



EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS PALEMBANG

Indra Frana Jaya KK^{1*}, Sasono Mardiono²

¹Universitas Kader Bangsa Palembang, Email: indrafranajayakk48@gmail.com

²Universitas Kader Bangsa Palembang, Email: sasonomardionobinahusada@gmail.com

*email koresponden: indrafranajayakk48@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.62567/jpi.v2i1.2035>

Abstract

Stunting remains a chronic nutritional problem of major concern in Indonesia. Preschool-aged children are particularly vulnerable to the ongoing impacts of stunting. The nutritional process involves the intake of nutrients that are digested and absorbed by the digestive tract, then used for energy, the formation and repair of body tissues, and the regulation of biochemical and hormonal functions. The MMD was attended by 25 people, consisting of community members, health workers, lecturers, and students. Participants provided input on efforts to prevent infectious diseases, particularly stunting, which has been experienced by several residents. The educational activity took place on Saturday at 11:30 a.m. WIB, involving families with a history of stunting. This activity aimed to improve families' health care skills related to stunting prevention. Programs or interventions implemented to prevent stunting must carefully consider both input and process aspects to achieve optimal output and must involve all parties, from mothers of toddlers to cross-sectoral stakeholders.

Keywords: Stunting, child health, prevention.

Abstrak

Stunting masih menjadi salah satu masalah gizi kronis yang jadi perhatian utama di Indonesia hingga saat ini. Kelompok anak usia pra sekolah sangat rentan terhadap dampak lanjutan dari stunting. Proses nutrisi meliputi asupan zat gizi yang dicerna dan diserap oleh saluran pencernaan, kemudian digunakan untuk energi, pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh, serta pengaturan fungsi biokimiawi dan hormonal. MMD dihadiri oleh 25 orang yang terdiri dari masyarakat, petugas kesehatan dan dosen beserta mahasiswa dalam diskusi, peserta memberikan masukan terkait upaya pencegahan penyakit menular, terutama STUNTING yang sudah pernah dialami oleh beberapa warga. Kegiatan edukasi dilakukan pada sabtu pukul 11.30 WIB dengan melibatkan keluarga yang sebelumnya memiliki riwayat anggota terkena STUNTING. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kemampuan keluarga dalam pemeliharaan kesehatan terkait pencegahan STUNTING. Program atau intervensi yang dilakukan untuk pencegahan stunting harus memperhatikan dengan baik aspek masukan dan prosesnya agar mendapatkan keluaran yang optimal serta harus melibatkan semua pihak mulai dari ibu balita hingga lintas sektoral.

Kata Kunci: Stunting, kesehatan anak, pencegahan.



1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu masalah gizi kronis yang jadi perhatian utama di Indonesia hingga saat ini. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama, khususnya pada masa seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK), sehingga mengakibatkan pertumbuhan tinggi badan anak terhambat dibandingkan dengan standar usianya. Dampak stunting tidak hanya terlihat pada aspek fisik, melainkan juga memengaruhi perkembangan kognitif, perilaku, dan produktivitas di masa mendatang (Rumlah, 2022). Oleh karena itu, penanganan stunting harus dilakukan secara menyeluruh melalui upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif.

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Rskesdas) dan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia pada tahun 2022 masih sebesar 21,6%, meskipun mengalami penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya. Pemerintah menetapkan target untuk menurunkan prevalensi tersebut menjadi 14% pada tahun 2024. Namun, pencapaian target ini menghadapi tantangan besar, terutama berkaitan dengan faktor sosioekonomi, pola asuh, ketersediaan pangan bergizi, serta kualitas pelayanan kesehatan. Hal ini menegaskan bahwa stunting adalah masalah multidimensional yang memerlukan intervensi dari berbagai sektor (Syamdarniati, 2025).

Kelompok anak usia pra sekolah sangat rentan terhadap dampak lanjutan dari stunting. Pada tahap ini, anak seharusnya mengalami pertumbuhan optimal baik secara fisik maupun psikososial. Jika tidak segera ditangani, stunting pada kelompok ini dapat menyebabkan kesulitan belajar, keterlambatan perkembangan bahasa, serta gangguan dalam hubungan sosial. Dampak jangka panjang yang lebih serius adalah penurunan produktivitas saat dewasa, yang akan berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia di masa depan (Putri et al., 2022).

