BATOBO
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

BATOBO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
E-ISSN : 2987-5129
Volume 03 | Nomor 01 | Tahun 2025

Peran Gizi Seimbang dan Akses Kesehatan dalam Pencegahan Stunting pada Anak Balita di Desa Karya Indah

Noveri Lysbetti Marpaung[1*], Nurhalim[1], Dian Yayan Sukma[1], Sakti Hutabarat[2], Edy Ervianto[1], Iswadi Hasyim Rosma[1] , Febrizal Ujang[1], Khosfikra Demiza[3], Fhinta Syahila Ferdian[3], Muhammad Valendino[3], salsabila Fakhriyah[3], Sajid Ibrahim[3], Satyo Muhammad[3], Syaputra Dwi Mahindra[3], Roza Syahputra Ramadhan[3], Muhammad Habib Rosiki[3], Ziddan Fahmi[3]
[1]Jurusan Teknik Elektro Universitas Riau
[2]Jurusan Agribisnis Universitas Riau
[3]Mahasiswa Universitas Riau
e-mail: Noveri.marpaung@eng.unri.ac.id

Abstrak

Di Indonesia, stunting adalah masalah kesehatan yang serius, terutama di kalangan anak balita. Kekurangan nutrisi jangka panjang serta terbatasnya akses layanan kesehatan memadai menjadi penyebab utama. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana akses kesehatan dan gizi seimbang berperan dalam mencegah stunting pada anak balita di Desa Karya Indah. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk mengumpulkan data dari observasi lapangan, wawancara dengan tenaga kesehatan, dan analisis program kesehatan lokal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa solusi gizi yang tepat, seperti makanan tambahan yang kaya nutrisi dan akses kesehatan yang lebih baik, sangat berperan dalam menurunkan angka stunting di desa tersebut. Untuk mencegah stunting, kader kesehatan dan keluarga harus berpartisipasi dalam edukasi gizi. Penelitian ini mengusulkan pendidikan gizi yang lebih baik di tingkat rumah tangga dan optimalisasi layanan kesehatan desa sebagai upaya berkelanjutan dalam pencegahan stunting.

Kata kunci:
Stunting, Gizi seimbang, Akses kesehatan, Anak balita.

1. Pendahuluan

Menurut *Global Nutrition Report* (2019), Indonesia adalah salah satu negara dengan ekonomi menengah dengan tingkat kesehatan gizi paling tinggi di Asia, dengan *stunting*, *wasting*, dan obesitas balita sebagai masalah gizi yang paling parah. Dari ketiga masalah gizi tersebut, stunting adalah yang paling parah, dengan jumlah balita stunting tertinggi di antara negara-negara dengan ekonomi menengah kebawah. Berdasarkan data dari Pemantauan Status Gizi (PSG), prevalensi *stunting* di Indonesia adalah 29% pada tahun 2015, 27,5% pada tahun 2017, dan 29,6% pada tahun 2017. Angka ini masih belum mencapai titik terendah negara sebesar 20% [1].

Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia tahun 2022, 149,2 juta anak di bawah usia 5 tahun di seluruh dunia stunting, 45,4 juta kurus, dan 38,9 juta kelebihan berat badan. Jumlah anak stunting telah menurun di seluruh wilayah kecuali Afrika. 51 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami kekurangan berat badan (Kurus) di wilayah Asia Tenggara dan Afrika, dan 151 juta anak di bawah usia lima tahun lainnya

mengalami stunting, dengan tiga perempatan dari anak-anak tersebut tinggal di Afrika dan Asia Tenggara [2].

Sebagai hasil dari wawancara dengan Kepala Desa Karya Indah, Ibu Siti Meilia, S.Pd., M.Pd., diketahui bahwa ada empat anak yang diidentifikasi menderita stunting. Oleh karena itu, lembaga kesehatan dan orang tua harus bertanggung jawab untuk memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang cukup dan mendukung pertumbuhan anak. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang peran penting orang tua dalam mencegah stunting pada anak dan untuk meningkatkan pemahaman mereka tentang apa yang mereka lakukan untuk mencegah stunting pada anak mereka.

Menurut deskripsi di atas, masyarakat Desa Karya Indah menghadapi dua masalah utama:

1. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang komponen yang menyebabkan stunting.
2. Kurangnya sosialisasi pemerintah tentang stunting.

