

Optimalisasi Pemberdayaan Ibu Warga RW 08 dalam program SAHABAT BALITA (Sarana Konseling & Edukasi Sehat Untuk Balita Tumbuh Optimal) dalam Upaya Pencegahan Kejadian Stunting di Dusun Krajan Desa Sukorambi, Jember

Optimizing the Empowerment of Mothers in RW 08 through the SAHABAT BALITA Program (Counseling and Health Education Facility for Optimal Child Growth) as an Effort to Prevent Stunting in Krajan Hamlet, Sukorambi Village, Jember.

Aeni Fitriyah, S.Kep.¹ M.Naufal Annasmi F, S.Kep.² Ns.Yuyus Febsyna. F. .Kep.³
Prof.Tantut Susanto, M.Kep. Sp.Kom. Ph.D.⁴

¹ Universitas Jember – Prodi Profesi ners, email: aenifitriyah4@gmail.com

² Universitas Jember – Prodi Profesi ners, email: naufalannasmi@gmail.com

⁴ Universitas Jember – Departemen Komunitas dan Keluarga

* Penulis Korespondensi: E-mail: tantut_s.psik@unej.ac.id

Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia, termasuk di Kabupaten Jember. Penyebab utama stunting adalah kurangnya asupan gizi yang optimal sejak usia dini, terutama pada masa pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI). Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman keluarga, khususnya ibu dengan balita, terhadap pentingnya gizi seimbang, sanitasi lingkungan, dan peran aktif keluarga dalam mencegah stunting. Kegiatan dilaksanakan di wilayah Puskesmas Sukorambi, Desa Sukorambi RW 08, dengan melibatkan 10 balita dari total 23 sasaran. Metode yang digunakan meliputi konsultasi, edukasi kesehatan, demonstrasi, serta pengukuran tinggi badan, berat badan, dan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan keluarga tentang nutrisi berdasarkan uji *paired t-test* dengan nilai signifikan ($p = 0,000$), serta kenaikan rata-rata tinggi badan dan berat badan balita setelah intervensi. Program edukatif "SAHABAT BALITA" terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi keluarga sebagai upaya pencegahan dini terhadap stunting.

Kata kunci: stunting, balita, gizi keluarga, edukasi kesehatan, SAHABAT BALITA

Abstract

Stunting remains a major chronic nutritional issue and public health challenge in Indonesia, including in Jember Regency. One of the primary causes of stunting is inadequate nutritional intake during early childhood, particularly during the complementary feeding (MPASI) period. This community service program aimed to improve family awareness and understanding—especially among mothers of toddlers—about the importance of balanced nutrition, environmental sanitation, and active family roles in preventing stunting. The activity was conducted in the Sukorambi Community Health Center area, specifically in RW 08 of Sukorambi Village, involving 10 toddlers out of a target population of 23. The methods used included consultations, health education, demonstrations, and pre- and post-intervention

measurements of height, weight, and nutritional knowledge. The results showed an increase in family knowledge about nutrition, with a significant difference based on the paired t-test ($p = 0.000$), as well as an increase in average height and weight of the toddlers post-intervention. The "SAHABAT BALITA" educational program proved effective in enhancing family nutritional awareness as a preventive measure against stunting.