Dalam asuhan keperawatan, anak dengan stunting memerlukan pendekatan yang mencakup pemantauan tumbuh kembang, edukasi keluarga mengenai gizi yang seimbang, peningkatan praktik pemberian makanan anak, serta stimulasi tumbuh kembang sesuai usia. Perawat di puskesmas memiliki peran penting bukan hanya dalam memberikan intervensi klinis, tetapi juga sebagai edukator, konselor, dan fasilitator dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting (Jiu et al., 2025).

Patofisiologi stunting merupakan proses kompleks yang melibatkan interaksi antara kekurangan nutrisi yang berkepanjangan, infeksi berulang, serta gangguan fungsi usus yang menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan asupan gizi prenatal dan pasca-natal menyebabkan bayi mengalami hambatan pertumbuhan intrauterin dan postnatal, yang berdampak pada pertumbuhan linier yang terganggu. Selain itu, infeksi sistemik dan infeksi usus berulang dapat memicu peradangan kronis, menurunkan kemampuan tubuh untuk menyerap dan memanfaatkan nutrisi secara optimal (Hengky & Rusman., 2022).

Salah satu mekanisme patofisiologis utama yang berperan dalam stunting adalah environmental enteric dysfunction (EED), yaitu gangguan pada struktur dan fungsi usus halus yang umum terjadi pada anak-anak yang hidup di lingkungan dengan sanitasi buruk. EED menyebabkan tingginya permeabilitas usus (kebocoran usus), inflamasi usus kronis, perubahan



mikrobiota usus (disbiosis), serta translokasi bakteri yang mengarah pada peradangan sistemik. Akibatnya, terjadi malabsorpsi nutrisi yang kronis sehingga tubuh kekurangan asupan zat gizi esensial untuk pertumbuhan (Hengky & Rusman., 2022).

Faktor penyebab stunting di daerah perkotaan seperti Palembang cenderung kompleks, termasuk rendahnya kesadaran keluarga akan pentingnya pemberian makanan bergizi, keterbatasan ekonomi keluarga, sanitasi lingkungan yang buruk, dan pola asuh anak yang kurang tepat. Kondisi ini menuntut pendekatan asuhan keperawatan yang berfokus pada pemberdayaan keluarga agar intervensi dapat berkelanjutan di rumah (Maulana & Elsy, 2024).

Selain itu, perawat keluarga juga berfungsi mengawasi penerapan praktik hidup bersih dan sehat, termasuk penggunaan sanitasi yang baik, untuk menurunkan risiko infeksi yang dapat memperparah status gizi anak. Mereka melakukan pemantauan pertumbuhan secara berkala melalui pengukuran antropometri dan mengidentifikasi adanya tanda-tanda gangguan perkembangan sehingga intervensi tepat dapat dilakukan sejak dini. Perawat keluarga harus mampu membangun kemitraan dengan keluarga untuk meningkatkan kesadaran dan keterlibatan mereka dalam menjaga kesehatan dan gizi anak, serta menghubungkan keluarga dengan fasilitas kesehatan dan sumber daya yang diperlukan (Ariyanti et al., 2023).

Proses nutrisi meliputi asupan zat gizi yang dicerna dan diserap oleh saluran pencernaan, kemudian digunakan untuk energi, pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh, serta pengaturan fungsi biokimiawi dan hormonal. Nutrisi yang optimal merupakan aspek fundamental dalam kesehatan individu, terutama pada masa pertumbuhan anak, karena berperan menentukan kualitas perkembangan fisik dan kognitif. Kekurangan atau ketidakseimbangan nutrisi dapat menyebabkan masalah kesehatan, termasuk gangguan pertumbuhan seperti stunting, penyakit kronis, dan penurunan fungsi sistem kekebalan tubuh (Anggeria et al., 2023).

2. METODE PENGABDIAN

Tahapan kegiatan MMD meliputi:

- Pemaparan hasil pendataan

Kelompok menyampaikan hasil pengumpulan data demografi, lingkungan, dan kesehatan yang dilakukan dengan total 2 KK dan 10 jiwa.

