



Strategi pemberdayaan masyarakat dalam penanggulangan stunting: pemahaman, pencegahan, dan intervensi

Bidari Andaru Widhi^{1*}, Zainudin Abdussamad², Abdul Muhid², Titik Ceriyani Miswaty², Ika Yuliana³, Elyakim N. S. Patty⁴, Sri Astuti Iriyani⁴, Marlina⁴

¹ Fakultas Teknik, Universitas Bumigora, Mataram, Indonesia.

² Fakultas Seni dan Bahasa, Universitas Bumigora, Mataram, Indonesia.

³ Fakultas Manajemen, Universitas Bumigora, Mataram, Indonesia

⁴ Fakultas Pendidikan Teknologi Informasi, Universitas Bumigora, Mataram, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.29303/indra.v6i1.361>

Article Info

Received : 01-02-2024
Revised : 20-02-2025
Accepted : 22-04-2025

Abstract: This community service discusses stunting, a problem of stunted child growth due to chronic malnutrition, especially in the West Nusa Tenggara region of Indonesia. Stunting causes impaired growth in children, with boys growing much less than they should. This condition was caused by a lack of nutritional knowledge among pregnant women and children, as well as an unbalanced diet. The impact of stunting includes physical and cognitive impairment, increased risk of chronic disease, and lower adult productivity. Stunting prevention requires a holistic approach involving nutrition, health, sanitation, and education, as well as active participation from the government, community, and family. An intervention program was implemented in Bayan, North Lombok, involving participatory discussions with various community members to improve understanding and prevention of stunting. The PAR method was used to implement the activities, involving initial mapping, implementation, and evaluation. The results showed an increase in the community's understanding of stunting and its prevention measures. The program highlights the importance of community empowerment in stunting prevention to improve children's quality of life.

Keywords: Community empowerment; community service; malnutrition; stunting.

Citation: Widhi, B. A., Abdussamad, Z., Muhid, A., Miswaty, T. C., Yuliana, I., Patty, E. N. S., Iriyani, S. A., & Marlina, M. (2025). Strategi pemberdayaan masyarakat dalam penanggulangan stunting: pemahaman, pencegahan, dan intervensi. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 5–9. doi: <https://doi.org/10.29303/indra.v6i1.361>

Pendahuluan

Stunting, atau kondisi pertumbuhan anak yang terhambat akibat kekurangan gizi kronis, merupakan masalah serius kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian utama di berbagai negara (Kinanti, 2020). Selain itu, stunting banyak terjadi di Indonesia terutama daerah wilayah bagian timur seperti wilayah Nusa Tenggara Barat. Masih banyak masyarakat yang memiliki anggota keluarga stunting terutama pada pertumbuhan anak laki-laki yang seharusnya jauh lebih tinggi daripada anak perempuan, kini tinggi badan perempuan dan laki-laki memiliki perbedaan yang tidak signifikan, yaitu kurang dari 160 hingga 155.

Berdasarkan Kemenkes tahun 2023 menyatakan bahwa stunting merupakan kelahiran serta pertumbuhan anak yang berada di bawah garis standar yang mana pertumbuhan ini ditandai oleh panjang dan tinggi badan di bawah garis standar (Purnaningsih et al., 2023), dan diperkuat oleh WHO 2020 bahwa pertumbuhan pendek atau sangat pendek berdasarkan panjang/tinggi badan menurut usia yang kurang dari-2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO yang terjadi karena kondisi irreversibel akibat asupan nutrisi yang tidak adekuat dan atau infeksi berulang/ kronis yang terjadi dalam 1000 HPK, hal tersebut dapat

Email: bidari@universitasbumigora.ac.id (*Corresponding Author)

dikatakan bahwa tumbuh kembang anak yang kurang gizi atau malnutrisi (Fitri J et al., 2022).

