



PENDIDIKAN KESEHATAN PEMBERIAN NUTRISI TEPAT DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA

Riani Pradara Jati¹, Dona Yanuar Agus Santoso², Julia Rahmawati³

^{1,2} Program Studi Ilmu Keperawatan, ³ Program Studi Kesehatan

Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kendal

email : pradarajati@gmail.com

ABSTRACT

Toddlerhood is included in the golden period for child growth and development. Toddlerhood is a period of change, especially when children are in the range of 1-2 years, the selection of adequate MPASI includes the right nutritional components in the foods given to toddlers. Children grow and develop rapidly so they need good and balanced nutrition. Stunting as one of the nutritional adequacy problems that occurs during this period is a condition of growth failure in toddlers due to chronic malnutrition and repeated infections, especially in the first 1000 days of life (from pregnancy to the age of 2 years). The purpose of this Community Service is to prevent the increase in stunting rates. The method of this activity is by providing health education on providing appropriate nutrition in an effort to prevent stunting in children in Damarsari Cepiring Village. The results of this 2-day community service activity, after an evaluation of 25 foster parents of toddlers in this activity through direct question and answer discussions as a benchmark for assessing the achievement of objectives, showed an increase in knowledge. All participants understood the importance of providing complete nutrition for toddlers, with pre-post results showing significant or good 95%. The activity went smoothly, full of enthusiasm from the residents even though they were initially doubtful, and hoped that there would be more activities with health issues, especially for children.

Keywords: Health education; Proper nutrition; Stunting

ABSTRAK

Masa balita termasuk dalam periode emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Masa balita masa pergantian, terutama saat anak berada pada rentang 1-2 tahun, pemilihan MPASI yang adekuat mencakup komponen Nutrisi yang tepat didalam makan-makanan yang diberikan pada balita. Anak tumbuh dan berkembang dengan cepat sehingga membutuhkan nutrisi yang baik serta seimbang. Stunting sebagai salah satu masalah kecukupan nutrisi yang terjadi pada masa tersebut kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (dari masa kehamilan hingga usia 2 tahun). Tujuan dari Pengabdian Kepada Masyarakat ini yaitu pencegahan bertambahnya angka stunting. Metode kegiatan ini dengan upaya pemberian pendidikan kesehatan pemberian nutrisi tepat dalam upaya pencegahan stunting pada anak di Desa Damarsari Cepiring. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat selama 2 hari ini, setelah dilakukan evaluasi pada 25 orangtua asuh balita pada kegiatan ini melalui diskusi tanya jawab secara langsung sebagai tolok ukur untuk menilai pencapaian tujuan, menunjukkan peningkatan pengetahuan. Semua peserta memahami akan pentingnya pemberian nutrisi lengkap bagi balita, dengan hasil pre post menunjukkan angka signifikan atau baik 95%. Kegiatan berjalan dengan lancar, penuh antusias warga meski di awalnya sempat ragu, serta berharap akan ada lagi kegiatan dengan permasalahan kesehatan khususnya pada anak.

Kata kunci: Pendidikan Kesehatan; Nutrisi Tepat; Stunting

PENDAHULUAN

Masa balita termasuk dalam periode emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Masa balita yaitu masa pergantian, terutama saat anak berada pada rentang 1-2 tahun, makan-makanan padat, rasa dan tekstur makanan yang baru mulai diberikan pada balita. Anak tumbuh dan berkembang dengan cepat saat balita hingga dibutuhkan asupan nutrisi yang lebih banyak. Nutrisi yang baik serta seimbang mempunyai efek pada tumbuh kembang anak khususnya otak. seribu hari pertama kehidupan anak adalah masa penting yang mempunyai efek pada konsekuensi yang irreversibel, sehingga bila terganggu berdampak pada stunting. Oleh karena itu, dibutuhkan asupan nutrisi balita dari berbagai sumber dan makanan (Agria, 2012).

Stunting kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (dari masa kehamilan hingga usia 2 tahun). Data global menunjukkan bahwa pada tahun 2020, terdapat lebih dari 149 juta anak balita di seluruh dunia mengalami stunting, yang mencakup 22% dari populasi balita global. Lebih dari 149 juta anak balita di seluruh dunia mengalami stunting, dengan 6,3 juta di antaranya adalah balita Indonesia.

