapai 36,8 persen, diukur berdasarkan indikator tinggi badan menurut umur (Sudikno et al., 2019). Ada lima kabupaten dengan angka stunting di atas rata-rata provinsi, yakni Lombok Tengah, Lombok Timur, Dompu, Sumbawa Barat, dan Lombok Utara, dengan angka tertinggi di Lombok Tengah sebesar 44,5 persen. Sementara itu, lima kabupaten/kota lain menunjukkan prevalensi di bawah rata-rata provinsi, dengan Kota Mataram memiliki angka terendah yakni 27,1 persen. ([BKKBN] Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, 2017)

Sesuai laporan Puskesmas Rasanae Timur per Februari 2025, masih terdapat berbagai kasus gizi buruk di beberapa kelurahan. Kelurahan Dodu mencatat jumlah balita stunting terbanyak, yaitu 39 anak, disertai 16 anak underweight, dan 6 anak wasting. Diikuti Kelurahan Nungga dengan 16 kasus stunting, 30 underweight, dan tanpa kasus wasting. Kelurahan Kodo mencatat 3 anak stunting dan 6 underweight tanpa wasting. Di Kelurahan Lelamase ditemukan 8 anak stunting, 16 underweight, dan 7 wasting. Sedangkan Kelurahan Lampe memiliki 5 anak stunting, 11 underweight, dan 6 wasting. (Timur, 2025)

Sayangnya, stunting masih sering diabaikan oleh masyarakat karena sulit dikenali secara visual. Di komunitas tertentu, anak bertubuh pendek dianggap sebagai hal yang wajar, sehingga stunting tidak dianggap sebagai masalah serius (De Onis & Branca, 2016). Data yang dipaparkan sebelumnya seharusnya menjadi pengingat pentingnya pencegahan sejak masa remaja dan periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Penanganan stunting perlu dilakukan melalui pola pengasuhan dan pendidikan yang berkelanjutan. (Niatullah Aliyati et al., 2024) Oleh karena itu, dibutuhkan program terintegrasi dan lintas sektor untuk meningkatkan pendapatan keluarga, pendidikan ibu, pengetahuan gizi, serta pemberian ASI eksklusif (Silalahi et al., 2024). Selain faktor-faktor yang telah disebutkan, masih banyak penyebab lain yang turut berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Edukasi personal menjadi salah satu pendekatan efektif untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Melalui pendekatan ini, pengetahuan dapat diukur dan informasi gizi dapat disampaikan secara lebih tepat dan menyeluruh, sehingga pemahaman ibu pun menjadi lebih baik. Edukasi personal ini menjadi bentuk lanjutan dari penyuluhan agar dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan meningkatkan kesadaran ibu dalam masalah gizi (Effendy et al., 2022). Berdasarkan hasil identifikasi permasalahan, telah dirancang dan dilaksanakan berbagai program dalam kegiatan PKL-GKM yang berfungsi sebagai wadah utama pelaksanaan program edukasi personal. Program ini telah tertuang secara sistematis dalam *Planning of Action* (POA). Edukasi personal tersebut merupakan tindak lanjut dari kegiatan penyuluhan PMBA (Pemberian Makanan Bayi dan Anak) yang dilaksanakan oleh tim PKL-GKM setelah melakukan analisis terhadap permasalahan gizi yang ditemukan di wilayah kerja Puskesmas Rasanae Timur. Sasaran utama dari kegiatan edukasi personal ini adalah ibu hamil, ibu menyusui, serta ibu yang memiliki balita.

Berdasarkan data yang telah dikumpulkan, stunting teridentifikasi sebagai permasalahan gizi utama di wilayah tersebut. Oleh karena itu, kegiatan edukasi personal difokuskan pada penyampaian informasi mengenai stunting, yang dilaksanakan di wilayah Dodu 1, wilayah kerja Puskesmas Rasanae Timur. Selain pelaksanaan edukasi, program ini juga mencakup kegiatan distribusi PMTP berupa puding labu kuning (pumpkin pudding) sebagai bentuk pemanfaatan pangan lokal untuk mendukung pemenuhan gizi dalam makanan pendamping ASI (MPASI).

Pada tahap perencanaan, kegiatan ini dirancang untuk mencakup penyuluhan gizi serta pemberdayaan masyarakat dalam mengoptimalkan potensi sumber daya pangan lokal. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai stunting dan pentingnya konsumsi gizi seimbang, khususnya melalui penggunaan pangan lokal dalam penyusunan MPASI yang bergizi dan berkualitas.

2. Metode

Pelaksanaan kegiatan PKL-GKM yang dilaksanakan di Puskesmas Rsanae Timur dapat memberikan manfaat dan dampak yang positif untuk Masyarakat. Semoga edukasi personal ini mendapatkan hasil yang maksimal. Dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini ada beberapa tahapan atau metode kajian yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang ada, diantaranya adalah sebagai berikut :

2.1 Tahap Persiapan

Pada tahap ini, dilakukan identifikasi permasalahan gizi di wilayah kerja Puskesmas Rasanae Timur melalui analisis data sekunder dan observasi lapangan. Berdasarkan hasil identifikasi, stunting terdeteksi sebagai permasalahan utama, khususnya di wilayah Kelurahan Dodu 1. Temuan ini kemudian menjadi dasar dalam penyusunan *Planning of Action* (POA) kegiatan PKL-GKM.

