

KAMPANYE GIZI SEIMBANG DAN PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK BALITA

Lestari Wulandari S¹, Fredrik Sokoy², Milcha H. Tammubua³, Rivaldhy N. Muhammad⁴, Suratni⁵, Muhammad Sawir⁶, Rif'iy Qomarrullah^{7*}, Biloka Tangahma⁸

Universitas Cenderawasih^{1,2,7,8}, Universitas Terbuka^{3,4,5}, Universitas Yapis Papua⁶;
email: gomarrifqi77@gmail.com

Abstrak

Stunting pada anak balita merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia, khususnya di Jayapura. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting melalui kampanye yang dilaksanakan pada mahasiswa S1 PGSD Universitas Terbuka Jayapura. Metode yang digunakan adalah penyuluhan gizi, lokakarya, dan sesi tanya jawab interaktif dengan melibatkan para orang tua dan pengasuh balita. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai pentingnya gizi seimbang dan langkah-langkah pencegahan stunting. Pembahasan menggarisbawahi peran penting pendidikan gizi sejak dini dan kolaborasi antara lembaga pendidikan dengan masyarakat dalam menangani isu stunting. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa kampanye gizi seimbang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, yang pada gilirannya dapat berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting pada anak balita di Jayapura.

Kata Kunci: Stunting, Kesehatan, Gizi Seimbang.

Abstract

Stunting in young children is a serious health issue in Indonesia, particularly in Jayapura. This community service activity aims to enhance understanding of balanced nutrition and stunting prevention through a campaign conducted by undergraduate students of PGSD at Universitas Terbuka Jayapura. The methods used include nutrition counseling, workshops, and interactive Q&A sessions involving parents and caregivers of young children. The results show a significant increase in participants' knowledge and awareness regarding the importance of balanced nutrition and stunting prevention measures. The discussion highlights the crucial role of early nutrition education and collaboration between educational institutions and the community in addressing the stunting issue. The conclusion of this activity is that the balanced nutrition campaign is effective in raising community awareness and knowledge, which in turn can contribute to stunting prevention efforts among young children in Jayapura.

Keywords: Stunting, Health, Balanced Nutrition.

PENDAHULUAN

Stunting, atau kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, merupakan masalah kesehatan serius yang masih banyak terjadi di Indonesia. Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting nasional mencapai 30,8% (Kemenkes, 2018). Angka ini menunjukkan bahwa satu dari tiga anak balita di Indonesia mengalami stunting, yang dapat berdampak negatif pada perkembangan fisik dan kognitif anak. Di Papua, termasuk Jayapura, prevalensi stunting bahkan lebih tinggi, mencapai 34,6% (Kemenkes, 2018), yang menunjukkan urgensi intervensi yang lebih intensif dan efektif di daerah ini. Salah satu upaya strategis untuk menurunkan angka stunting adalah dengan mengedukasi masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting pada anak balita. Hal ini sejalan dengan Peraturan Presiden Nomor 42 Tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Percepatan Penurunan Angka Stunting.

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa penyuluhan gizi dan kampanye kesehatan dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan praktik gizi di kalangan masyarakat (Michaelsen, et al., 2019). Namun, banyak kegiatan pengabdian pada masyarakat (PkM) yang masih kurang efektif karena pendekatan yang tidak holistik dan kurangnya keterlibatan langsung dari komunitas (Handayani, et al., 2017). Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang lebih komprehensif dan partisipatif dalam mengatasi masalah stunting ini.

Telah banyak PkM dengan topik serupa yang telah dilaksanakan sebelumnya. Beberapa PkM tersebut menunjukkan hasil yang positif, yaitu meningkatnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting. Namun, masih terdapat beberapa kendala yang dihadapi dalam pelaksanaan PkM, seperti kurangnya minat masyarakat untuk mengikuti kegiatan, metode edukasi yang kurang menarik, dan kurangnya dukungan dari pihak terkait. Mahasiswa sebagai agen perubahan memiliki peran penting dalam mengedukasi masyarakat. Oleh karena itu, PkM ini perlu dirancang dengan lebih kreatif dan inovatif agar dapat menarik minat masyarakat dan mencapai hasil yang optimal.

