

## Upaya Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Gasting (Garahan Bebas Stunting) di Desa Garahan, Kecamatan Silo

Ajeng Pramesthy Hardiani Kusuma<sup>1\*</sup>, Navira Cindy Kartika<sup>2</sup>, Rifqotul Inayat<sup>3</sup>

KKN Kolaboratif 3 Kelompok 55

<sup>123</sup> Universitas Jember, Indonesia

[pramesthy@gmail.com](mailto:pramesthy@gmail.com)<sup>1\*</sup>

Alamat: Jl. Kalimantan Tegalboto No.37, Krajan Timur, Sumbersari, Kec. Sumbersari,  
Kabupaten Jember, Jawa Timur 68121

Korespondensi penulis: [pramesthy@gmail.com](mailto:pramesthy@gmail.com)

### Article History:

Received: Agustus 08, 2024;

Revised: Agustus 22, 2024;

Accepted: September 08, 2024;

Online Available: September 10,  
2024

**Keywords:** Stunting, Chronic nutritional problem, Suboptimal nutritional intake

**Abstract:** Stunting is a chronic nutritional problem that occurs worldwide caused by suboptimal nutritional intake from pregnancy to 24 months or 2 years of age. Stunting in childhood is associated with delays in motor development and lower intelligence levels. Symptoms shown by stunting sufferers include a child's height that is shorter than children of the same age, the child looks smaller for his age, low body weight, and delayed bone growth (Laska et al., 2024). Stunting has short-term and long-term impacts. In the short term, stunting causes depression of immune function, metabolic changes, decreased motor development, low cognitive values, and low academic values (Widjayatri et al., 2020). Meanwhile, the long-term impacts of children with stunting include, when they grow up, they will be at risk of obesity, coronary heart disease, hypertension, osteoporosis, decreased work performance, and productivity (Dekasari & Gunawan, 2024)

### Abstrak

Stunting adalah suatu masalah mengenai gizi kronis yang terjadi di seluruh dunia yang diakibatkan oleh asupan nutrisi yang kurang optimal sejak masa kehamilan hingga anak berusia 24 bulan atau 2 tahun. Stunting pada masa kanak-kanak berkaitan dengan adanya keterlambatan pada proses perkembangan motorik dan tingkat kecerdasannya yang lebih rendah. Gejala yang ditunjukkan oleh penderita stunting yaitu tinggi badan anak yang lebih pendek dari anak seusianya, anak terlihat lebih kecil untuk seusianya, rendahnya berat badan, dan tertundanya proses pertumbuhan tulang (Laska et al., 2024). Kejadian stunting memiliki dampak dalam jangka pendek dan panjang. Adapun jangka pendek kejadian stunting yaitu menyebabkan terjadinya depresi fungsi imun, adanya perubahan metabolik, menurunnya proses perkembangan motorik, rendahnya nilai kognitif dan rendahnya nilai akademik (Widjayatri et al., 2020). Sedangkan, dampak jangka panjang anak dengan stunting antara lain, saat tumbuh dewasa akan beresiko mengalami obesitas, jantung koroner, hipertensi, osteoporosis, menurunnya performa dalam bekerja, dan produktivitas (Dekasari & Gunawan, 2024)

**Kata kunci:** Stunting, Masalah gizi kronis, Asupan gizi kurang optimal

## 1. PENDAHULUAN

Secara global kejadian stunting ini dialami oleh negara miskin dan berkembang. Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi stunting yang terjadi pada balita di dunia sebesar 22%. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi stunting di Indonesia turun dari 37,2% menjadi 30,8% dari tahun 2013 (Kemenkes RI, 2019). Pada tahun 2023 kejadian stunting di Jawa timur mengalami penurunan dari 14,7%

di tahun 2018, menjadi 11,3% di tahun 2023. Adapun Kabupaten Jember berada pada urutan ke empat setelah Kabupaten Lumajang dalam kabupaten/kota yang memiliki kejadian stunting tinggi, mencapai 29,7% kasus (SKI, 2023). Berdasarkan laporan tahun 2023 dari Dinas Kesehatan Kabupaten Jember Kecamatan Silo termasuk 10 kecamatan dengan kejadian gizi buruk yang tinggi yaitu sebesar 257 kasus (Badan Pusat Statistik Kabupaten Jember, 2024).