Dampak nutrisi pada anak yang terlihat jelas adalah terhadap pertumbuhan fisik. Setiap balita memiliki potensi genetik untuk pertumbuhan fisik, mental, dan emosional. Nutrisi yang optimal dapat dicapai dengan gizi yang memenuhi semua kebutuhan potensial pertumbuhan tersebut. Umeta (2003). Penelitian Nurul (2011) dapat diketahui bahwa nutrisi memegang peranan penting dalam pola perkembangan dan pertumbuhan anak. Penelitian Arifin dkk (2012), kurangnya asupan gizi beresiko 2,6 kali lebih besar terjadinya stunting dibandingkan balita dengan gizi baik. Didapatkan Hasil uji Chi-Square nilai $p = 0,000$. Nutrisi pada balita bisa menyebabkan kurangnya asupan anak yang berdampak pada tidak adekuatnya sel dalam berkembang hingga menyebabkan terjadinya stunting Jurnal Penelitian (Darmawan T. 2020)

Adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu tentang nutrisi setelah edukasi pemenuhan nutrisi bagi balita dengan stunting (Maulida Y , Wirakhmi, Anddini, 2024) .

METODE PENGABDIAN MASYARAKAT

Metode yang digunakan adalah pemberian ceramah, diskusi dan dibantu oleh beberapa mahasiswa keperawatan, dosen serta para kader dalam memberikan materi, mendampingi masyarakat kurang lebih 30 – 45 menit untuk ceramah dan diskusi 150 menit untuk pendampingan pelatihan penyajian Nutrisi tepat pada anak stunting. Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan di Balaidesa Damarsari Kecamatan Cepiring

HASIL

Hasil akhir dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, setelah dilakukan evaluasi kegiatan melalui tanya jawab secara langsung sebagai tolok ukur untuk menilai pencapaian tujuan, menunjukkan peningkatan pengetahuan setelah edukasi selesai.

Semua peserta memahami akan pentingnya pemberian nutrisi lengkap bagi balita dengan hasil pre post menunjukkan hasil yang signifikan atau baik 95%

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya keluarga dengan pemberian Pendidikan Kesehatan Pemberian Nutrisi Tepat Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak di Desa Damarsari, Kecamatan Cepiring Kabupaten Kendal pada hari Jum'at 10 Mei 2025 bertempat di Balaidesa Damarsari dengan diikuti oleh 25 Peserta ibu-ibu dan dibantu oleh beberapa kader, bidan desa dan mahasiswa pada pukul 09.00 WIB hingga selesai

Kegiatan Berjalan dengan lancar, penuh antusias para peserta, menyampaikan pertanyaan mereka pengalaman-pengalaman yang dialami saat pemberian Nutrisi pada anak-anak, sudah tepat belum, baik saat proses pengolahan hingga penyajian yang tepat. Diakhir kegiatan kami

berika bentuk evaluasi dengan memberikan pertanyaan pada para audiens dan dapat dijawab dengan

baik, lancar tanpa adanya keraguan seperti yang terjadi saat kami melukan prepostnya.

Tabel 1. Output program dan pelaksanaan kesepakatan outcome program

Kegiatan	Target	Output	Outcome
Pendidikan kesehatan pemberian nutrisi tepat dalam upaya pencegahan stunting pada anak balita	Keluarga/masyara kat yang memiliki anak balita usia 1-2 tahun	Mampu mengeta hui tentang pentingnya pemberia n nutrisi lengkap bagi balita dengan baik hasil prepost menunjukkan hasil yang signifikan 95%	Masyarakat mampu memahami pentingnya cakupan nutrisi bagi balita Cara hingga penyajian dan pemberian pada balita

Dalam penelitian (Dika saraswati, 2025) bahwa setelah dberikan pendiidkan kesehatan dinyatakan Pemahaman Tentang Stunting: Mayoritas responden menunjukkan pemahaman yang baik tentang stunting sebagai masalah kesehatan anak-anak yang terkait dengan pertumbuhan tubuh yang terhambat akibat kekurangan nutrisi dalam jangka waktu yang panjang.

