

**Edukasi Gizi untuk pencegahan Stunting pada balita di Desa Marente Kab. Sumbawa*****Nutrition Education to Preventif Stunting in Toddlers in Marente Village, Sumbawa Regency*****Hamdin<sup>1\*</sup>, Abdul Hamid<sup>2</sup>, Nur Arifatus Sholihah<sup>3</sup>**<sup>1,2,3</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Griya Husada Sumbawa, IndonesiaEmail: [hamdinskm@gmail.com](mailto:hamdinskm@gmail.com) <sup>1\*</sup>Alamat: Jl. Kebayan, Brang Biji, Kec. Sumbawa, Kabupaten Sumbawa, Nusa Tenggara Bar.  
Indonesia 84312

\*Penulis korespondensi

**Riwayat Artikel:**

Naskah Masuk: 06 Agustus, 2025;

Revisi: 29 Agustus 20, 2025;

Diterima: 17 September, 2025;

Terbit: 19 September, 2025.

**Keywords:** Child Growth; Environmental Sanitation; Exclusive Breast Milk; Nutrition Education; Stunting Prevention

**Abstract.** Stunting is a nutritional problem caused by prolonged nutritional deficiencies during the critical first 1,000 days of life (HPK). This results in growth disorders in children, resulting in a lower height or shorter stature (dwarfism) than the standard for their age. Objective: To provide information to parents of toddlers about the dangers and impacts of stunting. Nutrition education is one of the main strategies in stunting prevention by providing the community with an understanding of the importance of a healthy diet. This education includes: the importance of exclusive breastfeeding for the first 6 months and the provision of appropriate complementary foods (MPASI), the introduction of balanced nutritious foods, especially animal protein, which supports child growth, and good hygiene practices, such as washing hands before eating and maintaining environmental sanitation. The activity was carried out by providing education on stunting prevention to parents of toddlers through outreach in Marente Village, Alas District, Sumbawa Regency. The media used in this activity were leaflets distributed to parents of toddlers. Parental knowledge after receiving the educational materials provided. Parental knowledge increased, a significant increase. Before education, only 25.0% of parents had high knowledge about stunting, while after education, this increased to 77.5%.

**Abstrak**

Stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan karena kekurangan asupan gizi dalam waktu lama pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang merupakan masa kritis. sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya. Tujuan Memberikan Informasi kepada orang tua yang mempunyai anak balita akan bahaya dan dampak dari stunting. Edukasi gizi menjadi salah satu strategi utama dalam pencegahan stunting dengan memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai pentingnya pola makan sehat. Edukasi ini meliputi: Pentingnya ASI eksklusif selama 6 bulan pertama dan pemberian MPASI yang tepat, Pengenalan makanan bergizi seimbang, terutama protein hewani yang mendukung pertumbuhan anak dan praktik kebersihan yang baik, seperti mencuci tangan sebelum makan dan menjaga sanitasi lingkungan. Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pencegahan stunting kepada orang tua yang memiliki balita melalui penyuluhan di kelurahan marente Kec. Alas, Kab. Sumbawa. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah leaflet yang dibagikan ke orang tua yang memiliki anak balita. pengetahuan orang tua setelah menerima materi edukasi yang diberikan, Pengetahuan orang tua meningkat, peningkatan yang signifikan sebelum edukasi hanya 25,0% orang tua yang memiliki pengetahuan tinggi tentang stunting, sedangkan setelah edukasi meningkat menjadi 77,5%.

**Kata Kunci:** ASI eksklusif; Edukasi gizi; Pencegahan stunting; Pertumbuhan anak; Sanitasi lingkungan

## 1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan karena kekurangan asupan gizi dalam waktu lama pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang merupakan masa kritis. sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya. Keadaan stunting ini ditunjukkan dengan nilai z-score tinggi badan menurut usia (indeks TB/U)  $< -2$  SD berdasarkan (WHO, 2023)

Di Indonesia kejadian balita pendek (*stunting*) saat ini juga menjadi perhatian pemerintah sehingga merupakan salah satu dari lima isu strategis yang menjadi prioritas pembangunan kesehatan nasional 2020-2024 (Kemenkes RI, 2020). WHO dalam *World Health Statistics data visualizations dashboard* tahun 2019 menunjukkan bahwa Indonesia mengalami penurunan prevalensi *stunting* di antara negara Asia lainnya yaitu jika pada tahun 2017 Indonesia menempati urutan ke 3 dengan prevalensi 36,4%, pada tahun 2018 Indonesia berada di posisi ke 6 dengan prevalensi 36%. Sedangkan secara global, Indonesia menempati urutan ke 34 (36%) dari rata-rata prevalensi dunia yaitu 21,9% (*World Health Organization*, 2019).