Tingginya kejadian kasus stunting terjadi karena beberapa faktor, salah satunya bayi berat lahir rendah (BBLR). Sebagian besar kejadian ini diawali oleh ibu kekurangan energi kronik (KEK) saat masa kehamilan. KEK terjadi karena adanya perubahan pola konsumsi, asupan gizi yang tidak sesuai, ekonomi, dan pengetahuan yang rendah terkait kehamilan maupun stunting (Ahmad et al., 2024). Sehingga sebagai upaya memutus rangkaian kejadian stunting dibutuhkan intervensi dalam mengurangi stunting seperti memonitoring kelayakan kesehatan secara merata, menyediakan lingkungan yang higienis dan air bersih, adanya perlindungan sosial melalui program status gizi anak, adanya program yang mampu menjamin ketahanan pada kelompok yang rentan mengalami stunting, adanya program untuk meningkatkan status gizi remaja dan Ibu, adanya keterlibatan lintas sektor pemerintah maupun non pemerintah (Fauziah et al., 2024).

Kegiatan pengabdian yang sudah dilaksanakan menunjukkan pentingnya pengetahuan terkait stunting bagi ibu yang sedang hamil dan ibu dengan bayi usia 0-24 bulan. Pengetahuan ibu terkait stunting dapat membantu mengurangi peningkatan angka kejadian stunting, serta ibu dapat memberikan pola pengasuhan yang baik sehingga anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan sesuai dengan usianya. Maka dari itu, mahasiswa KKN kolaboratif 3 kelompok 055 Desa Garahan melakukan sosialialali terkait pengertian stunting, penyebab stunting, ciri-ciri stunting, tanda gejala, serta upaya pencegahan kejadian stunting di Desa Garahan, Kecamatan Silo, Kabupaten Jember

## **2. METODE PENELITIAN**

Kegiatan pencegahan stunting yang dilakukan oleh tim KKN kelompok 055 Desa Garahan mengambil tema “GASTING” yang artinya Garahan Sadar Stunting. Kegiatan ini diawali dengan mengikuti posyandu di setiap pos yang ada di Desa Garahan. Tim KKN juga memberikan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) untuk ibu hamil dan ibu bayi/balita pada saat sosialisasi. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dalam beberapa tahapan.

### **Persiapan**

- a. Persiapan awal yang dilakukan adalah dengan mengkoordinasikan dengan ibu kader posyandu dan bidan desa untuk melaksanakan sosialisasi stunting yang dilaksanakan

pada tanggal 16 Agustus 2024. Koordinasi yang dilakukan adalah persiapan media materi, materi sosialisasi, waktu dan tempat.

- b. Persiapan yang kedua yaitu membuat PMT yang akan diberikan pada saat sosialisasi stunting, PMT yang dibuat oleh tim KKN kelompok 055 berupa nugget lele.



**Gambar 1.** Pembuatan produk nugget lele

### **Pelaksanaan**

Kegiatan sosialisasi yang diberikan pemateri (perwakilan tim KKN) menjelaskan dengan menampilkan sebuah *power point* diproyektor dan menjelaskan terkait materi stunting dilanjutkan dengan pemberian PMT, tatacara pembuatan nugget lele kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab oleh ibu-ibu kepada pemateri.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan sosialisasi mengenai stunting oleh KKN Kolaboratif Kelompok 055 dilaksanakan di Desa Garahan (Gambar 2). Materi yang disampaikan ditujukan kepada para ibu posyandu, yaitu ibu hamil dan ibu yang memiliki balita. Sosialisasi dimulai dengan pengenalan oleh narasumber, dilanjutkan dengan penyampaian materi, dan ditutup dengan sesi diskusi interaktif.



**Gambar 2.** Penyampaian materi stunting

Kegiatan penyuluhan tentang stunting yang dilaksanakan untuk ibu balita merupakan langkah strategis dalam upaya penanggulangan stunting di tingkat komunitas. Stunting yang merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis, menjadi masalah kesehatan masyarakat yang signifikan. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu balita dalam mengatasi faktor-faktor penyebab stunting dan menerapkan pola asuh yang sehat.