Hasil Peneitian (Supriyadi dkk, 2023)Terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan antara sebelum diberikan edukasi pada ibu dalam upaya pencegahan stunting dengan pemberian nutrisi tepat dengan mean 21,2963 dan setelah diedukasi dengan mean 26,1481 dengan pvalue 0.000 ($p < 0,001$)

Hasil penelitian (Eva, Yunanda, 2020) diperoleh bahwa kesesuaian pemberian MPASI sesudah diberikan Pendidikan kesehatan lebih tinggi yaitu sebesar 3.15 dibandingkan dengan kesesuaian pemberian MP-ASI sebelum diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 2.75. Hasil uji statistic diperoleh nilai p-value = 0,031 ($p < 0,05$).

KESIMPULAN

Dalam Kegiatan ini Alhamdulillah mendapat antusias dari para responden, memngikuti kegiatan dengan baik dan dengan hasil evaluasi masyarakat/keluarga. Mampu mengetahui tentang pentingnya pemberian nutrisi lengkap bagi balita dengan baik hasil pre post menunjukan hasil yang signifikan 95%.

SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat dilakukan secara rutin pada setiap semesternya supaya ilmu yang dimiliki bermanfaat bagi sesama.

Pengabdian pada masyarakat ini perlu dilanjutkan misalnya seperti diadakan pengabdian ataupun penelitian tentang masalah-masalah yang lazim terjadi pada anak balita.

DAFTAR PUSTAKA

- Agria, R., (2012). Gizi Reproduksi. Yogyakarta: Fitamarya
- Arifin, D.Z., dkk., (2012). Analisis Sebaran dan Faktor Resiko Stunting pada balitadi Kabupaten Purwakarta. Epidemiologi Komunitas FKUP Bandung.
- Balqis, D. P., Nizami, N. H., & Harahap, I. M. (2022). Pemenuhan Nutrisi oleh Ibu pada Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Lamteuba Kabupaten Aceh Besar. JIM Fkep, 6(1), 216–222
- Darmawan T.C; (2020) Hubungan Pola Nutrisi Dengan Kejadian Stunting Pada Blita Di Desa Socah Kecamatan Socah, KabuPaten Bangkalan Madura; Stikes William Booth
- Dinas Kesehatan Kota Metro. (2020). Profil Kesehatan Kota Metro Tahun

Eva Rosdiana, Febri Yusnanda, Lia Afrita (2020) ; pengaruh pendidikan kesehatan terhadap kesesuaian pemberian mp-asi guna pencegahan stunting pada bayi usia 6-12 bulan di wilayah kerja puskesmas baitussalam aceh besar ; Jurnal of Health Tecnology and medicine Vol 6. No 2 2020 ;
<https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/1158>

Saraswati, Wahyuni, Myke (2025) Pencegahan *Stunting*: Pemenuhan Nutrisi, Pendidikan Kesehatan dan Sosial Ekonomi dalam Upaya Penanggulangan Masalah Gizi pada Balita ; Faletahan Health Journal, 12 (2) (2025) 160-166

Haskas, Y. (2020). Gambaran Stunting Di Indonesia: Literatur Review. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 15(2), 2302 – 2531.
<https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/179>

Kementerian Koordinasi Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting) Periode 2018-2021. Jakarta

Maulida Yunia, Wirakhmi N, Andini A; Edukasi Tentang Nutrisi Balita Stunting Pada Ibu; Jurnal Peduli Masyarakat, vol 6, No 4 Desember 2024.

Munir, Z., & Audyna, L. (2022). Pengaruh Edukasi Tentang Stunting Terhadap Pemgetahuan Dan Sikap Ibu Yang Mempunyai Anak Stunting. Jurnal Keperawatan Profesional, 10(2), 29–54.
https://doi.org/10.33650/jkp.v10i2.42_21

Supriyadi1, Oktavianto, Sari, Nurhabibah (2023) Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Pada Ibu Balita ; JPMKT.2023, 2(2): 65-

@2026. This is an open-access article.

Published by CV. National and International World Article (Naiwa) Best Science