



PENINGKATAN SADAR GIZI MELALUI EDUKASI POLA ASUH DAN DEMO MASAK MAKANAN TAMBAHAN BAGI BALITA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Devita Ayu Wandari¹, Eilen Endah Nugrahsari², Ilut Toifatin Nariyah³, Moch. Rifky Izza G⁴, Nadia Nur Rohmah⁵, M. Thufail Alwannabil Samas⁶, Funsu Andiarna⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Islam Negeri Sunan Ampel, Surabaya

Email: funsu_andiarna@uinsa.ac.id

Abstract

Stunting is a global health problem that causes long-term impacts on child growth and development. The problem of stunting is still a serious concern, including in rural areas such as Lebak Village. In an effort to prevent stunting in Lebak Village, a service activity was carried out which focused on providing knowledge and understanding of parenting patterns that support optimal growth and development of children, the principles of balanced nutrition, and techniques for cooking healthy and nutritious additional food. This service activity aims to evaluate the effectiveness of parenting education and additional food cooking demonstrations in increasing nutritional awareness. This service activity uses an Asset Based Community Development (ABCD) approach involving 40 participants including cadre mothers and mothers of children who are indicated to be stunted. The results show that there is an increase in parents' knowledge and understanding of parenting, nutrition, and how to cook additional food that can contribute to the prevention of stunting in Lebak Village.

Keywords: education, nutrition, stunting, parenting, supplementary food.

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan global yang mengakibatkan dampak jangka panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Masalah stunting masih menjadi perhatian yang serius, tak terkecuali pada lingkup pedesaan seperti Desa Lebak. Dalam upaya pencegahan stunting di Desa Lebak, dilakukan sebuah kegiatan pengabdian yang difokuskan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai pola asuh yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak, prinsip-prinsip gizi seimbang, serta teknik memasak makanan tambahan yang sehat dan bergizi. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas edukasi pola asuh dan demonstrasi masak makanan tambahan dalam meningkatkan kesadaran gizi. Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan *Asset Based Community Development* (ABCD) yang melibatkan 40 peserta meliputi ibu-ibu kader serta ibu-ibu dari anak yang terindikasi mengalami stunting. Hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan dalam pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai pola asuh, gizi, serta tata cara memasak makanan tambahan yang dapat berkontribusi pada pencegahan stunting di Desa Lebak.

Kata Kunci: edukasi, gizi, stunting, pola asuh, makanan tambahan.

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah permasalahan terhadap pertumbuhan anak balita di mana kondisi anak tersebut mengalami gangguan pertumbuhan yang disebabkan karena kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama sehingga kebutuhan gizi terhadap anak kurang efektif (Husada and Rahmadhita 2020). Stunting tidak hanya berpengaruh pada pertumbuhan fisik anak, melainkan juga pada perkembangan kognitif dan kesehatan anak di masa depan (Fauziyah et al. 2023). Stunting dapat disebabkan oleh banyak hal, seperti kurangnya pemberian ASI terhadap bayi yang baru lahir, infeksi, kebersihan yang buruk, pola asuh yang tidak tepat dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan. Di samping itu, faktor sosial ekonomi seperti kemiskinan serta faktor pendidikan orang tua yang rendah dapat menjadi penyebab angka stunting masih tinggi (Komalasari et al. 2020).

Di Indonesia angka prevalensi stunting dari tahun ke tahun cenderung fluktuatif. Angka stunting tersebut dinilai masih cukup tinggi, meskipun telah mengalami penurunan pada beberapa tahun terakhir. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI), angka stunting di Indonesia tahun 2023 tercatat sebesar 21,5%. Angka tersebut hanya mengalami penurunan sebesar 0,1% dari tahun sebelumnya yang mencatat prevalensi sebesar 21,6%

(Chomawati 2024). Hal ini mengindikasikan bahwa masalah stunting di Indonesia masih menjadi perhatian yang serius, tak terkecuali pada lingkup pedesaan seperti Desa Lebak.

Desa Lebak adalah salah satu desa yang berada di Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan dengan ikon sumber air nya yang melimpah. Meski demikian, Desa Lebak terletak jauh dari kota dengan keterbatasan akses terhadap fasilitas kesehatan yang memadai. Secara ekonomi, keterbatasan pendapatan masyarakat Desa Lebak juga membuat banyak masyarakat dalam desa tersebut sulit untuk menyediakan makanan bergizi dan memenuhi kebutuhan gizi keluarga mereka, khususnya anak. Oleh karena itu, keterbatasan-keterbatasan tersebut menyebabkan anak-anak di Desa Lebak rentan terhadap kekurangan gizi yang berujung pada stunting.