Prevalensi *stunting* tertinggi di Kabupaten Sumbawa berada di Kecamatan Empang dengan jumlah kasus 210 dari 1669 balita, Utan jumlah kasus 201 dari 2770 balita, Moyo utara jumlah kasus 190 dari 793 balita, Plampang jumlah kasus 181 dari 2441 balita, Alas dengan jumlah kasus 145 dari 2.458 balita. (Profil Dinkes Sumbawa, 2025).

Edukasi gizi merupakan suatu metode serta upaya untuk meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku makan sehingga terciptanya status gizi optimal. Edukasi gizi adalah pendekatan edukatif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap balita terhadap gizi, semakin tinggi pengetahuan gizi akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku konsumsi makanan (Safitri, 2016). Edukasi bisa dilakukan melalui beberapa media dan metode. Edukasi yang dilaksanakan dengan bantuan media akan mempermudah dan memperjelas audiens dalam menerima dan memahami materi yang disampaikan. Selain itu, media juga dapat membantu edukator dalam menyampaikan materi. (Kemenkes RI, 2017).

Tingginya angka kejadian stunting menjadi perhatian pemerintah. Beberapa penyebab stunting itu sendiri adalah kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh mulai dari masih didalam kandungan sampai dengan setelah lahir, kurangnya akses ke pelayanan kesehatan, kurangnya akses air bersih dan sanitasi. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan stunting dengan perbaikan pola makan, pola asuh dan sanitasi. (Kemenkes RI 2018).

Intervensi untuk penanggulangan stunting yang diprogramkan oleh pemerintah mencakup berbagai upaya sejak masa kehamilan hingga anak usia balita. Intervensi tersebut meliputi pemberian tablet tambah darah minimal 90 tablet selama masa kehamilan, pemberian

makanan tambahan untuk ibu hamil, serta pemenuhan kebutuhan gizi secara optimal. Selain itu, persalinan dianjurkan dilakukan oleh tenaga kesehatan yang kompeten seperti dokter atau bidan. Setelah kelahiran, penting dilakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama 6 bulan. Selanjutnya, anak diberikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) mulai usia 6 bulan hingga 2 tahun, serta imunisasi dasar lengkap dan suplementasi vitamin A. Pemantauan pertumbuhan anak secara rutin di posyandu dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) juga merupakan bagian penting dari intervensi ini. (Kemenkes. 2020).

Beberapa hasil penelitian menyebutkan terdapat hubungan signifikan antara pola asuh ibu dengan kejadian stunting pada balita baik itu pola asuh makan. bahwa pola asuh ibu yang baik seperti pemberian ASI Eksklusif, pemberian MPASI dengan tepat, melakukan imunisasi dan memberikan stimulus psikososial terhadap anak dapat mencegah anak menjadi stunting, begitu sebaliknya. pola asuh kurang baik berisiko 8,07 kali lebih besar dibandingkan dengan pola asuh baik. Penelitian ini didukung oleh Penelitian yang dilakukan Yasirly Khairany tahun 2019 di Puskesmas Pauh Kota Padang menunjukkan hasil yang sama, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh ibu dengan kejadian stunting Pola asuh ibu yang kurang memiliki risiko 5 kali terhadap kejadian stunting setelah dikontrol, oleh variabel pengetahuan gizi ibu dan status ekonomi. Pengetahuan ibu yang kurang akan meningkatkan kejadian stunting karena ibu tidak tau bagaimana pengasuhan yang tepat untuk tumbuh kembang anak.

Oleh karena itu diperlukan peningkatan pengetahuan ibu tentang bagaimana pola pengasuhan yang tepat untuk pencegahan stunting seperti pemberian ASI Eksklusif, MP ASI yang tepat, pola asuh kebersihan serta pola asuh kesehatan dasar. Selain itu edukasi kepada kader juga harus dilakukan agar kader dapat memberikan edukasi secara berkelanjutan kepada para ibu hamil dan ibu yang mempunyai balita. (Kemkes RI, 2020)

Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik “Edukasi Gizi untuk pencegahan Stunting pada balita di desa marente kec. Alas. Kab. Sumbawa”. Gambaran yang diberikan kepada masyarakat berupa penyampaian informasi tentang Edukasi gizi, Cegah Stunting Dengan Pola Makan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan.

## **2. METODE**

Kegiatan dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pencegahan stunting kepada orang tua yang memiliki balita melalui penyuluhan, akan dilaksanakan di kelurahan marente Kec.

Alas, Kab. Sumbawa. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah leaflet yang dibagikan ke orang tua yang memiliki anak balita. Leaflet yang dibagikan berjudul “Cegah Stunting Dengan Pola Makan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Selama Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan.