Selanjutnya, disusun rencana kegiatan yang mencakup penentuan sasaran, yaitu ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu yang memiliki balita. Selain itu, dilakukan penyusunan materi edukasi yang difokuskan pada pemahaman tentang stunting, pentingnya gizi seimbang, dan pemanfaatan pangan lokal dalam penyusunan MPASI (Maharani & Rahman, 2022). Tim juga mempersiapkan alat bantu edukasi serta pengolahan PMTP berupa puding labu kuning sebagai bentuk pemanfaatan pangan lokal.

2.2 Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan edukasi personal dilakukan pada tanggal 24 Maret 2025 di Posyandu Telaga Hijau, Kelurahan Dodu 1, wilayah kerja Puskesmas Rasanae Timur. Kegiatan menyasar ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita sebagai kelompok prioritas dalam upaya pencegahan stunting. Materi edukasi yang disampaikan meliputi pengenalan stunting, penyebab dan dampaknya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, pentingnya intervensi gizi dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), serta strategi pemenuhan gizi melalui makanan bergizi seimbang. Edukasi dilakukan secara personal dengan pendekatan komunikasi interpersonal untuk memastikan informasi dapat diterima dan dipahami secara optimal oleh sasaran. Sebagai bagian dari kegiatan, dilakukan pembagian PMTP berupa puding labu kuning (pumpkin pudding) kepada para peserta sebagai contoh pemanfaatan pangan lokal untuk pemenuhan gizi MPASI. Kegiatan ini juga bertujuan untuk memberikan pengalaman langsung kepada ibu dalam melihat bentuk konkret pemanfaatan pangan lokal sebagai solusi praktis dalam pencegahan stunting.

2.3 Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk menilai efektivitas pelaksanaan edukasi personal serta tingkat pemahaman sasaran terhadap materi yang diberikan. Evaluasi bersifat kualitatif dan dilakukan melalui pengamatan terhadap partisipasi, respons, dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung. Selain itu, dilakukan tanya jawab dan diskusi ringan sebagai sarana memperoleh umpan balik langsung dari peserta mengenai materi edukasi serta penerimaan terhadap PMTP yang dibagikan. Hasil evaluasi ini digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam pengembangan program edukasi dan intervensi gizi selanjutnya yang lebih terarah dan efektif, khususnya dalam konteks pemanfaatan pangan lokal.

3. Hasil dan Pembahasan.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat dilaksanakan di Posyandu Telaga Hijau Dodu 1 dengan melibatkan pihak Puskesmas yaitu tenaga gizi serta mahasiswa PKL-GKM dan kader posyandu dengan melibatkan peserta posyandu ibu dan balita Penyuluhan. Kegiatan edukasi gizi ini mengangkat tema “*Aksi Gizi Edukasi Personal Tentang Stunting*” yang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman individu mengenai pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Edukasi dilakukan secara tatap muka dengan pendekatan komunikasi dua arah, sehingga peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif, tetapi juga dapat berdiskusi, bertanya, dan berbagi pengalaman. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah leaflet stunting yang berisi informasi ringkas dan mudah dipahami, serta puding pumpkin (labu kuning) sebagai contoh makanan bergizi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penyajian makanan ini juga dimanfaatkan untuk menjelaskan manfaat gizi dan pentingnya pemilihan pangan lokal bergizi sebagai upaya pencegahan stunting.

Kegiatan edukasi personal yang dilaksanakan oleh mahasiswa PKL-GKM di wilayah kerja Puskesmas Rasanae Timur, tepatnya di Posyandu Telaga Hijau, Kelurahan Dodu 1, dilaksanakan pada tanggal 24 Maret 2025. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita mengenai pencegahan stunting melalui pendekatan edukasi gizi yang terfokus dan individual. Kegiatan diawali dengan penyuluhan PMBA (Pemberian Makan Bayi dan Anak) yang dilakukan secara kelompok. Penyuluhan ini memberikan informasi dasar mengenai pentingnya pemenuhan gizi sejak dini, terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), serta praktik pemberian makanan yang tepat untuk bayi dan anak sesuai usia. Setelah penyuluhan, kegiatan dilanjutkan dengan pengukuran antropometri, yang meliputi pengukuran berat badan dan tinggi badan balita. Pengukuran ini dilakukan untuk mengidentifikasi status gizi anak dan menjadi data awal dalam menentukan tindakan lanjutan yang sesuai.