- Pemaparan masalah kesehatan

Kelompok menjelaskan bahwa dari hasil analisis ditemukan 3 masalah prioritas, yaitu:

- ✓ Risiko terjadinya stunting akibat penampungan air terbuka dan sanitasi lingkungan yang buruk.
- ✓ Defisit pengetahuan masyarakat tentang pencegahan stunting.
- ✓ Risiko ketidakefektifan pemeliharaan kesehatan keluarga akibat beban penyakit stunting.

- Diskusi bersama

MMD dihadiri oleh 15 orang yang terdiri dari masyarakat, petugas kesehatan dan dosen beserta mahasiswa dalam diskusi, peserta memberikan masukan terkait upaya



pencegahan penyakit menular, terutama stunting yang sudah pernah dialami oleh beberapa warga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil pengabdian kepada masyarakat didapatkan:

a. Melakukan Penyuluhan Pencegahan Penyakit Stunting

Pelaksanaan penyuluhan dilakukan pada hari sabtu di Puskesmas pada saat posyandu Kegiatan ini dilakukan oleh kelompok mahasiswa pada pukul 10.00 WIB dan dihadiri oleh masyarakat, petugas kesehatan, mahasiswa dan dosen. Materi yang disampaikan meliputi: Pengertian stunting, Gejala stunting, dan Pencegahan stunting.

Metode pelaksanaan ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi penggunaan bubuk abate, dengan leaflet, poster, dan bubuk abate sebagai media. Kegiatan penyuluhan berlangsung selama 20 menit dan warga tampak antusias dengan mengajukan pertanyaan terkait cara penggunaan bubuk abate dan pengendalian nyamuk di rumah.

b. Melakukan Diskusi dan Simulasi Pencegahan Stunting

Pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan pada hari yang sama sabtu pukul 11.00 WIB di Kegiatan ini dihadiri oleh warga, petugas kesehatan dan dosen beserta mahasiswa dan difokuskan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pencegahan stunting melalui diskusi dan simulasi. Materi dan kegiatan: Diskusi kelompok tentang penyebab, gejala, dan pencegahan stunting, Simulasi penggunaan kelambu dan repellent, Tanya jawab terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Metode pelaksanaan ceramah, tanya jawab, dan simulasi, dengan leaflet, poster, dan media audio visual sebagai media. Peserta antusias, dengan pertanyaan tentang praktik pencegahan stunting sehari-hari.

c. Melakukan Edukasi dan Pendampingan Keluarga dalam Pemeliharaan Kesehatan terkait Stunting

Kegiatan edukasi dilakukan pada sabtu pukul 11.30 WIB dengan melibatkan keluarga yang sebelumnya memiliki riwayat anggota terkena stunting. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan kemampuan keluarga dalam pemeliharaan kesehatan terkait pencegahan stunting. Materi dan kegiatan meliputi: Edukasi keluarga tentang kebersihan rumah dan lingkungan, Pendampingan keluarga dalam memanfaatkan fasilitas kesehatan (puskesmas/posyandu), Konseling keluarga terkait pemanfaatan jaminan kesehatan untuk pencegahan stunting.

Metode pelaksanaan adalah ceramah, tanya jawab, dan konseling, dengan leaflet dan modul konseling sebagai media.



Gambar 1. Edukasi dan Pendampingan

Kader posyandu yang terlatih memberikan edukasi gizi kepada ibu balita dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi, selanjutnya ibu akan mempraktikannya untuk memenuhi kebutuhan energi dan protein buah hatinya, sehingga edukasi gizi ini mampu meningkatkan pemenuhan kebutuhan energi dan protein pada balita yang dapat mencegah stunting (Abdillah et al., 2020). Dalam penelitian di negara Etiopia ditemukan bahwa peningkatan praktik gizi pada anak dapat terjadi karena peran kader kesehatan di posyandu, ibu balita dapat menerima informasi dan berdiskusi dengan kader tanpa batasan waktu dan dengan bahasa sehari-hari yang digunakan sehingga ibu balita lebih mudah memahaminya (Agize et al., 2017).