**Tabel 1.** Persiapan, pelaksanaan, dan penutupan.

Persiapan	Pelaksanaan	Penutup
1. Pengurusan administrasi perijinan lokasi persiapan ATK dan prasarana untuk kegiatan Pengabmas.	Metode yaitu pembagian ”Definisi Faktor stunting, Pencegahan stunting”.	Penyuluhan ceramah, Leafle stunting, penyebab Dampak Pencegahan Pemberi
2. Melaksanakan penjajakan di lokasi Pengabmas dan instansi terkait.	adalah tim pengabmas yang berjumlah dua orang dibantu oleh mahasiswa Jurusan Kesehatan masyarakat studi kesehatan masyarakat.	Melakukan evaluasi berupa post test untuk mengukur pengetahuan orng tua yang mempunyai anak balita
3. Melakukan advokasi dan persiapan dengan pemerintah setempat dan instansi terkait untuk pelaksanaan Pengabmas dalam bentuk rapat dan diskusi.		
4. Melakukan kajian awal / pretest pada sasaran pengabmas tentang Edukasi gizi untuk mencegah stunting		

### 3. HASIL

Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di Desa Marente Kec. Alas. Kab. Sumbawa dengan Edukasi Gizi untuk pencegahan Stunting pada balita, edukasi dan sosialisasi ini merupakan cara yang tepat untuk memberikan informasi tentang pencegahan stunting pada anak balita. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah agar ibu dan masyarakat pada umumnya menjadi lebih mengerti dan menerapkan cara pencegahan stunting dan mulai melakukan kebiasaan memberikan makan makanan bergizi dan perilaku hidup bersih dan sehat.

Terkait dengan edukasi/ penyuluhan ini ada beberapa hal yang disampaikan ialah tentang kesadaran akan pentingnya kesehatan serta pentingnya perkembangan sejak awal kehamilan terutama selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) seorang ibu hingga tumbuh kembang anak untuk mencegah generasi emas supaya tidak terjadinya suatu kondisi atau permasalahan yang disebut dengan stunting.

**Tabel 2.** Pengetahuan orang tua.

Pengetahuan Orang Tua	Sebelum Penyuluhan		Setelah Penyuluhan	
	n	%	n	%
Tinggi	10	25,0	31	77,5
Rendah	30	75,0	9	22,5
Total	40	100.0	40	100.0

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 1 ditemukan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan orang tua setelah menerima materi edukasi yang diberikan, Pengetahuan orang tua meningkat, peningkatan yang signifikan sebelum edukasi hanya 25,0% orang tua yang memiliki pengetahuan tinggi tentang stunting, sedangkan setelah edukasi meningkat menjadi 77,5%.

#### 4. KESIMPULAN

Edukasi gizi menjadi salah satu strategi utama dalam pencegahan stunting dengan memberikan pemahaman kepada masyarakat mengenai pentingnya pola makan sehat. Edukasi ini meliputi: Pentingnya ASI eksklusif selama 6 bulan pertama dan pemberian MPASI yang tepat, Pengenalan makanan bergizi seimbang, terutama protein hewani yang mendukung pertumbuhan anak dan praktik kebersihan yang baik, seperti mencuci tangan sebelum makan dan menjaga sanitasi lingkungan.

#### Pengakuan

Ucapan terima kasih penulis menyampaikan terima kasih kepada STIKES Griya Husada Sumbawa yang telah memberikan dana pengabdian sehingga kegiatan ini dapat terlaksana.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Azrimaidaliza, Nursal DG, Rahmy HA, Asri R. Characteristics of Stunted Children Aged 24-36 Months in Padang City. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*. 2019.
- Bappenas. (2021). *Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting 2021–2024*. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Bappenas.
- Kementerian Kesehatan RI. (2017). *Petunjuk Teknis Promosi Kesehatan dengan Media*. Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). *Petunjuk Teknis Intervensi Serentak Pencegahan Stunting*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kemenkes RI.

- Listyarini, A. D., Pujiati, E., Mubaroq, M. H., Arsy, G. R., Rahmawaty, A., Wijaya, H. M., ... & Sari, D. M. (2024). Edukasi Pencegahan Stunting pada Ibu Balita Di Posyandu Dahlia Desa Sadang Kecamatan Jekulo Kabupaten Kudus. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(1), 359-366.
- Profil Dinkes Sumbawa, 2025, Angka stunting di kabupaten sumbawa tahun 2024
- Puspitasari, F. A., Widowati, A. W., & Kurniasih, Y. (2023). Edukasi gizi yang tepat dalam mencegah stunting dengan menggunakan media booklet dan poster. *SIGDIMAS*, 1(01), 11-21.
- Sitohang, T. R., Saragi, M. M., & Yusniar, Y. (2024). Edukasi “Gizi Seimbang “sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(10), 4260-4268.
- UNICEF Indonesia. (2020). *Panduan Praktik Pemberian Makanan Bayi dan Anak*. Jakarta: UNICEF Indonesia.
- UNICEF, WHO, & World Bank Group. (2023). *Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates*. Retrieved from <https://data.unicef.org/resources/jme-report-2023/>
- WHO. Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators. Interpretation Guide Switzerland: WHO Press; 2010.