Diambil tindakan nyata dari pemerintah dan masyarakat, terutama dari orang tua, untuk mencegah stunting. Tindakan yang dapat diambil meliputi meningkatkan pola hidup sehat dengan pemenuhan gizi yang cukup serta rutin berkonsultasi mengenai pertumbuhan anak, baik saat masih dalam kandungan maupun setelah lahir. Selain itu, pemerintah juga perlu lebih aktif dalam mensosialisasikan bahaya stunting kepada masyarakat Desa Karya Indah agar mereka lebih sadar akan pentingnya pencegahan stunting.

2. Metode Kegiatan

Dalam penelitian ini Langkah-langkah metode kegiatan yang dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Identifikasi Lokasi dan Sasaran
   Tim pengabdian memilih lokasi di Desa Karya Indah, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar, karena desa ini menunjukkan indikasi tinggi stunting pada anak-anak balita dan relevan dengan fokus penelitian kami. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 31 Juli 2024. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif fenomenologi. penelitian kualitatif dalam konteks kemasyarakatan dapat menghasilkan pemahaman yang mendalam mengenai dampak dan akibat yang terjadi. Hal ini sejalan dengan penelitian kualitatif berguna untuk menyusutkan dan menyelidiki makna yang muncul dalam suatu peristiwa sosial atau kelompok masyarakat. Menurut Nasir et al., n.d. [3] di dalam jurnal (Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif) pendekatan fenomenologi dapat digunakan untuk mengembangkan pemahaman dan menjelaskan arti dari peristiwa yang dialami oleh seseorang atau sekelompok orang.
2. Pengumpulan Data Awal
   Tim pengabdian menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi dengan masyarakat Desa Karya Indah serta pihak kesehatan Kecamatan Tapung yang ahli dalam bidang gizi. Selain itu, teknik pengumpulan data juga mencakup studi literatur, yaitu mempelajari dan mencari sumber data dari buku, jurnal, dan website yang relevan untuk memperdalam pemahaman tentang topik yang dikaji.

3. Pelaksanaan Kegiatan
   Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pendataan kesehatan anak balita di Posyandu Desa Karya Indah. Tim bersama kader Posyandu melakukan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, serta pemeriksaan kesehatan anak. Selain itu, imunisasi dasar lengkap juga diberikan oleh bidan dengan dukungan mahasiswa Kukerta MBKM. Dalam sesi berikutnya, tim mengadakan penyuluhan mengenai pencegahan stunting yang melibatkan kader Posyandu dan masyarakat setempat. Materi yang disampaikan mencakup penyebab, dampak, serta langkah pencegahan stunting melalui pemberian makanan bergizi, pola asuh yang sehat, dan pentingnya sanitasi lingkungan. Penyuluhan ini dilakukan secara interaktif dengan sesi diskusi untuk memastikan pemahaman masyarakat. Sebagai bagian dari intervensi, makanan tambahan bergizi, seperti bubur kacang hijau, susu, dan sayuran segar, dibagikan kepada anak-anak balita. Langkah ini bertujuan untuk mendukung pemenuhan gizi harian sekaligus memperkenalkan pentingnya konsumsi makanan sehat kepada masyarakat.
4. Evaluasi dan Dokumentasi
   Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, tim melaksanakan evaluasi untuk menilai keberhasilan program. Evaluasi dilakukan melalui wawancara singkat dengan peserta untuk mengetahui tingkat pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan. Selain itu, tim juga mendokumentasikan kegiatan melalui foto dan laporan tertulis, mencatat setiap proses yang dilakukan, mulai dari pendataan kesehatan hingga pemberian makanan tambahan. Hasil evaluasi menunjukkan antusiasme masyarakat yang tinggi serta peningkatan kesadaran akan pentingnya pencegahan stunting. Dokumentasi ini tidak hanya menjadi bukti nyata pelaksanaan kegiatan, tetapi juga menjadi dasar untuk merancang program lanjutan yang lebih terarah di masa depan.

3. Hasil dan Pembahasan

Stunting adalah kondisi kegagalan pertumbuhan pada anak balita di bawah lima tahun yang disebabkan oleh kekurangan gizi, sehingga anak tersebut memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya [4].