Keywords: *stunting, toddlers, family nutrition, health education*

PENDAHULUAN

Balita merupakan individu yang berasal dari suatu populasi dengan rentang usia 0–60 bulan. Pada usia ini, balita sangat rentan mengalami berbagai masalah kesehatan, terutama jika kebutuhan nutrisinya tidak terpenuhi secara optimal, seperti stunting. Stunting adalah salah satu indikator masalah gizi kronis yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk genetik, lingkungan, dan pengalaman hidup. WHO mendefinisikan stunting sebagai kondisi balita dengan tinggi badan lebih rendah dari -2 standar deviasi (SD) berdasarkan usia, akibat kurangnya asupan nutrisi dalam jangka panjang sehingga menghambat pertumbuhan anak Purnamasari, (2022). *Stunting* merupakan masalah kurang gizi kronis yang *disebabkan oleh* asupan gizi yang kurang dalam waktu yang cukup lama sebagai akibat dari pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi yang diperlukan. Penyebab mendasar stunting karena kurangnya perhatian pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK), yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya Manusia (SDM) Muslimin, Multazam, and Idris (2024). Stunting merupakan masalah kesehatan kronis yang berdampak jangka pendek maupun panjang. Dampak jangka pendeknya meliputi meningkatnya angka kesakitan dan kematian, serta gangguan perkembangan kognitif, motorik, dan verbal, juga meningkatnya beban biaya kesehatan. Dalam jangka panjang, stunting bisa menyebabkan postur tubuh pendek saat dewasa, risiko obesitas dan penyakit kronis lainnya, gangguan kesehatan reproduksi, penurunan kemampuan belajar, serta produktivitas dan kapasitas kerja yang rendah. Balita yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang lebih pendek daripada tinggi badan usia standar hal ini dikarenakan kurangnya asupan gizi dalam waktu yang lama Merina et al., (2021).

Tingginya angka stunting di Indonesia, termasuk di Kabupaten Jember, salah satunya disebabkan oleh kurang optimalnya pemberian asupan nutrisi, khususnya Makanan Pendamping ASI (MPASI). MPASI merupakan penyebab langsung stunting bila tidak diberikan dengan tepat. MPASI diberikan kepada anak usia 6–24 bulan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang tidak lagi bisa dipenuhi hanya dari ASI Lestari et al., (2020). Pemberian MPASI sebelum usia 6 bulan dapat berdampak buruk. Menurut IDAI, (2018), MPASI harus disesuaikan dengan usia anak, mulai dari bentuk puree, makanan cincang, hingga makanan keluarga. Selain itu Penyebab stunting adalah faktor gizi yang buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita, terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ante natal care, post natal care, kurangnya akses kepada makanan bergizi dan kekurangan pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan Arnita et al., (2020).

Pemerintah Indonesia telah menetapkan penurunan angka stunting sebagai salah satu prioritas nasional, sebagaimana tercantum dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN). Upaya penanggulangan stunting membutuhkan sinergi lintas sektor, termasuk kontribusi dari perguruan tinggi melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu kesadaran keluarga terhadap pentingnya pemenuhan nutrisi bagi balita stunting akan menjadi isu krusial sepanjang siklus kehidupan keluarga. Kondisi ini menuntut adanya pengukuran tingkat kesadaran keluarga dalam memahami kaitan antara pengetahuan gizi

keluarga dengan kejadian stunting pada balita Purnamasari, (2022). Beberapa program yang disusun oleh pemerintah setempat tidak hanya berperan dalam transfer pengetahuan, tetapi juga memperkuat peran serta masyarakat dalam menerapkan pola hidup sehat dan gizi seimbang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat, khususnya ibu dengan balita, mengenai pentingnya asupan gizi, sanitasi lingkungan, serta peran keluarga dalam pencegahan stunting. Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, diharapkan terjadi perubahan perilaku yang berkelanjutan sebagai upaya pencegahan stunting secara dini.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di wilayah Puskesmas Sukorambi di desa Sukorambi RW 08 pada tanggal 17 April – 03 Mei 2025 yang diikuti sebanyak 10 bayi dan balita. Jumlah target yang diambil berasal dari 23 sasaran bayi dan balita yang berada di RW 08. Metode yang digunakan adalah konsultasi, pemaparan materi terkait edukasi kesehatan, demonstrasi. Adapun materi yang disampaikan yakni terkait edukasi kesehatan tentang stunting, pemenuhan nutrisi keluarga dengan stunting, sanitasi lingkungan. Kegiatan ini diawali dengan pretest pada awal pertemuan pengkajian, kemudian dilakukan pengukuran TB dan BB, setelah itu dilakukan pertemuan selama 4 sesi diawali dengan konsultasi bersama ibu dan balita dan dilanjutkan post test. Hasil kegiatan ini dilakukan dengan pengukuran tingkat pengetahuan pemenuhan nutrisi menggunakan kuesioner *Nutritional Awareness Of Family* dilakukan pengukuran post dan pretest untuk mengukur akan pengetahuan dari pemenuhan nutrisi, selain itu akan dilakukan pengukuran TB dan BB setelah dilakukan intervensi. Setelah itu akan dilakukan uji T test untuk mengukur terdapat perbedaan yang signifikan akan pengetahuan akan nutrisi sebelum dilakukan edukasi kesehatan mengenai nutrisi pada keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di Puskesmas Hative Kecil yang dilakukan pada tanggal 03, 30 dan 31 Oktober.