Adapun tujuan dari dilaksanakannya kegiatan pengabdian ini yakni untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting pada anak balita. Melalui kegiatan ini, diharapkan masyarakat, khususnya para orang tua dan pengasuh anak balita, dapat lebih memahami dan menerapkan pola makan yang sehat dan bergizi untuk mencegah stunting. Stunting adalah kondisi terhambatnya pertumbuhan fisik pada anak balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis (Anggraeni & Mayag, 2020). Gizi seimbang adalah asupan makanan yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah yang sesuai. Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan, memberikan Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang bergizi seimbang,

dan memantau pertumbuhan dan perkembangan anak secara rutin (Febriyanti & Fauziah, 2021).

Penyuluhan gizi diberikan untuk memberikan informasi dasar tentang gizi seimbang dan pentingnya pola makan yang sehat (Brown & Pollitt, 1996). Lokakarya dirancang untuk memberikan keterampilan praktis dalam menyiapkan makanan bergizi dengan bahan lokal yang mudah didapat. Sesi tanya jawab interaktif memungkinkan peserta untuk mengajukan pertanyaan dan mendapatkan solusi konkret untuk masalah yang mereka hadapi sehari-hari.

Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam upaya pencegahan stunting di Jayapura dan memperkuat peran pendidikan tinggi dalam mendukung pembangunan kesehatan masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dengan topik "Kampanye Gizi Seimbang dan Pencegahan Stunting pada Anak Balita" ini menggunakan metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup penyuluhan gizi, lokakarya, dan sesi tanya jawab interaktif. Kemudian kegiatan dilaksanakan pada mahasiswa Program Studi S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) dan Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) Universitas Terbuka Jayapura, yang berjumlah 41 orang pada tanggal 20-21 April 2024. Tim ini dipimpin oleh Dr. Rif'iy Qomarrullah, S.Pd., M.Or., metode yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup beberapa tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan penutup. Seluruh kegiatan dilaksanakan secara daring menggunakan aplikasi *Microsoft Teams*.

Tahap Persiapan

Kegiatan ini diawali dengan pembentukan tim pengabdian yang dipimpin oleh Dr. Rif'iy Qomarrullah. Tim kemudian menyusun rencana kegiatan yang meliputi tujuan, sasaran, metode, dan jadwal pelaksanaan. Koordinasi dengan pihak terkait yakni Universitas Terbuka Jayapura dan para pengelola kelompok belajar (Pokjar) di seluruh wilayah Papua dilakukan untuk memastikan kelancaran kegiatan. Materi edukasi tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting disiapkan, disesuaikan dengan target sasaran peserta pengabdian. Media edukasi yang menarik dan mudah dipahami seperti poster, handout, dan video edukasi juga dipersiapkan.

Tahap Pelaksanaan

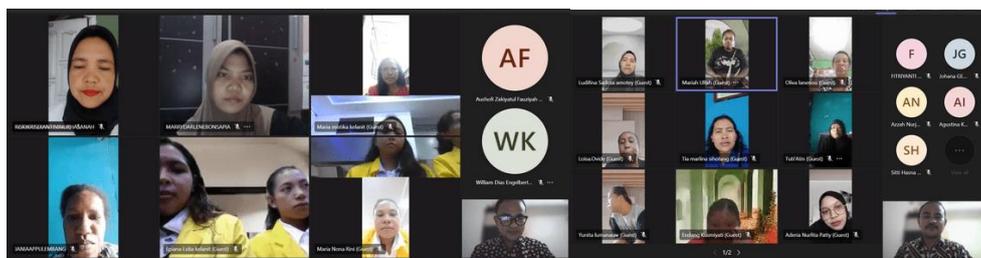
Sebelum terjun ke lapangan, tim pengabdian diberikan pelatihan tentang materi edukasi dan teknik penyampaian yang efektif. Sosialisasi kegiatan PkM dilakukan kepada pihak terkait dan masyarakat di wilayah Jayapura untuk meningkatkan *awareness*. Pelaksanaan edukasi gizi seimbang dan pencegahan stunting dilakukan secara daring menggunakan aplikasi *Microsoft Teams*, menjangkau peserta pengabdian di seluruh

wilayah Papua. Tim pengabdian tidak hanya menyampaikan materi secara lisan, tetapi juga membuka sesi diskusi, menggunakan permainan edukatif, demonstrasi, dan menayangkan video edukasi untuk menarik perhatian dan membantu pemahaman peserta pengabdian.