Edukasi kesehatan mengenai stunting memberikan dampak yang positif terhadap pengetahuan ibu. Peningkatan pengetahuan ibu akan menggambarkan kesehatan dan kesejahteraan anak serta menjadi penentu masa depan anak. Ibu yang sering terpapar dengan informasi mengenai stunting akan memiliki pengetahuan yang lebih informatif dibandingkan dengan ibu yang kurang terpapar (Angraini et al., 2020). Penelitian oleh Suryagustina et al. (2018) juga menyebutkan hal yang sama bahwasanya pendidikan kesehatan mengenai pencegahan stunting akan berdampak terhadap pengetahuan ibu, serta ibu yang minim informasi mengenai pencegahan stunting maka pengetahuannya mengenai pencegahan stunting juga akan kurang.

Penelitian yang sama juga menyebutkan bahwasanya pendidikan kesehatan memberikan pengaruh terhadap sikap ibu dalam pencegahan stunting. Sikap ibu akan menentukan perilaku konsumsi makanan ibu selama masa kehamilan yang akan berdampak pada berat badan lahir bayi. Bayi dengan berat badan lahir rendah akan berisiko terkena stunting (Angraini et al., 2019). Edukasi gizi tidak hanya diberikan



kepada ibu balita, namun dalam pencegahan stunting edukasi gizi juga dapat diberikan kepada calon ibu yaitu wanita usia subur atau wanita pranikah. Edukasi gizi dengan metode konseling gizi mampu meningkatkan pengetahuan dan sikap pada calon ibu. Peningkatan pengetahuan calon ibu akan berdampak pada tumbuh kembang janin dan kondisi kesehatan bayi selama proses melahirkan (Doloksaibu dan Simatupang, 2019).

Edukasi gizi pada wanita pranikah sangat diperlukan sebagai bekal pada saat periode prakonsepsi. Periode prakonsepsi akan menentukan kondisi bayi yang dilahirkan, kunci dari kelahiran bayi normal dan sehat ialah calon ibu yang memperoleh gizi yang baik pada periode prakonsepsi (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016). Adanya edukasi gizi pada calon ibu membuat risiko generasi selanjutnya untuk terkena stunting dapat dicegah.

Pelatihan pembuatan MP-ASI lebih efektif dalam peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemberian MP-ASI dengan gizi seimbang pada balita dibandingkan dengan pemberian penyuluhan menggunakan modul MP-ASI. Apabila pengetahuan dan perilaku ibu mengenai pemberian MP-ASI baik, maka status gizi anak akan mengalami peningkatan sehingga dapat mencegah terjadinya permasalahan gizi (Arini et al., 2017).

Edukasi gizi terkait stunting merupakan salah satu program yang sudah dilakukan pemerintah untuk penurunan angka stunting di Indonesia. Edukasi gizi ini termasuk dalam intervensi gizi spesifik yang sasarannya adalah ibu hamil, ibu menyusui, remaja putri dan wanita usia subur. Namun, belum ada program untuk penguatan edukator yaitu kader. Berdasarkan hasil telaah artikel diatas dapat kita ketahui bahwasanya kader yang terlatih dapat menurunkan kejadian stunting. Oleh sebab itu, pemerintah perlu melakukan penguatan kader melalui pelatihan agar pencegahan stunting melalui edukasi gizi lebih optimal.

4. KESIMPULAN

Pencegahan stunting yang efektif dapat dilakukan dengan cara pemberian edukasi gizi pada pihak yang berpengaruh (kader, ibu balita, ibu hamil dan calon ibu), pembentukan kelompok belajar untuk ibu balita, dan pemberian makanan tambahan untuk balita. Sepuluh dari enam belas artikel yang ditemukan menyatakan edukasi gizi dapat dijadikan alternatif pencegahan stunting yang efektif. Pembentukan kelompok belajar dinilai juga efektif untuk mencegah stunting dikarenakan kelompok belajar akan menjadi wadah belajar dan berdiskusi ibu-ibu balita secara mandiri yang didampingi oleh fasilitator kesehatan. Selain itu, pemberian makanan tambahan pada balita dengan bahan dasar yang mudah ditemukan oleh masyarakat, seperti tanaman kelor atau moringa oleifera dapat menjadi upaya dalam pencegahan stunting di Indonesia. Program atau intervensi yang dilakukan untuk pencegahan stunting harus memperhatikan dengan baik aspek masukan dan prosesnya agar mendapatkan keluaran yang optimal serta harus melibatkan semua pihak mulai dari ibu balita hingga lintas sektoral.