Dalam kegiatan ini, pemateri memberikan informasi mendalam tentang definisi stunting, ciri-ciri, penyebab, serta dampak jangka panjang yang dapat ditimbulkan, seperti keterlambatan perkembangan kognitif dan fisik. Pembekalan materi ini tidak hanya menjelaskan teori, tetapi juga menyertakan contoh kasus nyata dan strategi pencegahan yang efektif. Salah satu aspek penting dari penyuluhan ini adalah penekanan pada pola asuh yang benar. Pola asuh yang tepat meliputi pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, pengenalan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang sesuai, serta menjaga kebersihan dan sanitasi lingkungan. Selain itu, penting juga untuk memastikan ibu balita memahami pentingnya imunisasi dan pemeriksaan kesehatan rutin untuk mendukung pertumbuhan anak yang optimal.

Materi yang disampaikan menggaris bawahi bagaimana pola asuh yang kurang tepat, seperti tidak memberikan ASI eksklusif atau tidak memperhatikan kebutuhan gizi anak, dapat menyebabkan stunting. Oleh karena itu, ibu balita didorong untuk memperhatikan asupan nutrisi yang seimbang dan menerapkan kebiasaan sehat dalam merawat anak.

Kegiatan penyuluhan stunting berjalan dengan baik, para pemateri menggunakan bahasa yang mudah dimengerti sehingga para peserta dapat mudah memahami materi yang disampaikan dan respon antusias peserta dalam melakukan diskusi. Hasil sosialisasi stunting kepada ibu-ibu posyandu berdampak meningkatnya rasa ingin memberikan pola asuh terbaik bagi pertumbuhan buah hatinya. Kegiatan ini bukan hanya memberikan informasi tentang pencegahan stunting saja akan tetapi tim KKN Kolaboratif Posko 055 juga mengajarkan cara membuat nugget lele. Nugget lele ini adalah salah satu makanan pencegah stunting yang diberikan kepada para balita dan ibu hamil sebagai upaya edukasi gizi tumbuh kembang balita di Desa Garahan.



**Gambar 3.** Pemberian nugget lele pada peserta penyuluhan

Nugget lele ini merupakan salah satu menu untuk mencegah stunting dan salah satu bukti bahwa menu sehat tidak harus mahal. Kurangnya gizi dapat mempengaruhi kecerdasan otak dan penurunan kemampuan kognitif anak serta menyebabkan rendahnya tingkat produktivitas ketika dewasa (Rokani et al., 2021). Kondisi gizi buruk yang dibiarkan terus-menerus akan mengakibatkan terjadinya stunting sehingga pertumbuhan dan perkembangan anak tersebut terhambat sehingga tumbuh kerdil (Maliani et al., 2021) Upaya pengembalian gizi dapat dilakukan dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dan pemenuhan kebutuhan gizi seimbang sesuai dengan anjuran Tumpeng Gizi Seimbang (Lutfianawati et al., 2022)

Penyuluhan terkait stunting juga memberikan ruang bagi peserta untuk berdiskusi dan bertanya, sehingga memungkinkan adanya interaksi langsung dengan pemateri dan klarifikasi mengenai isu-isu spesifik yang mereka hadapi. Dengan pendekatan yang komprehensif ini, diharapkan ibu balita tidak hanya mendapatkan pengetahuan, tetapi juga dapat menerapkan praktik hidup sehat sehari-hari untuk mencegah stunting dan mendukung pertumbuhan anak yang optimal. Kegiatan penyuluhan ini merupakan bagian integral dari upaya meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam menghadapi masalah stunting, dan berkontribusi pada perbaikan kesehatan dan kesejahteraan anak secara keseluruhan. Selain itu, peserta juga mendapatkan informasi tentang cara pencegahan stunting, termasuk pola asuh yang benar dan pentingnya pemenuhan gizi seimbang. Pola asuh yang kurang tepat sering menjadi salah satu faktor penyebab stunting. Pola asuh yang dianjurkan mencakup pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama, pengenalan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang sesuai, imunisasi, penerapan kebersihan dan sanitasi yang baik, serta akses terhadap air bersih (Ahmad et al., 2024). Pola asuh yang baik sangat berpengaruh pada perkembangan anak dan kecukupan gizinya (Lutfianawati et al., 2022) Kekurangan gizi pada anak disebabkan oleh asupan nutrisi yang tidak mencukupi serta masalah kesehatan yang dialami anak.

