

PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN TENTANG PENCEGAHAN DAN PENURUNAN STUNTING PADA 1.000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DI DESA KRISIK

Muhammad Ahnaf Rangga Priftadi¹, Eko Nur Hermansyah²,
Jujur Kania Dwi Sulistiyoningrum³, Asnat Rimba Da Costa⁴, Silvia Alvin Dinar⁵,
Thitus Servas Bergmans Loban⁶

^{1,2,3,4,5,6} Universitas Ngudi Waluyo, Indonesia

* Korespondensi : jujukaniadwis5113@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a chronic health problem that hinders physical growth, cognitive development, and increases children's vulnerability to serious diseases in adulthood. Prevention and reduction of stunting prevalence must begin before pregnancy, continue during pregnancy, and be maintained until the first 1,000 days of a child's life. This study reviews the literature, Indonesian government programs, and WHO guidelines to identify effective nutritional interventions, nutrition education, and improved health services, with a focus on Krisik Village. The findings indicate that pregnant women who consume a balanced diet, receive iron and folic acid supplementation, and undergo regular antenatal check-ups have a lower risk of stunting in their children. For infants, practices such as exclusive breastfeeding, providing nutritious complementary foods, complete immunization, and periodic growth monitoring have been proven to reduce the incidence of stunting. Nutrition education for parents and health workers also plays an important role in changing eating behaviors and raising awareness of the importance of nutrition during the first 1,000 days. In conclusion, efforts to reduce stunting require a multisectoral approach that integrates health services, social programs, and community empowerment. Comprehensive interventions from pre-pregnancy through the end of the first 1,000 days can have a significant impact on reducing stunting rates in Indonesia, particularly in Krisik Village.

Keywords: *Stunting In Indonesia, Stunting Prevention, First 1000 Days Of Life, Stunted Pregnant Women, Exclusive Breastfeeding, Complementary Feeding, Toddler Nutrition, Nutrition-Sensitive Interventions, Nutrition-Specific Interventions*

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan kronis yang menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan meningkatkan kerentanan anak terhadap penyakit berat di masa dewasa. Pencegahan dan penurunan prevalensi stunting harus dimulai sejak pra-kehamilan, berlanjut selama kehamilan, dan terus dipertahankan hingga 1 000 hari pertama kehidupan anak. Penelitian ini meninjau literatur, program pemerintah Indonesia, serta pedoman WHO untuk mengidentifikasi intervensi nutrisi, edukasi gizi, dan peningkatan layanan kesehatan yang efektif, dengan fokus pada Desa Krisik. Hasil kajian menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengonsumsi makanan bergizi seimbang, menerima suplementasi zat besi dan asam folat, serta menjalani pemeriksaan antenatal secara rutin memiliki risiko stunting yang lebih rendah pada anaknya. Pada anak balita, praktik pemberian ASI eksklusif, penyediaan makanan pendamping yang bernutrisi, imunisasi lengkap, dan pemantauan pertumbuhan secara periodik terbukti dapat mengurangi kejadian stunting. Pendidikan gizi bagi orang tua dan tenaga kesehatan juga berperan penting dalam mengubah perilaku makan dan meningkatkan kesadaran akan

pentingnya nutrisi pada 1 000 hari pertama. Kesimpulannya, upaya penurunan stunting memerlukan pendekatan multisektoral yang mengintegrasikan layanan kesehatan, program sosial, dan pemberdayaan masyarakat. Intervensi komprehensif sejak pra-kehamilan hingga akhir periode 1 000 hari pertama dapat memberikan dampak signifikan dalam menurunkan angka stunting di Indonesia, khususnya di Desa Krisik.

Kata kunci : Stunting Indonesia, Pencegahan Stunting, 1000 Hari Pertama Kehidupan, Ibu Hamil Stunting, ASI Eksklusif, MPASI, Gizi Balita, Intervensi Gizi Sensitif, Intervensi Gizi Spesifik

PENDAHULUAN

Stunting merupakan penyakit kronis yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Jika dalam jangka waktu lama tidak ditangani, maka kapasitas intelektual anak akan terpengaruh saat tumbuh kembangnya nanti (Aria Putra Yudaa*, 2022). Stunting adalah suatu kondisi di mana anak mengalami gangguan pertumbuhan, sehingga tinggi badan anak tidak sesuai dengan usianya sebagai akibat dari masalah gizi kronis, yaitu kekurangan asupan gizi dalam waktu yang lama (Hardiyanto Rahman, 2023).