1. Karakteristik responden

Distribusi Jenis Kelamin Bayi dan Balita Yang Mengikuti Kegiatan Pendidikan kesehatan

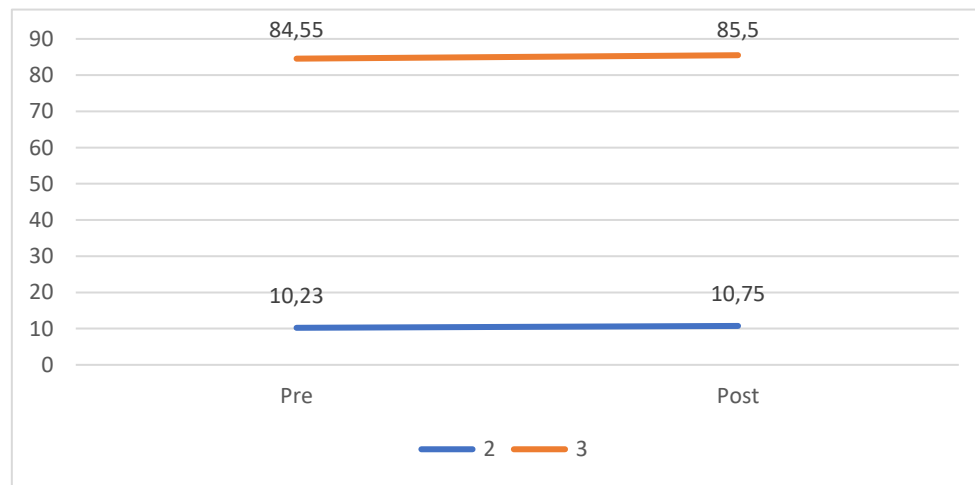
Tabel 1. Distribusi Jenis Kelamin

No	Sasaran			Target	
	Jenis Kelamin	Σ	%	Σ	%
1	Perempuan	13	56,5%	6	60%
2	Laki-laki	10	43,5%	4	40%

Tabel 1 menunjukkan bahwa kelompok bayi dan balita berdasarkan jenis kelamin yang mengikuti kegiatan sebanyak .

2. Pengukuran TB dan BB pre dan post intervensi

Gambar 1. Grafik kenaikan TB dan BB selama intervensi



Berdasarkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan sebelum dilakukan intervensi dan sebelum BB sebelum dilakukan intervensi nilai tengah sebesar (10,23) dan sebelumnya (10,75), terjadi peningkatan yang tidak begitu signifikan. Sedangkan pada tinggi badan sebelum dilakukan pretets rata-rata tinggi badan pada anak bayi dan balita (84,55) sedangkan setelah dilakukan intervensi sebesar (85,5). Terjadi kenaikan rata-rata pada setiap anak setelah dilakukan intervensi baik tinggi badan maupun berat badan.

3. Pengetahuan Nutritional Awareness Of Family terkait pengetahuan dan perilaku dasar terhadap kesadaran nutrisi

Tabel 1. Hasil Uji T-Test

Nutritional Awareness of Family	Mean	SD	P value
Pre test	82,10	17,253	0,000
Post test	84,60	16,071	

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwasanya rata-rata terkait pengetahuan akan perilaku terhadap pemenuhan nutrisi adalah 82,10 untuk pre test dengan standar deviasi 17,25. Kemudian setelah dilakukan intervensi rata-rata adalah 84,60 dengan standar deviasi 16,07. Terjadi peningkatan pada setiap sesinya saat dilakukan post test sebesar 70% dari total populasi. Hasil uji paired t test di dapatkan *p value* sebesar 0,000 < 0,05 yang diartikan sebagai terdapat perbedaan yang signifikan akan pengetahuan akan nutrisi sebelum dilakukan edukasi kesehatan mengenai nutrisi pada keluarga.