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pendataan yang telah dilakukan di desa garahan hampir 70% ibu hamil dengan usia muda hamil anak pertama. Oleh karena itu, dibutuhkan pendampingan kepada ibu hamil berupa penyuluhan, sosialisasi, dan pemberian makanan tambahan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil terhadap bahaya stunting. Program sosialisasi dan penyuluhan secara langsung yang dilakukan oleh KKN-K kelompok 055 bekerja sama dengan tenaga kesehatan (bidan) dan para kader posyandu di Desa Garahan diharapkan dapat memberikan edukasi terhadap masyarakat khususnya ibu hamil dan ibu dengan bayi dan baduta, sehingga dapat meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya upaya pencegahan stunting di Desa Garahan, Kecamatan Silo, Kabupaten Jember.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, M., Hadju, V., Finatry Latiep, I., Makanan, I., Stunting, P., Anak Teknologi Pemasaran, N., Author, C., Hasanuddin Alamat, U., Perintis Kemerdekaan NoKM, J., Makassar, K., & Selatan, S. (2024). *Inovasi Makanan Biskuit Kacang Hijau dan Daun Katuk Sebagai PMT Dalam Pencegahan Stunting Kata Kunci: History Article*. <https://doi.org/10.31960/caradde.v7i1.2479>
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Jember. (2024). *Kabupaten Jember Dalam Angka 2024*.
- Dekasari, Y., & Gunawan, T. (2024). Upaya Pencegahan Stunting pada Anak Balita di Indonesia: Pengabdian di Kabupaten Pesawaran. *JPKM i Journal.Danisapublisher.Id*, 2024(2), 129. <https://journal.danisapublisher.id/>
- Fauziah, D. R., Amelia, R., Fitria, J. N., Hida, N., Hermawan, R., Farmasi, P., Farmasi, S., Kesehatan, D., Banten, U., & Hukum, P. (2024). STUNTING ANAK USIA BALITA DI DESA PASIR PETEUY KECAMATAN CADASARI KABUPATEN PANDEGLANG. *JABB*, 5(1). <https://doi.org/10.46306/jabb.v5i1>
- Laska, Y., Hadi, S. P. I., & Nurlala, S. (2024). GERAKAN PENANGGULANGAN STUNTING MELALUI PENINGKATAN PARTISIPASI MASYARAKAT MELALUI KEGIATAN SOSIALISASI DAN EDUKASI STUNTING SECARA DARING. *J-Abdi*, Vol.3(No.8), 1.
- Lutfianawati, D., Trismiyana, E., Roby, M., Ayu Daniati, M., Mustika Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Malahayati, R., & Lampung Korespondensi Penulis, B. (2022). Peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dalam pemenuhan gizi keluarga. In *JOURNAL OF Public Health Concerns* (Vol. 2, Issue 4).
- Maliani, Latifa Suhada Nisa, Dewi Siska, & Sajiman. (2021). Kajian Penanggulangan Gizi Buruk di Kalimantan Selatan. *Jurnal Kebijakan Pembangunan*, 16(2), 237–251. <https://doi.org/10.47441/jkp.v16i2.223>

- Rokani, M., Sudirman, A. A., Ainnun, N., Uba, K., Amara, Y., Studi, P., Keperawatan, I., & Gorontalo, U. M. (2021). *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan HUBUNGAN POLA ASUH DAN TINGKAT PENDAPATAN EKONOMI ORANGTUA DALAM PENINGKATAN STATUS GIZI ANAK BALITA PADA MASA PANDEMIC COVID-19 DI DESA BARAKATI KECAMATAN BATUDAA KABUPATEN GORONTALO*. 1(1).
- SKI. (2023). *SURVEY KESEHATAN INDONESIA (SKI) 2023 DALAM ANGKA KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA*.
- Widjayatri, R. D., Fitriani, Y., & Tristyanto, B. (2020). Sosialisasi Pengaruh Stunting Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 16–27. <https://doi.org/10.37985/murhum.v1i2.11>