Masalah ini masih menjadi tantangan besar dalam kesehatan masyarakat, baik di Indonesia maupun di negara-negara lain. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), stunting terjadi ketika tinggi badan anak di bawah standar yang ditentukan, yaitu minus dua deviasi standar dari kurva pertumbuhan WHO. Kondisi ini biasanya disebabkan oleh makanan yang tidak cukup gizi dan penyakit berulang selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) anak. Meskipun jumlah anak yang mengalami stunting di Indonesia telah berkurang dari 37,2% pada tahun 2013 menjadi 30,8% pada tahun 2018, dan terus menurun hingga 24,4% pada tahun 2021, angka tersebut masih di atas target WHO, yaitu di bawah 20%, dan target nasional hingga 2025 sebesar 22%. Hal ini menunjukkan bahwa stunting masih menjadi ancaman terhadap kualitas sumber daya manusia di Indonesia, yang dapat memengaruhi kemampuan intelektual, produktivitas, serta meningkatkan risiko penyakit yang memengaruhi kesehatan jangka panjang.

Di Desa Krisik, terdapat 24 anak yang mengalami stunting, yang mencerminkan tantangan lokal dalam penanganan masalah gizi. Selain itu, di wilayah Kecamatan Suruh, Desa Kedung Ringin, prevalensi stunting mencapai 16,9%. Angka ini menunjukkan bahwa meskipun ada upaya untuk menurunkan angka stunting, masih banyak yang perlu dilakukan untuk mencapai target yang diharapkan.

Mengatasi stunting memerlukan pendekatan yang menyeluruh dan melibatkan berbagai sektor, seperti sebelum menikah, selama kehamilan, menyusui, serta masa balita. Pemerintah Indonesia sudah menetapkan beberapa program seperti Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018–2024, program 1000 HPK, serta Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Namun, penerapan program tersebut masih menghadapi berbagai hambatan, seperti keterbatasan tenaga kerja, pencairan dana yang terlambat, kurangnya sosialisasi program, dan pemahaman masyarakat yang masih rendah terhadap masalah stunting.

Karena kompleksitas dan tantangan dalam penerapan ini, artikel ini bertujuan untuk meninjau secara menyeluruh strategi pencegahan dan penurunan stunting yang efektif, terutama pada kelompok yang rentan, seperti ibu hamil, ibu menyusui, dan balita. Dengan menganalisis upaya yang telah dilakukan serta mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung dan menghambat keberhasilan, diharapkan bisa diberikan rekomendasi yang lebih spesifik untuk meningkatkan efektivitas penanganan stunting di Indonesia, sehingga mewujudkan masa depan yang lebih sehat dan berkualitas.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode observasi dan sosialisasi di Desa Krisik, Kecamatan Suruh, untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu tentang cara mencegah dan mengurangi stunting pada anak.

Metode ini dipilih karena memungkinkan interaksi langsung dengan masyarakat, sehingga memudahkan dalam memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya pola makan seimbang dan kebiasaan hidup sehat. Observasi dilakukan untuk mengetahui situasi dan kebiasaan masyarakat terkait gizi dan kesehatan anak, sedangkan sosialisasi bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada ibu-ibu mengenai langkah-langkah pencegahan stunting.

Kegiatan sosialisasi diadakan pada hari Sabtu, tanggal 9 Agustus 2025, dengan melibatkan responden serta pihak terkait di tingkat desa.

Lokasi ini dipilih karena mewakili wilayah pedesaan yang menjadi fokus implementasi program pencegahan stunting, serta memastikan informasi yang disampaikan sesuai dengan kebutuhan dan bisa diterima oleh masyarakat setempat. Dengan pendekatan ini, diharapkan pengetahuan dan kesadaran ibu-ibu tentang pencegahan stunting bisa meningkat, sehingga dapat membantu mengurangi angka stunting di Desa Krisik.

SOSIALISASI

Sosialisasi yang dilakukan di Desa Krisik mencakup penjelasan mengenai stunting, penyebabnya, gejala-gejalanya, cara mencegahnya, dampaknya, serta langkah-langkah penanganannya.