Berdasarkan website SIPuDing (Sistem Informasi Publikasi Data Stunting), data terbaru menunjukkan bahwa sebanyak 18 balita di Desa Lebak telah terindikasi stunting, yang mana hal tersebut setara dengan 12% dari total balita di desa (Pasuruan 2024). Menurut bidan Desa Lebak, angka tersebut tidak tergolong tinggi tetapi tetap memerlukan upaya atau tindakan yang dapat mengurangi permasalahan stunting. Dalam hal ini, tim pengabdian membuat beberapa kegiatan sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Lebak. Kegiatan yang dibuat oleh tim berupa edukasi pola asuh dan demo masak makanan tambahan untuk balita.

Orang tua berperan penting dalam memastikan kebutuhan anak terkait dengan asupan nutrisi yang cukup dan berkualitas untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Domili et al. 2022). Pola asuh orang tua dan pemberian makanan yang tepat menjadi hal yang penting dalam mencegah dan mengatasi stunting pada balita. Pola asuh ini mencakup pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama, pengenalan makanan pendamping ASI yang tepat, serta pemenuhan kebutuhan gizi yang seimbang sesuai usia anak. Dengan demikian, kegiatan yang telah dibuat ini diharapkan mampu memberikan efektivitas lebih pada upaya pencegahan stunting dari desa maupun pemerintah. Tidak hanya itu, kegiatan tersebut juga diharapkan mampu meningkatkan kesadaran gizi masyarakat Desa Lebak dan menurunkan angka stunting di Desa Lebak.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Lebak, Kecamatan Winongan, Kabupaten Pasuruan. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode *Appreciative Inquiry* (Penemuan Apresiatif). Penemuan Apresiatif adalah salah satu metode untuk menemukan dan mengenali aset yang telah ada pada suatu komunitas (Salahudin et al. 2015). Penemuan aset tersebut kemungkinan memiliki kendala atau masalah sehingga tidak dapat berkembang secara maksimal. Di samping itu, metode ini mengedepankan potensi lain yang dapat dijadikan sebagai kekuatan untuk mengembangkan aspek tertentu. Dalam metode ini, pendekatan *Asset Based Community Development* (ABCD) sebagai landasan utama dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi kegiatan. Pendekatan ABCD merupakan salah satu strategi dalam melakukan suatu pemberdayaan masyarakat (Al-Kautsari 2019). Pendekatan ini menekankan pada sebuah aset atau potensi yang dimiliki oleh masyarakat. Aset atau potensi tersebut dapat berupa kekayaan yang dimiliki dari dalam diri (kepedulian, gotong royong, dan lain-lain) ataupun kekayaan sumber daya alam. Aset atau potensi yang dimiliki tersebut tentunya akan menjadi dasar untuk melakukan suatu pemberdayaan.

Tabel 1 merupakan tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan menggunakan pendekatan *Asset Based Community Development* (ABCD).

Tabel 1. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan Kerja

Tahapan Kegiatan
Tahapan <i>Discovery</i> (Riset)
Tahapan <i>Dream</i> (Membangun Harapan)
Tahapan <i>Design</i> (Perencanaan Strategis)
Tahapan <i>Define</i> (Implementasi Kegiatan)
Tahapan <i>Destiny</i> (Evaluasi Harapan)

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Lebak merupakan salah satu desa yang terletak di Kabupaten Pasuruan Kecamatan Winongan. Desa Lebak terdiri dari lima dusun di antaranya yaitu Dusun Ketonggo, Dusun Kemong, Dusun Kecil, Dusun Gondang, dan Dusun Lebak. Desa ini terkenal dengan sumber air yang melimpah, namun sayangnya terletak jauh dari kota dengan minim akses terhadap fasilitas kesehatan yang memadai. Sebagian besar keluarga di Desa Lebak hidup dengan pendapatan yang kurang mencukupi dalam memenuhi kebutuhan. Salah satu masalah utama yang dihadapi oleh Desa Lebak sendiri yaitu masalah stunting, yang merupakan sebuah kondisi di mana anak-anak mengalami kekurangan gizi sehingga menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak.