Berikutnya, sebagai bagian dari intervensi gizi dan pemanfaatan pangan lokal, dilakukan pembagian PMTP (Pemberian Makanan Tambahan Penyuluhan) berupa puding labu kuning (pumpkin pudding) kepada para peserta. Puding ini dibuat dengan bahan dasar lokal dan bertujuan sebagai contoh makanan bergizi yang dapat dijadikan alternatif MPASI di rumah. (Athallah et al., 2025)

Tahap akhir dari kegiatan adalah edukasi personal, yang dilakukan secara langsung dan individual kepada ibu-ibu sasaran. Dalam sesi ini, edukator menyampaikan informasi yang lebih mendalam mengenai stunting, penyebabnya, dampaknya, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan di rumah. Pendekatan interpersonal ini memungkinkan ibu untuk bertanya dan berdiskusi secara terbuka, sehingga materi yang disampaikan dapat diterima dengan lebih baik dan relevan dengan kondisi masing-masing. Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi (Pratiwi, 2024). Edukasi personal dinilai efektif dalam menjawab kebutuhan informasi secara spesifik dan meningkatkan pemahaman individu tentang pentingnya gizi dalam mencegah stunting.



Gambar 1. (a) Pemaparan sekaligus pembagian PMTP



Gambar 2. (b) Edukasi personal stunting

4. Kesimpulan.

Kegiatan edukasi personal yang dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Rasanae Timur, khususnya di Kelurahan Dodu 1, terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil, ibu

menyusui, dan ibu balita mengenai pencegahan stunting. Pendekatan ini dilakukan secara sistematis melalui tiga tahap: persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Edukasi diberikan secara interpersonal, memungkinkan penyampaian informasi yang lebih spesifik dan relevan terhadap kebutuhan masing-masing individu. Selain itu, intervensi berupa pembagian makanan tambahan bergizi (puding labu kuning) sebagai contoh MPASI berbasis pangan lokal berhasil memperkuat pemahaman praktis peserta mengenai pemenuhan gizi anak. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi personal dapat menjadi strategi edukatif yang efektif dan aplikatif dalam upaya pencegahan stunting di masyarakat, terutama jika dilengkapi dengan pendekatan langsung, media edukatif sederhana, serta pemanfaatan sumber daya lokal

5. Ucapan terima kasih

Terima kasih disampaikan kepada pihak yang sudah terlibat, petugas Kesehatan puskesmas rasanae timur khususnya tenaga gizi, kader posyandu dan mahasiswa PKL-GKM.

Referensi

- [BKKBN] Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2017). 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan). *Bkkbn*, 1, 1–112. www.orangtuahebat.id
- Athallah, F. B., Hadmah, A. G., Soleha, V. S., Febrianti, N., Hukum, F., Semarang, U. N., Sejarah, I., Semarang, U. N., Guru, P., Dasar, S., & Negeri, U. (2025). *Jurnal Bina Desa Gerakan Cegah Stunting Edukasi Gizi Seimbang Melalui Pengenalan Makanan Sehat untuk Ibu dan Balita di Desa Margosari Kabupaten Kendal Pendahuluan*. 7(1), 76–84.
- Ayu Lestarini, I., Rahayu, W. D., & Dewi, N. K. A. (2024). Peningkatan pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting melalui edukasi kesehatan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1), 22–29.
- De Onis, M., & Branca, F. (2016). Childhood stunting: A global perspective. *Maternal & Child Nutrition*, 12(S1), 12–26. <https://doi.org/10.1111/mcn.12231>
- Effendy, D. S., Bahar, H., Muchtar, F., Lestari, H., & Tosepu, R. (2022). Pendidikan Gizi Seimbang untuk Mencegah Stunting Menggunakan Media Video dan Poster pada Murid Sekolah Dasar di SDIT Al Wahdah Kendari. *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*, 02(01), 21–27.
- Maharani, S. C., & Rahman, S. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Pada Masyarakat Kelurahan Pasar Merah Barat. *Jurnal Implementa Husada*, 3(3). <https://doi.org/10.30596/jih.v3i3.11645>
- Niatullah Aliyati, N., Surya Mandiri Bima, A., & Kebidanan Harapan Bunda Bima, A. (2024). Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Pada Balita di Puskesmas Rasanae Timur Kota Bima. *EKOMA : Jurnal Ekonomi*, 3(2), 1101–1107.
- Pratiwi, D. E. (2024). Pola Asuh Ibu Balita Stunting. *An-Najat*, 2(2 SE-Articles), 185–195. <https://jurnal.stikes-ibnusina.ac.id/index.php/an-Najat/article/view/1181>
- Rahmawati, A., & Mikaelasari, F. (2023). Gizi buruk dan stunting: Tinjauan dari 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Kesehatan Ibu Dan Anak*, 11(3), 112–119.
- Silalahi, E. S., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Syifa, A. (2024). *Kejadian Stunting Pada Balita Desa Sei Mencirim*. 108–113.
- Sudikno, Irawan, I. R., Setyawati, B., Sari, Y. D., Wiryawan, Y., Puspitasari, D. S., Widodo, Y., Ahmadi, F., Rachmawati, R., Amaliah, N., Arfines, P. P., Rosha, B. C., Pambudi, J., Aditianti, Julianti, E. D., & Safitri, A. (2019). Laporan Akhir Penelitian Status Gizi Balita Tahun 2019. *Kemenkes RI*, 1–150. <https://cegahstunting.id/unduh/publikasi-data/>
- Timur, U. R. (2025). *Rekap Status Gizi bulan Februari 2025*.