Selain itu, sosialisasi juga menjelaskan tentang jamur tiram, termasuk kandungan gizi yang terkandung di dalamnya dan alasan mengapa jamur tiram dipilih sebagai bahan olahan nugget sebagai salah satu cara mencegah stunting. Salah satu upaya penting untuk mencegah stunting adalah dengan menghasilkan makanan yang memiliki nilai gizi tinggi. Mengingat bahwa Desa Krisik memiliki potensi lokal yang memungkinkan akses mudah terhadap bahan makanan, namun sumber daya manusia di sana masih terbatas, maka penyuluhan mengenai pencegahan dan penurunan stunting terutama bagi ibu-ibu di desa ini sangat diperlukan. Dengan memberikan informasi yang tepat dan praktis, diharapkan ibu-ibu di Desa Krisik dapat menjalankan langkah-langkah pencegahan stunting secara efektif dalam kehidupan sehari-hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kebijakan penanggulangan stunting di Indonesia menghadapi berbagai tantangan signifikan yang menghambat efektivitas program. Salah satu kendala utama adalah kurangnya sumber daya manusia dan kapasitas staf, terutama di daerah pedesaan. Hal ini menyebabkan tenaga kesehatan yang tersedia tidak dapat menjalankan program secara optimal, karena mereka sering kali terfokus pada tugas utama dan tidak memiliki waktu atau sumber daya untuk melaksanakan inovasi atau intervensi tambahan (Nurva & Maharani, 2023). Selain itu, regulasi yang tidak selaras antara kebijakan daerah dan nasional juga menjadi penghalang penting. Misalnya, banyak Peraturan Bupati yang belum disesuaikan dengan Perpres No. 72 Tahun 2021, yang mengakibatkan ketidakefektifan program di tingkat lokal (Gusdiva et al., 2024). Tantangan ini menciptakan kesenjangan antara tujuan kebijakan dan realitas di lapangan, sehingga upaya penanggulangan stunting tidak berjalan sesuai harapan.

Program pemberdayaan masyarakat di Desa Krisik fokus pada pelatihan tentang stunting secara menyeluruh. Kegiatan ini dilakukan dalam pertemuan rutin Ibu-Ibu Posyandu dengan cara sosialisasi dan memberi edukasi langsung. Tujuan dari pelatihan ini adalah meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya mencegah stunting sejak dini.

Materi yang dibahas mencakup:

1. Penjelasan tentang stunting dan dampaknya terhadap tumbuh kembang anak
2. Faktor penyebab stunting di lingkungan setempat
3. Cara mencegah stunting dengan pola makan yang seimbang
4. Pentingnya memantau pertumbuhan balita secara teratur
5. Penggunaan bahan makanan lokal yang kaya gizi

Setelah penyuluhan, diberikan materi berupa leaflet dan poster yang berisi informasi nyata mengenai cara mencegah stunting. Diharapkan melalui kegiatan ini, Ibu-Ibu Posyandu menjadi penggerak perubahan yang dapat menyebarkan pengetahuan tentang stunting kepada masyarakat secara luas.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi
(Sumber: Dokumentasi Pengabdian KKN 2025)

Program ini diadakan pada tanggal 9 Agustus 2025 dan diikuti oleh sekitar 20 orang Ibu Posyandu.

Kegiatan dimulai dengan mengidentifikasi permasalahan stunting di Desa Krisik melalui observasi dan wawancara dengan petugas kesehatan. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa edukasi yang intensif diperlukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya mencegah stunting melalui cara merawat anak dan pola makan yang tepat.

Dengan pendekatan penyuluhan yang partisipatif dan disesuaikan dengan kondisi lokal, program ini diharapkan mampu memberikan dampak signifikan dalam menurunkan angka stunting di Desa Krisik melalui peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat terkait pemenuhan gizi keluarga. Namun, masih ada tantangan yang perlu diatasi, seperti rendahnya pengetahuan masyarakat tentang stunting dan kondisi ekonomi yang sulit, yang menjadi hambatan signifikan dalam pelaksanaan program (Gusdiva et al., 2024). Kendala-kendala ini menunjukkan bahwa meskipun ada kebijakan yang baik, implementasinya sering kali terhambat oleh faktor-faktor yang bersifat struktural dan sosial.