Masalah stunting pada anak-anak di Desa Lebak mulai menjadi perhatian yang serius bagi para penduduk desa. Dalam upaya pencegahan stunting di Desa Lebak, suatu kegiatan dilakukan dengan tujuan meningkatkan sadar gizi melalui kegiatan edukasi pola asuh dan demo masak makanan tambahan. Kegiatan tersebut merupakan bentuk kegiatan kolaborasi antara pihak Puskesmas Winongan, pihak Desa Lebak, dan seluruh tim pengabdian. Kegiatan edukasi pola asuh dan demo masak ini dilaksanakan beriringan dengan upaya pencegahan stunting dari desa dan pemerintah yaitu pelaksanaan posyandu balita, posyandu stunting, dan pemberian makanan tambahan secara rutin dan konsisten. Target sasaran dari kegiatan edukasi dan demo masak ini yaitu para ibu kader dan ibu dari anak yang terindikasi stunting.

Discovery (Riset)

Tahap awal dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah melakukan pendekatan melalui kegiatan *Forum Group Discussion* (FGD) dengan bidan desa terkait dengan permasalahan stunting di Desa Lebak serta segenap pihak Puskesmas Winongan terkait menu dan kandungan gizi makanan tambahan. Setelah melakukan FGD, dilakukan juga kegiatan wawancara dengan segenap ibu kader serta perangkat desa yakni sekretaris desa dan kasi tata usaha desa terkait aset desa yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan makanan tambahan.



Gambar 1. Wawancara Dengan Bidan Desa Dan Perangkat Desa

Hasil *Forum Group Discussion* dengan bidan desa menunjukkan bahwa sebanyak 12% dari 133 balita dengan usia rata-rata sekitar 3 bulan - 5 tahun mengalami stunting di Desa Lebak. Penjabaran dari presentase di atas, balita yang terindikasi mengalami stunting terbagi pada setiap dusunnya, antara lain Dusun Ketonggo dengan sepuluh balita, Dusun Kemong dengan tiga balita, Dusun Kecil dengan tiga balita, Dusun Gondang dengan enam balita, dan Dusun Lebak dengan dua balita. Selain itu, didapatkan hasil dari wawancara yang menyatakan bahwa aset desa yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan makanan tambahan yang sehat dan bergizi adalah ikan patin dan pisang.

Dream (Membangun Harapan)

Masyarakat Desa Lebak memiliki harapan yang kuat agar angka stunting dapat diturunkan. Masyarakat memahami bahwa stunting bukan hanya masalah pertumbuhan fisik, melainkan juga masalah yang memiliki dampak jangka panjang pada masa depan anak-anak mereka. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil *Forum Group Discussion* (FGD) dan wawancara, tim pengabdian merancang sebuah kegiatan yang bertujuan untuk mewujudkan keinginan masyarakat terkait dengan permasalahan stunting di Desa Lebak. Kegiatan tersebut difokuskan untuk meningkatkan kesadaran gizi masyarakat dan menurunkan angka stunting di Desa tersebut.

Design (Perencanaan Strategis)

Pada tahap ini, data yang diperoleh dijadikan dasar dalam proses merencanakan sebuah kegiatan upaya pencegahan stunting. Dari hasil *Forum Group Discussion* (FGD) dan wawancara menunjukkan bahwa stunting adalah masalah kesehatan di Desa Lebak yang memerlukan tindakan lebih lanjut. Dalam hal ini, tim pengabdian menyadari betapa pentingnya peran orang tua dalam upaya pencegahan stunting. Tim pengabdian memahami bahwa terdapat kebutuhan untuk meningkatkan kesadaran gizi dan memperbaiki pola asuh orang tua. Oleh karena itu, disusunlah sebuah kegiatan “Peningkatan Sadar Gizi Melalui Edukasi Pola Asuh dan Demo Masak Makanan Tambahan Bagi Balita” sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Lebak.



Gambar 2. Diskusi Perencanaan Kegiatan

Define (Implementasi Kegiatan)

Pada tahap implementasi, kegiatan yang pertama dilakukan sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Lebak adalah “Peningkatan Sadar Gizi Melalui Edukasi Pola Asuh Orang Tua Kepada Anak”. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 6 Juli 2024 di Balai Desa Lebak bertepatan dengan pelaksanaan posyandu balita. Jumlah sasaran dari kegiatan ini sebanyak 25 peserta yang terdiri dari ibu kader dan ibu dari anak yang terindikasi stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman yang komprehensif mengenai pola asuh orang tua yang baik dan nutrisi yang tepat bagi anak. Pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan pengisian pre-test dan diakhiri dengan pengisian pos-test oleh peserta mengenai gambaran stunting.