Dua jenis faktor berkontribusi pada stunting: faktor penyebab langsung dan faktor penyebab tidak langsung. Faktor penyebab langsung termasuk asupan makanan, riwayat BBLR, penyakit infeksi (ISPA dan diare), dan pola pemberian makanan. Faktor tidak langsung termasuk riwayat ASI eksklusif, jenis kelamin balita, karakteristik keluarga (pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan), pelayanan kesehatan, dan sanitasi lingkungan [5].

Kekurangan gizi yang cukup dapat menyebabkan anak menjadi lebih pendek dari usia normal, yang dikenal dengan istilah stunting. Bayi yang tidak menerima nutrisi yang dibutuhkannya untuk tumbuh dan berkembang dengan baik dapat mengalami malnutrisi. Peraturan Presiden nomor 72 tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting menyatakan bahwa stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan oleh infeksi berulang dan kekurangan gizi yang berkelanjutan [6]. Gangguan ini ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak yang lebih rendah dari standar yang ditetapkan oleh Menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. Gejala stunting biasanya muncul atau muncul setelah anak berusia dua tahun. Stunting adalah masalah yang meningkatkan

risiko penyakit, kematian, dan masalah pertumbuhan fisik dan mental anak. Menurut pendapat. Jadi stunting merupakan masalah kesehatan yang perlu ditangani dengan serius. Pada periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK), merupakan fase kritis yang akan mempengaruhi perkembangan selanjutnya, dengan dampak jangka panjang yang dapat berulang sepanjang hidup. Balita yang mengalami stunting berisiko mengalami keterlambatan dalam perkembangan kecerdasan, produktivitas, dan prestasi ketika mereka dewasa nanti. Dampak stunting memiliki dua bentuk yaitu jangka pendek dan jangka panjang, dampak ini dapat dilihat dari berkurangnya perkembangan kognitif dan motorik dari anak seusianya [7].

Di Desa Karya Indah, Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar, masalah stunting telah menjadi perhatian besar pemerintah dan tenaga medis setempat . Data saat ini menunjukkan bahwa banyak anak balita stunting, menunjukkan masalah gizi dan kesehatan yang signifikan di desa ini. Studi ini menemukan bahwa faktor utama yang menyebabkan stunting di Desa Karya Indah termasuk kurangnya pengetahuan orang tua tentang nutrisi yang diperlukan bayi dan balita, pola hidup yang tidak sehat, seperti merokok di sekitar anak-anak mereka, dan kondisi sanitasi yang buruk, yang dapat menghambat pertumbuhan anak. Tenaga kesehatan dari Puskesmas Tapung dan kelompok peneliti melakukan sosialisasi program pencegahan stunting untuk mengatasi masalah ini. Upaya pencegahan dan penanggulangan stunting pada balita harus dimulai oleh ibu dari masa kehamilan, terutama 1.000 hari pertama kehidupan. Salah satu cara untuk mencegah stunting adalah dengan meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tentang pencegahan stunting. Intervensi yang meningkatkan pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi termasuk menyusui dini, ASI eksklusif, MP-ASI, dan imunisasi [8]. Pemberian pola makan yang tepat dapat berpengaruh pada gizi anak, maka peting untuk menjaga menu makanan yang seimbang, jadwal makan yang teratur, dan durasi makan yang tepat memiliki hubungan yang signifikan [9].

Tujuan program ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya gizi seimbang dan akses kesehatan yang memadai untuk pencegahan stunting. Diharapkan melalui kegiatan ini, masyarakat Desa Karya Indah akan memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya pemberian gizi yang tepat, perubahan pola hidup yang sehat, dan pentingnya sanitasi yang baik. Intervensi ini fokus pada memberikan perhatian khusus kepada ibu hamil dan anak-anak di bawah lima tahun untuk memastikan mereka mendapatkan asupan gizi yang tepat dan akses kesehatan yang memadai, sehingga mencegah stunting dan mendukung tumbuh kembang anak sebaik mungkin. Ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka stunting yaitu, promosi gizi seimbang, akses terhadap layanan kesehaytan yang berkualitas, edukasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat, pemberian suplemen gizi, dan pengembangan insfrastruktur dan keamanan pangan [10].