Karakteristik responden sebanyak 23 responden dengan 13 responden berjenis kelamin laki-laki dan 10 responden berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwasanya distribusi frekuensi post test terkait pengetahuan nutrisi sebanyak 7 orang (70%) yang bernilai tinggi. Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan bahwasanya sebanyak 4 anak (40%) mengalami kondisi TB kurang dan 6 orang (60%) mengalami risiko kekurangan nutrisi. Berdasarkan hal ini juga saat dilakukan pengkajian awal di dapatkan bahwasanya sebagian besar orang tua sebanyak orang tua (52%) cenderung memilih - pilihkan makanan untuk balita mereka. Sehingga akan berpengaruh akan pemahaman baik pemberian maupun pemilihan jenis makanan yang sebaiknya di konsumsi. Menurut penelitian Huriah et al., (2021) menyatakan bahwa kesadaran keluarga terhadap gizi

berperan dalam menentukan status gizi anak. Kurangnya kesadaran gizi dalam keluarga dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting pada balita hingga 1,22 kali lebih tinggi dibandingkan keluarga yang memiliki kesadaran dalam mencukupi kebutuhan gizinya. Tingkat pengetahuan akan berpengaruh kepada perkembangan anak terutama pada anak stunting, dimana penyebab dari stunting yakni kurangnya nutrisi yang cukup saat anak tersebut berusia 6-24 bulan.

Kegiatan yang dilakukan dalam upaya mengurangi kondisi kurang nutrisi ini dengan intervensi *SAHABAT BALITA* (Sarana Konseling & Edukasi Sehat Untuk Balita Tumbuh Optimal) dimana dalam kegiatan ini akan dilakukan beberapa implementasi selama 4 sesi, pada sesi 1 akan dilakukan konseling akan permasalahan yang banyak terjadi di keluarga, pada sesi selanjutnya sampai akhir akan dilakukan edukasi kesehatan dengan materi stunting, pemenuhan nutrisi, dan sanitasi lingkungan. Hal ini didukung dengan uji statistik T-test dengan hasil nilai signifikan $\alpha \leq p(0,000)$, yang bermakna terdapat perbedaan yang signifikan akan pengetahuan akan nutrisi sebelum dilakukan edukasi kesehatan mengenai nutrisi pada keluarga.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Desma Fitriah et al., (2023), diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$), yang mengindikasikan adanya keterkaitan yang bermakna antara tingkat kesadaran gizi dalam keluarga dan kejadian stunting pada balita. Faktor-faktor sosiodemografi seperti pendidikan dan usia orang tua, pendapatan keluarga, ketersediaan bahan pangan, pengetahuan dan sikap ibu terhadap gizi, serta penerapan prinsip KADARZI, berkontribusi secara efektif dalam menurunkan angka stunting. Sementara itu, asupan makanan dan kondisi kesehatan anak merupakan faktor langsung penyebab stunting, sebagaimana dijelaskan oleh Trisiswati et al., (2021). Penelitian lain yang sejalan yakni Kesadaran gizi dalam keluarga mencerminkan pengetahuan dan perilaku anggota keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi yang optimal bagi anak. Keluarga dengan tingkat kesadaran gizi yang baik umumnya lebih konsisten dalam menyediakan asupan gizi yang seimbang dan cukup untuk mendukung pertumbuhan anak. Terutama pada periode emas 1000 hari pertama kehidupan—mulai dari masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun—pemenuhan gizi yang optimal sangat krusial dalam upaya pencegahan stunting Arif et al., n.d. (2024). Keluarga yang tidak menerapkan Kadarzi akan beresiko memiliki anak stunting 6,9 kali lebih besar jika dibandingkan dengan keluarga yang menerapkan Kadarzi. Pada hasil penelitian juga digambarkan bahwa secara umum perilaku keluargasadar gizi yang ada di Kelurahan Batunadua Jae Kota Padang Sidempuan sebagian besar berada dalam kategori belum baik menurut Dea Ananda et al., (2023). Pada peningkatan pengetahuan akan setiap sesi pada intervensi yang dilakukan menunjukkan adanya perubahan sikap secara bertahap pada responden yang mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Hal ini diperkuat dengan hasil uji t test yang dilakukan yakni ada peningkatan yang signifikan dari kegiatan yang dilakukan serta setelah dilakukannya pre dan post test.