Dalam kegiatan ini, peserta diberikan dua materi. Materi pertama mengenai pencegahan stunting melalui pemberian nutrisi yang tepat bagi anak disampaikan oleh Ibu Selvia Morina A.Md.Gz selaku ahli gizi dari Puskesmas Winongan. Materi tersebut berisikan tentang gambaran umum stunting, pentingnya nutrisi yang tepat dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, serta langkah-langkah pencegahan stunting.



Gambar 3. Penyampaian Materi Oleh Ahli Gizi Dari Puskesmas Winongan

Materi kedua mengenai pola asuh orang tua yang baik kepada anak disampaikan oleh Aribatul Rahmawati selaku tim pengabdian. Materi tersebut berisikan mengenai gambaran umum pola asuh dan pentingnya pola asuh yang tepat bagi anak.

Kegiatan selanjutnya yang dilakukan sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Lebak dan tindak lanjut kegiatan pertama adalah “Peningkatan Sadar Gizi Melalui Demo Masak Makanan Tambahan Bagi Balita”. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 17 Juli 2024 di Balai Desa Lebak bersamaan dengan pelaksanaan posyandu stunting. Sasaran dari kegiatan ini berjumlah sebanyak 25 peserta yang meliputi ibu-ibu kader dan ibu dari anak yang terindikasi stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan mengenai tata cara memasak makanan tambahan yang sehat dan bergizi dari hasil penggunaan aset desa. Kegiatan ini diawali dengan persiapan, seperti mempersiapkan alat memasak, brosur menu makanan, dan bahan makanan yang dibutuhkan.

Dalam kegiatan ini, peserta melihat proses pembuatan nugget ikan patin dan pancake pisang yang dibuat oleh Siti Maya dan Aribatul Rahmawati selaku tim pengabdian.



Gambar 4. Pelaksanaan Demo Masak

Menu yang dibuat dalam kegiatan ini dapat diberikan sebagai makanan tambahan untuk memenuhi gizi pada balita. Menu makanan tambahan ini mengandung banyak zat gizi yang dapat mencegah stunting. Terakhir, peserta diberikan kesempatan mencicipi menu makanan tambahan yang telah dibuat untuk mengetahui cita rasa dari makanan tersebut.

Destiny (Evaluasi Harapan)

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah evaluasi capaian harapan. Berdasarkan dari dua kegiatan yang telah dilaksanakan, hasil menunjukkan secara keseluruhan bahwa kegiatan ini telah mencapai harapan masyarakat dan tujuan utama yakni meningkatkan sadar gizi sebagai upaya pencegahan stunting.



Gambar 5. Evaluasi Kegiatan

Kegiatan ini memberikan dampak yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai gambaran umum stunting serta pentingnya pola asuh yang baik dan nutrisi yang tepat bagi anak. Hal tersebut didukung dengan hasil kuesioner yang menyatakan bahwa terdapat peningkatan dalam pemahaman mereka mengenai apa saja langkah-langkah awal yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting, seperti mengonsumsi makan-makanan yang bergizi, memberikan asi eksklusif selama enam bulan pertama, dan lain sebagainya. Selain itu, kegiatan ini juga dinilai berhasil dalam meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai tata cara memasak makanan

tambahan yang sehat dan bergizi. Melalui kegiatan ini, orang tua mendapatkan keterampilan praktis dalam memanfaatkan aset desa seperti ikan patin dan pisang sebagai bahan dasar makanan sehat dan bergizi. Para orang tua juga terlihat antusias untuk menerapkan apa yang telah mereka dapatkan dalam kegiatan ini.

4. SIMPULAN

Desa Lebak merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Winongan Kabupaten Pasuruan. Salah satu masalah utama yang dihadapi oleh Desa Lebak sendiri yaitu masalah stunting, yang merupakan sebuah kondisi di mana anak-anak mengalami kekurangan gizi sehingga anak mengalami gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif. Dalam upaya pencegahan stunting di Desa Lebak, ada terdapat dua kegiatan yang kami lakukan yakni “Peningkatan Sadar Gizi Melalui Edukasi Pola Asuh Orang Tua Kepada Anak” yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman pola asuh yang baik terhadap anak dan “Peningkatan Sadar Gizi Melalui Demo Masak Makanan Tambahan Bagi Balita” yang bertujuan untuk memberitahukan pengetahuan mengenai tata cara memasak makanan tambahan yang sehat dan bergizi. Hasil dari dua kegiatan yang telah dilaksanakan, secara keseluruhan menunjukkan bahwa program ini telah mencapai tujuan utama yakni peningkatan sadar gizi sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini memberikan dampak yang positif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai pentingnya pola asuh yang baik dan nutrisi yang tepat bagi anak, serta tata cara memasak makanan tambahan yang sehat dan bergizi.