3.1 Pendataan PIN polio serta pengecekan anak dan balita.
Kegiatan awal dimulai dengan berpartisipasi dalam acara Posyandu, sebuah program penting untuk memberdayakan masyarakat dan mempermudah akses layanan kesehatan untuk mempercepat penurunan angka kematian ibu dan anak (Gambar 1). Acara Posyandu dilakukan pada pagi hari dan mencakup berbagai layanan kesehatan bagi masyarakat, terutama untuk anak-anak dan balita. Selama acara, berat badan dan tinggi badan anak diperiksa, serta kesehatan mereka. Selanjutnya, anak-anak dan balita diimunisasi oleh bidan dengan dukungan siswa Kukerta. Program ini tidak hanya

menjamin keselamatan anak-anak yang diperlukan , tetapi juga mendidik orang tua tentang pentingnya kesehatan dan gizi yang baik. Keterlibatan aktif dalam Posyandu ini menunjukkan komitmen mereka untuk meningkatkan kesehatan masyarakat dan mendukung upaya pencegahan stunting melalui pelayanan kesehatan yang lebih baik dan akses yang lebih mudah.



Gambar 1. Proses pengecekan kesehatan pada anak balita serta melaksanakan PIN Polio di Desa Karya Indah

3.2 Penyuluhan pencegahan stunting

Penyuluhan pencegahan stunting dilakukan oleh mahasiswa KUKERTA MBKM Universitas Riau 2024 dan kader posyandu (Gambar 2). Dalam penyuluhan ini, dijelaskan secara rinci bagaimana mencegah stunting, apa yang harus dimakan untuk mencegah stunting, dan penyebab, gejala, efek, dan prosedur pengobatannya. Tujuan dari program ini adalah menjadikan Desa Karya Indah sebagai desa yang tidak lagi terancam stunting.



Gambar 2. Penyuluhan pencegahan *stunting* oleh mahasiswa Kukerta kepada masyarakat dan dibantu oleh kader posyandu

Diharapkan melalui kegiatan ini masyarakat akan semakin memperhatikan gizi anak-anak dan kebersihan lingkungan. Ini sesuai dengan Pasal 2 Ayat 2 Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting [6], yang menyatakan bahwa tujuan strategi nasional untuk percepatan penurunan stunting adalah:

1. Menurunkan prevalensi stunting
2. Meningkatkan kualitas penyiapan kehidupan berkeluarga
3. Menjamin pemenuhan asupan gizi
4. Memperbaiki pola asuh

5. Meningkatkan akses dan jutu pelayanan Kesehatan ; dan
6. Meningkatkan akses air minum dan sanitasi.

3.3 Pemberian makanan bergizi kepada anak dan balita
Memberikan makanan bergizi kepada anak dan balita, seperti bubur kacang hijau, sayuran segar, dan susu, adalah langkah berikutnya dalam program pencegahan stunting (Gambar 3). Makanan ini dimaksudkan untuk meningkatkan daya tahan tubuh, berat badan, dan tinggi badan anak dan balita, yang merupakan indikator penting dari pertumbuhan yang optimal. Makanan sehat yang disajikan aman untuk anak-anak karena bebas dari bahan pengawet, pewarna buatan, dan zat kimia berbahaya lainnya.

Makanan bergizi ini sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh karena dapat membangun antibodi dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh untuk melawan virus, bakteri, dan kuman berbahaya. Malnutrisi, yang dapat berdampak buruk, dapat dicegah jika anak mengonsumsi makanan sehat dan seimbang secara teratur pada pertumbuhan mental dan fisik mereka.

Kemudian, asupan makanan bergizi sangat penting bagi ibu hamil karena membantu pertumbuhan janin yang sehat, memperkuat daya tahan tubuh ibu, dan memastikan terpenuhinya kebutuhan nutrisi yang diperlukan untuk mendukung kehamilan yang sehat dan lancar. Secara keseluruhan, konsumsi makanan bergizi membantu anak menjadi lebih sehat dan membangun fondasi yang kuat untuk tumbuh kembang yang seimbang dan kekebalan tubuh yang baik bagi anak dan ibu hamil di Desa Karya Indah.