SIMPULAN

Program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan melalui pendekatan edukatif dan partisipatif berhasil meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai pentingnya pemenuhan gizi dan pencegahan stunting. Intervensi “SAHABAT BALITA” yang terdiri dari konseling, edukasi kesehatan, dan pemantauan tumbuh kembang anak terbukti efektif, ditunjukkan dengan peningkatan pengetahuan yang signifikan berdasarkan uji paired t-test serta adanya peningkatan tinggi dan berat badan balita setelah intervensi. Keberhasilan program ini menegaskan bahwa peningkatan kesadaran gizi keluarga merupakan langkah krusial dalam upaya menurunkan prevalensi stunting di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arif, M., Rahman, N., Muhamad, L., Azali, P., Dwilestari, R., & Utami, P. (n.d.). *Hubungan Kesadaran Gizi Keluarga Pada Ibu Terhadap Perkembangan Anak Stunting Usia 1-3 Tahun Di Desa Wates Kecamatan Simo Kabupaten Boyolali*.
2. Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149>
3. Dea Ananda, A., Aulawi, T., & Syuryadi, N. (2023). Hubungan Perilaku Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) Dengan Kejadian Stunting Di Kelurahan Batunadua Jae Kota Padang Sidempuan. *Prosiding Seminar Nasional Ketahanan Pangan*, 1, 13–21. <https://ketahanan-pangan.uin-suska.ac.id/index.php/home>
4. Desma Fitriah, A., Indah Permatasari, L., Wardin, I., Ilmu Keperawatan, P., & Ilmu Kesehatan, F. (2023). Perilaku Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) dan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Wangunharja Nutrition Aware Family Behavior (Kadarzi) and Stunting Incidents in Toddlers in the Wangunharja Community Health Center Area. In *NIACIN (Nutrition and Food Science Application Journal)* (Vol. 1, Issue 1).
5. Huriah, T., Handayani, P., Sudyasih, T., & Susyanto, B. E. (2021). The determinant factors of stunting among children in urban slums area, Yogyakarta, Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(T4), 1–5. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.5593>
6. IDAI. (2018). Pemberian Makanan Pendamping. In *UKK nutrisi dan penyakit metabolik ikatan dokter anak indonesia*.
7. Lestari, S., Narmi, & Dhesa, B. D. (2020). Hubungan Peran Komite Keperawatan dengan Profesionalisme Perawat dalam Pemberian Asuhan Keperawatan di BLUD RS Konawe Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Celebes*, 02(1), 11–17.
8. Merina, N. D., Susanto, T., & Septiyono, E. A. (2021). Strategy to Reduce Stunting Children Through Exploration of Mother's Experience. *Jl-KES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 5(1), 19–25. <https://doi.org/10.33006/ji-kes.v5i1.226>
9. Muslimin, N., Multazam, A. M., & Idris, F. P. (2024). Pengaruh Intervensi Pendidikan Gizi Masyarakat Dalam Pencegahan Primer Stunting di Wilayah Kecamatan Mehalaan Kabupaten Mamasa, Sulawesi Barat *Journal of Aafiyah Health ...*, 5(1), 231–247. <http://www.pasca-umi.ac.id/index.php/jahr/article/view/1724%0Ahttp://www.pasca-umi.ac.id/index.php/jahr/article/download/1724/2022>
10. Purnamasari, I. (2022). Profil Balita Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kalikajar 1 Kabupaten Wonosobo. *Jurnal Keperawatan Karya Bhakti*, 8(1), 1–8. <https://doi.org/10.56186/jkbb.97>
11. Trisiswati, M., Mardhiyah, D., & Maulidya Sari, S. (2021). Hubungan Riwayat Bblr (Berat Badan Lahir Rendah) Dengan Kejadian Stunting Di Kabupaten Pandeglang. *Majalah Sainstekes*, 8(2), 061–070. <https://doi.org/10.33476/ms.v8i2.2096>