Ucapan Terima Kasih

Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas karunia yang telah diberikan kepada seluruh anggota tim pengabdian sehingga kami dapat menyelesaikan pengabdian masyarakat ini. Pada kesempatan yang berbahagia ini, kami seluruh anggota tim pengabdian mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Rektor UIN Sunan Ampel Surabaya beserta staf-staf nya, Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) UIN Sunan Ampel Surabaya, dan Dosen Pembimbing Lapangan yang telah mengantar serta memotivasi dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Tak lupa juga, ucapan terimakasih disampaikan kepada segenap perangkat Kecamatan Winongan, perangkat Desa Lebak, Bidan Desa Lebak, dan Kader Desa Lebak yang telah turut membantu dalam pelaksanaan kegiatan yang telah dibuat. Pengabdian ini tidak akan berhasil tanpa dedikasi dan kerja keras dari semua pihak yang terlibat. Kami berharap hasil dari program yang telah diberikan dapat memberikan manfaat yang nyata dan berkelanjutan bagi masyarakat Desa Lebak.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Al-Kautsari, Mirza Maulana. 2019. “Asset-Based Community Development : Strategi Pengembangan Masyarakat.” *Empower: Jurnal Pengembangan Masyarakat Islam* 4(2):259. doi: 10.24235/empower.v4i2.4572.
- Chomawati, Rina. 2024. “Prevalensi Stunting Indonesia.” *Dinas Kesehatan*. Retrieved ([https://dinkes.jogjapro.go.id/berita/detail/ski-2023-prevalensi-stunting-indonesia-dan-di-daerah-istimewa-yogyakarta#:~:text=Prevalensi stunting menurut hasil Survei,terakhir \(2013-2023\).](https://dinkes.jogjapro.go.id/berita/detail/ski-2023-prevalensi-stunting-indonesia-dan-di-daerah-istimewa-yogyakarta#:~:text=Prevalensi%20stunting%20menurut%20hasil%20survei,terakhir%20(2013-2023).)).
- Domili, Indra, Zulfiah Nurhidayah Tangio, Fitri Yani Arbie, M. Anas Anasiru, Rahma Labatjo, and Novian Swasono Hadi Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Gorontalo. 2022. “Pola Asuh Pengetahuan Pemberian Makan Pada Balita Stunting.” *Gizido* 14:1–9.
- Eka Oktavia, Yulia Vanda Editia, Mahardika Primadani. 2024. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Di Indonesia Tahun 2024. *Jurnal Ventilator: Jurnal riset ilmu kesehatan dan Keperawatan*. Vol 2 No. 1 Maret 2024.
- Fauziyah, A’immatul, Rizkia Rachmi, Vina Mahdalena, and Lusia Handayani. 2023. “Penyuluhan Pencegahan Stunting Pada Balita Di Daerah Jakarta Selatan.” *Jurnal Abmas Negeri (JAGRI)* 4(1):22–26. doi: 10.36590/jagri.v4i1.522.
- Hartono Hadjarati, Suprianto Kadir, Yoyanda Bait. 2022. Penyuluhan Pencegahan Stunting Pada Anak Dalam Mencapai Tujuan Sustainable Development Goals (Sdgs) Di Desa Jaya Bakti Dan Desa Lambangan Kecamatan Pagimana. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*. Volume 3 Nomor 1.
- Husada, Sandi, and Kinanti Rahmadhita. 2020. “Permasalahan Stunting Dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention.” *Juni* 11(1):225–29. doi: 10.35816/jiskh.v10i2.253.
- Komalasari, K., Esti Supriati, Riona Sanjaya, and Hikmah Ifayanti. 2020. “Faktor-Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita.” *Majalah Kesehatan Indonesia* 1(2):51–56. doi: 10.47679/makein.202010.
- Pasuruan, Pemerintah Kabupaten. 2024. “Sistem Informasi Publikasi Data Stunting.” *SIPuDing*.
- Salahudin, Nadhir, Afida Safriani, Moh Ansori, Purwati Eni, Mohammad Hanafi, Nabiela Naili, Advan Navis Zubaidi, Rizka Safriani, Muchammad Helmi Umam, Wahyu Ilahi, Amal Taufiq, and Endarto Pilih Swasono. 2015. *Panduan KKN ABCD*.