Gambar 2. Penyuluhan Materi
(Sumber: Dokumentasi Pengabdian KKN 2025)

Untuk meningkatkan efektivitas program penanggulangan stunting, beberapa rekomendasi perlu diterapkan. Pertama, harmonisasi kebijakan daerah dengan regulasi nasional mutlak diperlukan untuk memastikan keselarasan program. Hal ini akan membantu mengurangi kebingungan dan meningkatkan efektivitas implementasi di lapangan. Kedua, pelatihan bagi tenaga kesehatan dan kader posyandu harus dilakukan secara rutin untuk

meningkatkan kualitas intervensi di lapangan. Pelatihan ini harus mencakup pengetahuan tentang gizi, teknik pemantauan tumbuh kembang, dan cara berkomunikasi yang efektif dengan masyarakat. Ketiga, perlu ada edukasi yang berkelanjutan bagi masyarakat, terutama kepada keluarga berisiko stunting, agar mereka memiliki pengetahuan yang cukup mengenai gizi dan kesehatan (Abidin et al., 2023). Dengan menerapkan rekomendasi ini, diharapkan upaya penanggulangan stunting di Indonesia dapat lebih efektif dan mencapai target yang telah ditetapkan, sehingga generasi mendatang dapat tumbuh dengan lebih sehat dan produktif.

KESIMPULAN

Pencegahan stunting di Desa Krisik adalah tantangan yang membutuhkan perhatian dari semua pihak dalam masyarakat. Melalui program pemberdayaan yang fokus pada penyuluhan mengenai stunting, telah dilakukan upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, terutama Ibu-ibu Posyandu, mengenai pentingnya mencegah stunting. Kegiatan sosialisasi yang dilaksanakan pada tanggal 9 Agustus 2025, dihadiri oleh sekitar 20 orang Ibu Posyandu, berhasil menyampaikan informasi yang lengkap mengenai arti, penyebab, dampak, serta cara mencegah stunting.

Dari pengamatan terlihat bahwa stunting masih terjadi di Desa Krisik, sehingga diperlukan edukasi yang lebih intensif.

Dengan memanfaatkan potensi lokal dan melibatkan masyarakat dalam proses belajar, diharapkan dapat terbentuk perubahan perilaku positif terkait pengaturan gizi anak. Penyuluhan yang dilakukan secara partisipatif dan disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat diharapkan dapat membantu menurunkan angka stunting. Dengan demikian, kesehatan dan kesejahteraan anak di Desa Krisik dapat meningkat. Upaya ini juga menunjukkan pentingnya kerja sama antara pemerintah, masyarakat, dan pihak terkait untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). Upaya penanganan stunting di Indonesia: Analisis bibliometrik dan analisis konten. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa*, 8(1), 44-59.
- Martony, O. (2023). Stunting di Indonesia: Tantangan dan solusi di era modern. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734-1745.
- Deda, Y. N., Marla Nahak, M. P., & Pala, A. (2024). Global Trend of Stunting in The Last Decade: A Bibliometric Analysis. *Amerta Nutrition*, 8(4).
- Jannah, A. M., Kurnia, E., & Yulianto, W. (2025). LITERATUR REVIEW: KEBIJAKAN PENANGGULANGAN STUNTING DI INDONESIA. *Jurnal Administrasi Rumah Sakit Indonesia*, 4(1), 70-79.
- Romadona, N. F., Setiasih, O., Listiana, A., Syaodih, E., & Rudiyanto, R. (2023). Strategi Pencegahan dan Penanganan Stunting Multidimensi melalui Pelatihan Guru PAUD. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 7241-7252.
- Yuda, A. P. (2023). Tinjauan Literatur: Perkembangan Program Penanggulangan Stunting di Indonesia. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 6(2), 1.
- Tiyas, R., & HasanBasri, M. (2023). Systematic Literature Review: Strategi Promosi Kesehatan Dalam Mencegah Stunting. *Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan (The Indonesian Journal of Health Service Management)*, 26(3).
- Marodiyah, I., Saputri, I. D., Budi, M. J. D. S., Vitara, D. A., & Fachrudin, M. F. (2024). Sosialisasi Pencegahan Stunting Untuk Mengurangi Jumlah Anak Stunting Di Desa Tamiajeng. *Journal of Social Community Services*, 1(1), 125-132.

- Salsavira, N., Rosyidah, L., Nuraini, R., Megasari, D., & Atasa, D. (2025). Pemberdayaan Masyarakat Desa dalam Pencegahan Stunting melalui KKN Kolaboratif: Pendekatan Edukatif untuk Meningkatkan Kesadaran dan Praktik Gizi Seimbang. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 183-190.
- Adelia, P., Savitri, M., Baskoro, R. A., Mufidah, A., Aprilia, E., Hanif, M. A., & Handayani, A. F. S. (2024). Edukasi dan Intervensi Gizi untuk Mencegah Stunting: Studi Kasus Program KKN New Zero Stunting Desa Jatiwangi. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 81-86.