5. DAFTAR PUSTAKA

Agustanti, D., Kep, M., Kom, S., Rahayu, D. Y. S., Kep, M., Festi, P., ... & Wicaksono, K. E. (2022). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. Mahakarya Citra Utama Group.



- Anggeria, E., Silalahi, K. L., Halawa, A., Hanum, P., & Nababan, T. (2023). Konsep Kebutuhan Dasar Manusia. Deepublish.
- Anwar, S., Winarti, E., & Sunardi, S. (2022). Systematic review faktor risiko, penyebab dan dampak stunting pada anak. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), 88-94.
- Ariyanti, S., Sulistyono, R. E., Rahmawati, P. M., Surtikanti, S., Aristawati, E., Rahmi, C., ... & Nurcahyaningtyas, W. (2023). Buku Ajar Keperawatan Keluarga. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Fauziah, J., Trisnawati, K. D., Rini, K. P. S., & Putri, S. U. (2024). Stunting: Penyebab, gejala, dan pencegahan. *Jurnal Parenting dan Anak*, 1(2), 11-11.
- Gusriati, G., Murnita, M., Febrianthy, F., & Sumarno, W. (2024). Kesejahteraan Rumah Tangga Stunting Dari Pendekatan Gsr Di Kecamatan Batang Kapas Kabupaten Pesisir Selatan. *JAS (Jurnal Agri Sains)*, 8(1), 108-118.
- Hengky, H. K., & Rusman, A. D. P. (2022). Model Prediksi Stunting. Penerbit NEM.
- Jiu, C. K., Sinaga, M. R. E., Panglipurningsih, N. A. P., & Setyoningrum, U. (2025). Buku Ajar Keperawatan Komunitas. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Kesuma, N. S. I., Putri, M. K. N. I. M., Meliyani, M. K. N. R., Saputra, M. K. N. A. U., Elviani, M. K. Y., & Keb, A. M. (2023). Keperawatan Keluarga. Penerbit Adab.
- Maulana, M. S., & Elsye, R. (2024). Strategi Pemberdayaan Masyarakat Dapur Sehat Atasi Stunting (Dashat) Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Di BKKBN Kota Palembang Provinsi Sumatera Selatan (Doctoral dissertation,IPDN).
- Putra, I. G. Y., Suardana, I. W., Nurlela, L., Sya'diyah, H., Achjar, K. A. H., Januarti, L. F., ... & Kirana, S. A. C. (2023). Keperawatan Keluarga: Teori & Studi Kasus. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Putri, A. A. Y., Roslita, R., & Adila, D. R. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Terhadap Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(3), 51-66.
- Renteng, S., & Simak, V. F. (2021). Keperawatan Keluarga. Tohar Media.
- Rumlah, S. (2022). Masalah sosial dan solusi dalam menghadapi fenomena stunting pada anak. *Krinok: Jurnal Pendidikan Sejarah dan Sejarah*, 1(3), 83-91. Saputra, M. K. F., Mardiyah, S., Sari, D. H. A., Sinthania, D., Widyyati, M. L. I.,
- Solikhah, M. M. A., & Ardiani, N. D. (2023). Keperawatan Keluarga. Pradina Pustaka.
- Syamdarniati, S. K. M. (2025). Konsep Dasar Epidemiologi Pada Stunting (Insidensi, Prevalensi, Faktor Risiko Stunting). Bookchapter Stunting.
- Syofyanengsih, S., Fajar, N. A., & Novrikasari, N. (2022). Hubungan Peran Keluarga terhadap Kejadian Stunting: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(2), 1167-1171.
- World Health Organization. (2020). Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF/ WHO/ World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2020 edition.
- World Health Organization. (2013). Child Growth Indicators and Their Interpretation [WWW Document]. WHO.



Jurnal Pengabdian Indonesia (JPI)

Journal page is available to

<https://e-jurnal.jurnalcenter.com/index.php/jpi/index>

Email: admin@jurnalcenter.com