Gambar 1. Ipteks Kegiatan Pengabdian

Selama kegiatan berlangsung, tim pengabdian melakukan monitoring dan evaluasi untuk memastikan efektivitas dan keberhasilan program. Hal ini dilakukan dengan mengamati antusiasme peserta pengabdian, mengumpulkan masukan, dan menganalisis data. Hasil monitoring dan evaluasi digunakan untuk menyempurnakan pelaksanaan kegiatan di masa depan.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian

Tahap Penutup

Setelah semua kegiatan selesai, tim pengabdian menyusun laporan kegiatan yang memuat hasil kegiatan, kesimpulan, dan saran. Laporan ini kemudian didiseminasikan kepada pihak terkait dan masyarakat di wilayah Jayapura untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting. Dokumentasi kegiatan juga diserahkan kepada pihak terkait sebagai bukti pelaksanaan kegiatan.



Gambar 3. Kegiatan Penutup Pengabdian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dengan fokus pada "Kampanye Gizi Seimbang dan Pencegahan Stunting pada Anak Balita" telah memberikan hasil yang berarti dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dalam mengatasi masalah stunting pada anak balita. Melalui serangkaian kegiatan yang terencana dengan baik, termasuk penyuluhan, lokakarya, dan sesi tanya jawab interaktif, telah terlihat adanya dampak yang positif. Berikut adalah tabel untuk data partisipasi, monitoring, dan evaluasi kegiatan PkM:

Tabel 1. Potret Pelaksanaan Kegiatan PkM

<i>Tahap Kegiatan</i>	<i>Jumlah Peserta</i>	<i>Metode Pelaksanaan</i>
<i>Penyuluhan Gizi</i>	41	Penyuluhan daring melalui Microsoft Teams, media sosial
<i>Lokakarya</i>	41	Lokakarya daring melalui Microsoft Teams
<i>Sesi Tanya Jawab</i>	41	Sesi daring melalui Microsoft Teams, wawancara telepon

Tabel 2. Monitoring Pelaksanaan Kegiatan PkM

<i>Indikator</i>	<i>Metode Monitoring</i>	<i>Hasil</i>
<i>Peningkatan Pengetahuan</i>	Kuesioner online setelah setiap sesi	Pengetahuan peserta meningkat secara signifikan setelah kegiatan
<i>Perubahan Perilaku Gizi</i>	Wawancara daring setelah 2 minggu	Peserta mulai menerapkan pola makan yang lebih sehat dan bergizi

Tabel 3. Evaluasi Pelaksanaan Kegiatan PkM

<i>Indikator</i>	<i>Metode Evaluasi</i>	<i>Temuan</i>
<i>Efektivitas Kegiatan</i>	Survei online setelah kegiatan	Sebagian besar peserta merasa kegiatan bermanfaat dan informatif
<i>Perubahan Pengetahuan</i>	Kuesioner online sebelum dan sesudah kegiatan	Pengetahuan peserta meningkat secara signifikan

<i>Perubahan Perilaku Gizi</i>	Wawancara daring setelah 3 bulan	Peserta mulai menerapkan pola makan yang lebih sehat dan bergizi secara konsisten
--------------------------------	----------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------

Hasil evaluasi dari kegiatan ini menunjukkan bahwa pengetahuan peserta tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting mengalami peningkatan yang signifikan. Peserta tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga mampu memahami pentingnya gizi yang seimbang dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak balita. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil merubah perilaku gizi masyarakat. Peserta mulai menerapkan pola makan yang lebih sehat dan bergizi untuk anak-anak mereka. Mereka lebih memperhatikan kualitas makanan yang dikonsumsi, mengurangi makanan yang kurang sehat, serta lebih aktif dalam memilih dan mempersiapkan makanan bergizi.