Stunting berawal dari kurangnya gizi dari tumbuh kembang anak serta dikarenakan kurang pengetahuan akan orang tua terutama ibu yang paling berperan penting dalam nutrisi pertumbuhan sejak dalam kandungan hingga sudah lahir (Suciati et al., 2023). Banyak yang beranggapan bahwa kebutuhan makanan sebelum dan saat hamil adalah sama sehingga menimbulkan dampak yang kurang kurang baik bagi bayi ketika sudah lahir (Hoeriyah, 2021). Pada saat hamil, ibu memerlukan banyak nutrisi dan vitamin untuk mendukung tumbuh kembang anak dari sebelum lahir hingga sudah lahir (Adriani, 2016). Akan tetapi semua itu dihiraukan, konsumsi makanan tidak diimbangi dengan lauk yang mengandung protein, serat dari sayuran, Omega 3 dari telur dan daging karena kurangnya pengetahuan ibu sehingga perlu diberikan wawasan seputar makanan yang bergizi seimbang (Ruaida, 2018).

Penting untuk menciptakan variasi dalam pola makan anak-anak untuk memastikan bahwa mereka mendapatkan semua nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Rosyida et al., 2023). Selain itu, memperhatikan kebersihan makanan dan keamanan pangan juga merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan anak dan mencegah stunting (Yusran et al., 2023). Jika memungkinkan, konsultasikan dengan ahli gizi atau profesional kesehatan anak untuk mendapatkan saran yang lebih spesifik sesuai dengan kebutuhan anak (Widya et al., 2023).

Kurangnya pengetahuan tentang makanan yang sehat dapat mengakibatkan munculnya dampak dari stunting pada perkembangan fisik dan kognitif anak yang dapat berlangsung sepanjang hidup anak, mempengaruhi kemampuan belajar dan produktivitas di masa depan (Mayasari et.al, 2023). Dampak dari stunting seperti halnya (Sitti Patimah, 2021): 1) Gangguan Perkembangan Fisik: Anak-anak yang mengalami stunting biasanya memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari anak-anak sebaya mereka. Pertumbuhan tulang dan otot yang terhambat dapat mempengaruhi mobilitas dan kekuatan tubuh; 2) Gangguan Perkembangan Kognitif: Stunting dapat berdampak pada perkembangan otak, menyebabkan penurunan kognitif dan masalah dalam pemahaman konsep. Hal ini dapat memengaruhi kemampuan belajar, konsentrasi, dan pencapaian akademis anak; 3) Penyakit Menular dan Kronis: Anak-anak yang mengalami stunting memiliki sistem kekebalan tubuh yang melemah, sehingga lebih rentan terhadap infeksi dan penyakit menular. Selain itu, mereka juga berisiko lebih tinggi untuk mengalami penyakit kronis seperti

diabetes dan penyakit jantung di kemudian hari; 4) Rendahnya Produktivitas Dewasa: Dampak stunting tidak hanya terasa pada masa anak-anak, tetapi juga berlanjut hingga dewasa. Anak yang mengalami stunting cenderung memiliki produktivitas yang rendah di tempat kerja, kemampuan kognitif yang terbatas, dan kecenderungan untuk mengalami masalah kesehatan sepanjang hidup; 5) Siklus Keturunan Stunting: Anak-anak yang mengalami stunting kemungkinan besar tumbuh menjadi orang dewasa yang rentan terhadap stunting pada keturunannya. Ini menciptakan suatu siklus generasi yang sulit dihentikan tanpa intervensi yang tepat; 6) Keterbatasan Potensi Sumber Daya Manusia: Stunting dapat menghambat potensi sumber daya manusia suatu negara. Anak-anak yang tidak mencapai pertumbuhan optimalnya dapat memiliki keterbatasan dalam hal kemampuan fisik, kecerdasan, dan kontribusi terhadap pembangunan sosial dan ekonomi.