Gambar 3. Pemberian makanan bergizi dan sehat kepada anak dan balita

4. Kesimpulan

Stunting merupakan masalah gizi yang signifikan yang berdampak pada perkembangan mental dan pertumbuhan fisik anak. Studi di Desa Karya Indah menemukan bahwa pola hidup yang tidak sehat dan kurangnya pengetahuan masyarakat tentang nutrisi yang sehat berkontribusi pada tingginya angka stunting. Mahasiswa Kukerta MBKM Universitas Riau 2024 dan kader posyandu melakukan penyuluhan dengan fokus mencegah stunting dengan mengajarkan tentang nutrisi, kebersihan lingkungan, dan konsumsi makanan bergizi. Diharapkan intervensi ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan akses kesehatan yang memadai, sehingga angka stunting dapat ditekan dan anak-anak dapat tumbuh sehat.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada Universitas Riau, Dosen Pembimbing Lapangan, Ibu Kepala Desa Karya Indah, seluruh perangkat desa, masyarakat Desa Karya Indah, dan semua orang yang telah membantu dan membimbing kami selama pengabdian lapangan. Kami dapat menjalankan kegiatan ini dengan lancar dan memberikan manfaat nyata bagi masyarakat berkat bantuan, kerja sama, dan dedikasi dari seluruh komponen yang terlibat.

Referensi

[1] F. Adriany, H. Hayana, N. Nurhapipa, W. Septiani, and N. P. Sari, “Hubungan Sanitasi Lingkungan dan Pengetahuan dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Puskesmas Rambah,” *J. Kesehat. Glob.*, vol. 4, no. 1, pp. 17–25, 2021.

[2] R. Asriani, W. O. Salma, and J. Jafriati, “Analisis Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Baduta (6-24 Bulan) Di Wilayah Kerja Puskesmas Mowila,” *Nurs. Updat. J. Ilm. Ilmu Keperawatan P-ISSN 2085-5931 e-ISSN 2623-2871*, vol. 13, no. 3, pp. 115–122, 2022.

[3] A. Nasir, Nurjana, K. Shah, R. A. Sirodj, and M. W. Afgani, “Pendekatan Fenomenologi Dalam Penelitian Kualitatif 1,” *Innov. J. Soc. Sci. Res. E-ISSN 2807-4238 P-ISSN 2807-4246*, vol. 3, no. 5, pp. 4445–4451, 2023.

[4] E. Enggar, S. Lestari, and L. Lia, “Laporan Pengabdian Masyarakat Daerah Binaan Penyuluhan Penyiapan Reproduksi Sehat Remaja Dalam Mencegah Stunting Di Desa Loru Kecamatan Sigi Biromaru Tahun 2022,” *Cakrawala J. Pengabdi. Masy. Glob. Vol.2, No.3 Agustus 2023 e-ISSN 2962-0848 p-ISSN 2964-5271, Hal 01-08*, vol. 9, no. 23, pp. 656–664, 2023.

[5] I. L. Nurdiansyah, A. Ramdhani, E. Rismayanti, and Z. Adnan, “Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Stunting Anak Usia 6-23 Bulan di Tarogong Kaler,” *J. Pembang. dan Kebijak. Publik Fak. ISIP, Univ. Garut ISSN 2087-1511*, 2020.

[6] Perpres, “Peraturan Presiden No. 28,” no. 1, 2020.

[7] R. Savitri, S. Maryati, B. Rianto, and P. Yupira, “Pengaruh Edukasi Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Stunting di Desa Pangauban Wilayah Kerja Puskesmas Batuajar Tahun 2024,” *J. Ilm. Kebidanan p-ISSN 2477-4375 e-ISSN 2477-4383*, pp. 146–155, 2024.

[8] M. I. Panigoro, A. A. Sudirman, and D. Modjo, “Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tilongkabila,” *J. Ilmu Kesehat. dan Gizi e-ISSN 2964-7819; p-ISSN 7962-0325, Hal 47-60*, vol. 1, no. 1, pp. 79–91, 2020.

[9] D. Ayu and C. Rosyida, “Pola Pemberian Makanan Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 1-5 Tahun,” *J. Ilmu Kebidanan 2023, 13(1) 13-18*, vol. 13, no. 1, pp. 13–18, 2023.

[10] N. A. Panggabean, B. Ginting, and F. U. Ritonga, “Strategi pemberian gizi untuk mencegah stunting pad masyarakat miskin di Kelurahan Titi Rantai,” *Mitra Abdimas J. Pengabdi. Kpd. Masy.*, vol. 3, no. 2, pp. 72–75, 2023.