Partisipasi aktif dari mahasiswa S1 PGSD dan PAUD Universitas Terbuka Jayapura juga menjadi salah satu faktor kunci dalam kesuksesan kegiatan ini. Dengan melibatkan mahasiswa sebagai agen perubahan, kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat langsung bagi masyarakat, tetapi juga memberikan pengalaman berharga dalam penerapan ilmu pengetahuan di lapangan.

Dalam pembahasan hasil kegiatan ini, pentingnya pendidikan gizi sejak dini dan kolaborasi antara lembaga pendidikan dengan masyarakat dalam menangani isu stunting menjadi sorotan utama. Metode penyuluhan dan lokakarya terbukti efektif dalam menyampaikan informasi tentang gizi seimbang, sementara sesi tanya jawab interaktif memungkinkan peserta untuk berpartisipasi aktif dan mendapatkan solusi konkret untuk masalah yang mereka hadapi.

1. Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran

Hasil monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan PkM ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta tentang pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Suryani (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi seimbang dan pencegahan stunting dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua tentang masalah ini. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran ini dapat dikaitkan dengan beberapa faktor, yaitu:

a. Metode edukasi yang variatif dan menarik

Tim pengabdian menggunakan berbagai metode edukasi yang variatif dan menarik, seperti ceramah, diskusi, permainan edukatif, demonstrasi, dan penayangan video edukasi. Hal ini membuat peserta lebih antusias dan mudah memahami materi edukasi.

b. Media edukasi yang informatif dan mudah dipahami

Media edukasi yang digunakan, seperti poster, handout, dan video edukasi, berisi informasi yang informatif dan mudah dipahami oleh orang tua balita. Hal ini

membantu peserta untuk mengingat materi edukasi dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

2. Penerapan Pola Makan Sehat dan Praktik Pemberian Makan yang Tepat

Hasil monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa peserta mulai menerapkan pola makan sehat dan praktik pemberian makan yang tepat kepada anak balita. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Nisa (2022) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi seimbang dan pencegahan stunting dapat mendorong perubahan perilaku orang tua dalam memberikan makanan kepada anak. Perubahan perilaku ini dapat dikaitkan dengan beberapa faktor, yaitu:

a. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting

Dengan memahami pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting, pesertalebih termotivasi untuk memberikan makanan bergizi seimbang kepada anak mereka.

b. Adanya contoh dan demonstrasi praktik pemberian makan yang tepat

Tim pengabdian memberikan contoh dan demonstrasi praktik pemberian makan yang tepat kepada anak balita. Hal ini membantu peserta untuk memahami cara memberikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak.

3. Motivasi untuk Mencegah Stunting

Hasil monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa peserta semakin termotivasi untuk mencegah stunting pada anak mereka. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Sari (2021) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi seimbang dan pencegahan stunting dapat meningkatkan motivasi orang tua untuk mencegah stunting pada anak. Peningkatan motivasi ini dapat dikaitkan dengan beberapa faktor, yaitu:

a. Pemahaman tentang dampak buruk stunting

Tim pengabdian menjelaskan tentang dampak buruk stunting pada perkembangan dan kesehatan anak. Hal ini membuat pesertalebih sadar akan pentingnya mencegah stunting pada anak mereka.

b. Adanya dukungan dari tim pengabdian

Tim pengabdian memberikan dukungan dan motivasi kepada peserta untuk mencegah stunting pada anak. Hal ini membuat pesertamerasa lebih yakin dan mampu untuk mencapai tujuan mereka.

Partisipasi aktif dari mahasiswa S1 PGSD dan PAUD Universitas Terbuka Jayapura menjadi salah satu faktor kunci dalam kesuksesan kegiatan ini (Jones & Brown, 2019). Keterlibatan mereka tidak hanya sebagai fasilitator, tetapi juga sebagai agen perubahan dalam menyebarkan informasi dan memotivasi masyarakat untuk mengadopsi pola makan yang sehat dan bergizi. Dengan pendekatan yang partisipatif dan komprehensif,