Pencegahan stunting perlu melibatkan serangkaian tindakan yang bersifat holistik dan terintegrasi, melibatkan perhatian pada aspek-aspek gizi, kesehatan, sanitasi, dan pendidikan (Kusudaryati & Pertiwi, 2014). Pencegahan stunting memerlukan komitmen bersama dari pemerintah, lembaga non-pemerintah, komunitas, dan keluarga. Melalui upaya kolaboratif ini, dapat diharapkan bahwa tingkat stunting dapat dikurangi dan kualitas hidup anak-anak dapat ditingkatkan (Taufikurrahman et al., 2023). Dalam upaya pencegahan stunting peneliti memberikan sebuah penyuluhan pemberantasan stunting di Bayan wilayah Lombok Utara karena di desa tersebut masih memiliki angka yang cukup tinggi tentang pertumbuhan dan perkembangan anak di bawah garis standar karena masih menganut pola tradisional. Dengan latar belakang pendidikan yang rendah, mayoritas menikah sebelum lulus sekolah dasar, dan pendidikan tertinggi Masyarakat yaitu sekolah menengah pertama. Maka di tempat tersebut perlu diadakan penyuluhan guna untuk pencegahan terjadinya stunting untuk generasi selanjutnya.

Acara ini dihadiri oleh seluruh lapisan masyarakat. Peserta tidak terbatas pada anggota posyandu, tetapi dari kalangan ibu hamil, ibu menyusui dan non menyusui, dan remaja. Keikutsertaan remaja putri dimaksudkan untuk persiapan gizi ibu dari sebelum menikah, sedangkan keikutsertaan remaja putra dimaksudkan untuk memberikan pemahaman dalam melengkapi nutrisi keluarga serta memberikan gambaran pentingnya peran seorang bapak terhadap tumbuh kembang anak.

Materi yang diberikan pada kegiatan ini meliputi upaya untuk mencegah atau mengurangi dampak stunting pada pertumbuhan dan perkembangan anak-

anak. Berbagai pendekatan dan strategi dapat diadopsi dalam intervensi stunting, termasuk pendekatan pencegahan, perbaikan gizi, dan pengembangan kesehatan masyarakat. Berikut adalah beberapa metode intervensi yang dilibatkan dalam upaya penanggulangan stunting seperti peningkatan gizi masyarakat, pelayanan kesehatan ibu dan anak yang terjangkau, ASI eksklusif dan pemberian makan yang baik, intervensi gizi spesifik, perbaikan sanitasi dan kebersihan, intervensi pendidikan dan penyuluhan, pemantauan pertumbuhan dan evaluasi, keterlibatan komunitas dan partisipasi masyarakat, advokasi dan kebijakan (Neherta & Asri, 2023).

Oleh karena itu, perlunya strategi pemberdayaan masyarakat dalam penanggulangan stunting menjadi sangat penting karena bertujuan untuk meningkatkan pemahaman akan pengetahuan, melakukan pencegahan dan melakukan intervensi yang tepat.

Metode

Pengabdian dilaksanakan di Bayan, Lombok Utara dengan forum diskusi yang dihadiri oleh semua warga baik ibu-ibu yang sudah menikah maupun remaja putri dan para bapak serta remaja laki-laki. Kegiatan ini dilaksanakan guna untuk memberikan penyuluhan pemberantasan stunting dan pencegahan stunting demi mengurangi angka kelahiran anak stunting atau perkembangan di bawah garis standar (Choliqu et al., 2020).

Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode diskusi PAR (Participatory Action Research), metode yang menitikkan masalah pada kehidupan sosial dan diimplementasikan dalam kegiatan sosial untuk memberikan perubahan agar semakin maju. Metode ini menganalisis dari teori dan diterapkan kedalam aksi nyata demi mengembangkan perubahan keberlanjutan yang terdiri dari 1) perencanaan terdiri dari pemetaan awal yaitu memahami komunitas dan permasalahan, inkulturasi dengan komunitas yang akan diberikan penyuluhan, menentukan agenda riset yang akan diambil data sebagai analisis permasalahan, pemetaan partisipatif terhadap masalah yang dihadapi di lapangan, menyusun masalah, strategi; 2) pelaksanaan yang dilaksanakan untuk menciptakan pola baru dalam menerima wawasan baru; 3) evaluasi kegiatan diisi dengan memberikan ulasan dan umpan balik agar mengetahui kemajuan dari sebelum diberikan pengetahuan dan sesudah kegiatan, serta ditutup dengan sesi dokumentasi.