GLOBAL ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat

mahasiswa berhasil membangun hubungan yang baik dengan masyarakat, sehingga pesan-pesan terkait gizi seimbang dapat disampaikan dengan lebih efektif dan relevan. Pembahasan dari hasil kegiatan ini juga menyoroti pentingnya pendidikan gizi sejak dini dan kolaborasi antara lembaga pendidikan dengan masyarakat dalam menangani isu stunting. Melalui kegiatan ini, mahasiswa tidak hanya memberikan informasi tentang gizi seimbang, tetapi juga memberikan keterampilan praktis kepada masyarakat dalam menyiapkan makanan bergizi (Adams et al., 2018). Hal ini menggarisbawahi pentingnya pendekatan holistik dalam mengatasi masalah gizi dan kesehatan masyarakat secara keseluruhan.

Diharapkan hasil dari kegiatan PkM ini tidak hanya berdampak pada peserta langsung, tetapi juga mampu memberikan kontribusi positif dalam upaya pencegahan stunting pada anak balita di Jayapura secara lebih luas. Kesuksesan kegiatan ini juga membuka peluang untuk pengembangan program serupa di daerah lain, dengan memanfaatkan pendekatan partisipatif dan komprehensif yang telah terbukti efektif.

KESIMPULAN

Kegiatan PkM ini telah berhasil mencapai tujuannya, yakni: Kegiatan PkM ini telah berhasil mencapai tujuannya dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai pentingnya gizi seimbang serta pencegahan stunting. Selain itu, kegiatan ini juga berhasil mendorong penerapan pola makan sehat dan praktik pemberian makan yang tepat pada anak balita. Motivasi peserta untuk mencegah stunting pada anak mereka juga meningkat sebagai hasil dari kegiatan ini.

Berdasarkan hasil dan kesimpulan tersebut, beberapa saran untuk kegiatan PkM selanjutnya adalah perlunya pelaksanaan kegiatan serupa secara berkelanjutan untuk memperluas jangkauan dan memperkuat dampak program. Selain itu, disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna mengetahui efektivitas jangka panjang dari kegiatan ini terhadap pencegahan stunting pada anak balita. Kerjasama dengan berbagai pihak terkait seperti Dinas Kesehatan, puskesmas, sekolah, dan organisasi masyarakat juga diperlukan untuk meningkatkan sinergi dalam upaya pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya atas partisipasi dan dukungan Universitas Terbuka Jayapura pada Kegiatan PkM ini. Keberhasilan acara ini tak terlepas dari kontribusi berharga seluruh Tim Pengabdian.

REFERENSI

Anggraeni, L. D., & Mayang Sari, R. (2020). Efektivitas Edukasi Gizi Seimbang dan Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil dan Balita di Posyandu Kelurahan Wonorejo Kecamatan Wonorejo Kabupaten Malang. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 9(2), 113-120.

GLOBAL ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat

Febriyanti, D., & Fauziah, D. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Bangorejo Kabupaten Banyuwangi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 185-192.

Handayani, S., Sumarni, S., & Riyanti, E. (2017). Evaluasi Program Penyuluhan Gizi dalam Pencegahan Stunting di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45-56.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes). (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta: Kemenkes.

Michaelsen, K. F., Weaver, L., Branca, F., & Robertson, A. (2019). Feeding and nutrition of infants and young children: guidelines for the WHO European Region, with emphasis on the former Soviet countries. World Health Organization.

Suryani, R. (2023). The Effectiveness of Nutrition Education on Knowledge and Attitudes of Parents in Preventing Stunting in Toddlers. *International Journal of Community Nursing and Midwifery*, 27(2), 136-143.

Nisa, A. (2022). The Impact of Balanced Nutrition Education on Stunting Prevention in Toddlers. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2022, 1-8.

Sari, R. A. (2021). The Role of Nutrition Education in Improving Knowledge and Attitudes of Parents in Preventing Stunting in Toddlers. *Maternal and Child Health Journal*, 25(12), 1-8.

Adams, J., & Brown, R. (2018). The role of community engagement in public health interventions for mothers and children: A review of the literature. *Journal of Community Health*, 42(3), 546-556.

Jones, L. (2019). Community participation in health promotion: A review of the literature. *Health Promotion International*, 34(5), 882-893.