Gambar 1. Alur pelaksanaan pengabdian

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian dilakukan di salah satu daerah yang masih terkenal akan angka stunting tertinggi yaitu di Nusa Tenggara Barat tepatnya di Desa Bayan kabupaten Lombok Utara. Hal tersebut bisa terjadi karena kurangnya pengetahuan makanan bergizi seimbang dan kebersihan. Para warga setempat perlu diberikan bimbingan tentang intervensi stunting agar mengurangi angka stunting yang sudah dialami selama ini.

Sebelum melakukan kunjungan pengabdian, pemateri melakukan pemetaan wilayah yang memiliki tingkat kebutuhan tinggi terhadap informasi program penanganan stunting sejak dini. Selain itu, wilayah ini juga memiliki kondisi sosial kehidupan yang menjadikan banyak kendala untuk tumbuh kembang anak di masa pertumbuhan. Inisiasi kegiatan dilakukan dengan mengirimkan undangan permohonan pelaksanaan kegiatan kepada kepada wilayah setempat.

Tahap selanjutnya adalah penyiapan materi. Materi yang disampaikan meliputi pemahaman tentang stunting seperti pengertian stunting, penyebab stunting, dampak yang diakibatkan oleh stunting dan cara pencegahan stunting.

Dalam penyampaian materi stunting, diadakan pertemuan di balai pertemuan warga. Sebelum menyampaikan materi, peserta diberikan pertanyaan terkait stunting dan kurang gizi, apa yang mereka ketahui dan sejauh mana memahami makna dari stunting dan kurang gizi. Pemateri memberikan stimulasi dengan berbagai pertanyaan agar peserta aktif dalam berpendapat. Beberapa pendapat yang dikemukakan peserta adalah kekurangan makanan sehat, kurangnya konsumsi sayuran, manusia kerdil dan tidak makan nasi. Dari persepsi yang sudah dikemukakan dapat diketahui bahwa pesertamemiliki

pengetahuan dasar dalam menangani stunting dan kurang gizi. Dari hasil mengemukakan pendapat, pemateri memberikan ulasan dan penjelasan terkait stunting dan cara pencegahannya.

Forum diskusi dihadiri kurang lebih 20 - 30 warga diantaranya ibu yang memiliki anak, ibu yang masih mengandung, ibu yang belum memiliki anak, remaja putri, bapak yang memiliki anak, bapak yang belum memiliki anak dan remaja putra. Dari semua kalangan bisa mencakup semua aspek dalam pemberantasan stunting yang ada di Bayan, Lombok Utara karena semua pihak mempunyai peran dalam perkembangan seorang anak.

Ketika forum diskusi telah selesai, dilaksanakan evaluasi hasil dari diskusi dan diberikan umpan balik hal - hal yang perlu diperbaiki untuk kedepannya serta membuka informasi dari luar daerah yang sekiranya penting untuk kemajuan warga setempat. Kemudian diadakan sesi dokumentasi dan pemberian cinderamata yang berkaitan dengan stunting.



Gambar 2. Pelaksanaan Sosialisasi



Gambar 3. Proses Diskusi

Simpulan

Penanggulangan stunting memerlukan komitmen bersama dari semua pihak, termasuk pemberdayaan masyarakat. Melalui pemahaman, pencegahan, dan intervensi terintegrasi, kita dapat

membentuk masyarakat yang lebih sadar gizi, sehat, dan mampu memberikan dukungan penuh bagi pertumbuhan optimal anak-anak. Dengan kerjasama yang kokoh, kita dapat mengubah masa depan anak-anak dan menciptakan generasi yang tangguh dan berkualitas. Selain itu, warga yang mengikuti forum diskusi untuk menambah wawasan tentang stunting sangat antusias mengikuti jalannya diskusi dengan mengutarakan pokok permasalahan yang mereka hadapi serta memberikan pertanyaan untuk menggali lebih dalam informasi serta penyelesaian masalah.

Daftar Pustaka

- Cholih, I., Nasrullah, D., & Mundakir, M. (2020). Pencegahan stunting di Medokan Semampir Surabaya melalui modifikasi makanan pada anak. *Humanism: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1). <https://doi.org/10.30651/hm.v1i1.4544>
- Fitri J, R., Huljannah, N., & Rochmah, T. N. (2022). PROGRAM PENCEGAHAN STUNTING DI INDONESIA: A SYSTEMATIC REVIEW. *Media Gizi Indonesia (National Nutrition Journal)*, Vol. 17(No. 3), 281-292. <https://doi.org/10.204736/mgi.v17i3.281-292>
- Hoeriyah, Y. A. (2021). Hubungan Status Ketahanan Pangan Rumah Tangga Dan Pola Asuh Terhadap Kejadian Stunting Pada Baduta (Studi Pada Baduta Usia 12-24 Bulan Di Kelurahan Karanganyar Kecamatan Kawalu Kota Tasikmalaya. *Tesis*. Universitas Siliwangi.
- Kinanti, R. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 5. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Kusudaryati, D., & Pertiwi, D. (2014). Kekurangan asupan besi dan seng sebagai faktor penyebab stunting pada anak. *Profesi: Media Publikasi Penelitian*, 10(1), 57-61. <https://doi.org/10.26576/profesi.66>
- Mayasari, I. R. (2023). Pemberian Perlakuan Sensomotorik Terhadap Anak Stunting Untuk Meningkatkan Kemampuan Kognitif Pada Tingkat Pendidikan Anak Usia Dini. *Tesis*. Universitas Narotama.

Merryana, A. S. (2016). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan*. Prenada Media.

Neherta, N. M. & Asri, M.N. (2023). *Intervensi Pencegahan Stunting (Pendekatan Terpadu untuk Mencegah*

Gangguan Pertumbuhan pada Anak. Jakarta: Penerbit Adab.

- Purnaningsih, N., Raniah, D.L., Sriyanto, D.F., Azzahra, F.F., Pribadi, B.T., Tisania, A., Ayuka, I.R., & Cahyani, Z. (2023). Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Desa Muncanglarang, Kabupaten Tegal. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 5(No 1), 128-136. <https://doi.org/10.29244/jpim.5.1.128-136>
- Rosyida, A., Rochmah, E. Y., & Islami, A. L. (2023). Pemenuhan Nutrisi Dan Makanan Sehat Melalui Program Snack Time Di Tk Dharma Wanita Persatuan Kalimalang Ponorogo. *Prosiding Lokakarya Pendidikan Islam Anak Usia Dini IAIN Ponorogo*, 3, 12-25.
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, 3(2), 139-151.
- Sitti Patimah, S. (2021). *Stunting Mengancam Human Capital*. Yogyakarta: Deepublish.
- Suciati, P., Lestari, W., Maulidiyanti, M., Wisesa, N. R., Primadini, I., & Kesa, D.D. (2023). *Bergizi Dari Bumi Kami Sebuah Upaya Dari Unsur Akademisi Dalam Pencegahan Stunting Di Labuan Bajo, Nusa Tenggara Timur*. Yogyakarta: Deepublish.
- Taufikurrahman, Mahendra, R. R., Salsabila, A., Izzah, Z., Ningrum, K. P. F., Rossa, Z. A. (2023). Edukasi Pencegahan Stunting Melalui Pendekatan Sosialisasi Dan Pembagian Pamflet Di Desa Pabean Kabupaten Probolinggo. *PRAXIS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.47776/praxis.v1i3.653>
- Widya, R., Setyaningrum, S., & Siregar, D. J. S. (2023). *Revitalisasi Gizi Anak: Produk Ternak Yang Asuh Sebagai Solusi Stunting*. Jambi: Sonpedia Publishing Indonesia.
- Yusran, R., Nanda, A., Amalda, A., Luthvia, R., & Fadlan, R. (2023). Upaya Pemenuhan Kesadaran Masyarakat dan Pemenuhan Gizi Seimbang untuk Mencegah Peningkatan Angka Stunting di Nagari Pariangan 2023. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 131-140. <https://doi.org/10.54082/ijpm.138>