

Peningkatan Pemahaman Masyarakat Desa Sanganom dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi Seimbang

Aisyah Afni Ramadhan¹, Rahmania Maulidya², Putri Salsabiila³, Muhammad Fawwaz Mu'afi⁴, Elly Widayati⁵, Nufaisa⁶

¹Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,

²Program Studi Matematika, Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,

³Program Studi Bahasa dan Sastra Arab, Fakultas Adab dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,

⁴Program Studi Sejarah Peradaban Islam, Fakultas Adab dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,

⁵Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,

⁶Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya,

Jl. Ahmad Yani, Kecamatan Wonocolo No. 117, Surabaya, 60237

Jl. Ir. H. Soekarno, Kecamatan Gunung Anyar, No. 682., Surabaya, 60294

Email Penulis Korespondensi: aisyahafni117@gmail.com

Abstract

Stunting is a serious health problem in Indonesia. Based on the data, Sanganom Village ranks second in Nguling Sub-district with a rate of 10.99%. With this high prevalence rate, it is necessary to prevent the increase of stunted children. This empowerment aims to increase the understanding of mothers and mothers-to-be in Sanganom Village about stunting and balanced nutrition through a Participatory Action Research (PAR) approach. A series of community empowerment activities carried out to overcome the problem of stunting are socialization about stunting, health seminars, and the Isi Piringku festival. In a series of socialization activities, the results showed that 40% of the subjects experienced an increase, 44% of the subjects did not experience an increase or decrease, and 16% experienced a decrease. Then in the balanced nutrition seminar activities, there are two subtests, in the mother's attitude subtest, it was found that 47% of the subjects experienced an increase, 36% of the subjects did not experience an increase or decrease, 18% experienced a decrease. Meanwhile, in the maternal behavior subtest, 62% of the subjects experienced an increase in understanding, 33% of the subjects did not experience an increase or decrease, and 5% of the subjects experienced a decrease. Overall, the results of this empowerment show that the PAR approach with a socialization program has a significant impact on changes in audience understanding related to stunting and balanced nutrition.

Keywords: *Balanced Nutrition, PAR, Stunting Prevention.*

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia. Berdasarkan data, Desa Sanganom menempati posisi kedua se Kecamatan Nguling dengan angka sebesar 10,99%. Dengan tingginya angka prevalensi tersebut, perlu adanya pencegahan agar tidak bertambahnya anak stunting. Pemberdayaan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu dan calon ibu di Desa Sanganom tentang stunting dan gizi seimbang melalui pendekatan Participatory Action Research (PAR). Serangkaian kegiatan pemberdayaan masyarakat yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan stunting yaitu sosialisasi mengenai stunting, seminar kesehatan, dan festival Isi Piringku. Pada

rangkaian kegiatan sosialisasi didapatkan hasil bahwa 40% dari subjek mengalami peningkatan, 44% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan, dan 16% mengalami penurunan. Kemudian pada kegiatan seminar gizi seimbang, terdapat dua subtes, pada subtes sikap ibu didapatkan hasil bahwa 47% dari subjek mengalami peningkatan, 36% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan, 18% mengalami penurunan. Sementara itu, pada subtes perilaku ibu, sebanyak 62% dari subjek mengalami peningkatan pemahaman, 33% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan, dan 5% dari subjek mengalami penurunan. Secara keseluruhan, hasil pemberdayaan ini menunjukkan bahwa pendekatan PAR dengan program sosialisasi memberikan dampak yang signifikan terhadap perubahan pemahaman audiens terkait stunting dan gizi seimbang.

Kata kunci: *Gizi Seimbang, PAR, Pencegahan Stunting.*

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan yang disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama akibat dari pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi (Fitriani et al., 2024). Hal ini dapat terjadi sejak dalam kandungan dan baru dapat dideteksi ketika anak berusia dua tahun (Rahmadhita, 2020). Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang lebih pendek daripada anak seusianya (Setiyabudi, 2019).

Sampai saat ini masalah kesehatan stunting di Indonesia masih menjadi perhatian yang cukup serius, karena prevalensi stuntingnya yang masih tinggi (Munawaroh et al., 2020). Data prevalensi stunting pada tahun 2023 di Indonesia mencapai angka 21,6%, tetapi angka prevalensi tersebut masih jauh dari target pemerintah Indonesia yaitu 14% (Azizah et al., 2024). Prevalensi stunting di Kabupaten Pasuruan menunjukkan angka 6,09%. Sementara itu, prevalensi stunting di Kecamatan Nguling menunjukkan angka sebesar 3,35%. Berdasarkan data tersebut, Desa Sanganom menempati posisi kedua se Kecamatan Nguling dengan angka sebesar 10,99% (Pasuruan, 2024).

Penyebab utama tingginya angka stunting disebabkan oleh kurangnya pemahaman masyarakat (ibu dan calon ibu) tentang stunting dan gizi seimbang (Haryani et al., 2021). Selain itu, praktek pengasuhan yang kurang baik juga menjadi salah satu faktor dari stunting. Praktek pengasuhan yang kurang baik ini, dapat disebabkan karena kurangnya pemahaman ibu dan calon ibu terkait stunting dan pemenuhan gizi seimbang pada masa sebelum kehamilan, saat kehamilan dan sesudah kehamilan atau saat anak lahir (Irawan et al., 2023). Berdasarkan Kementerian Kesehatan RI, gizi seimbang merupakan pola makan seimbang terdiri dari zat gizi yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh,

dengan memperhatikan prinsip variasi pola makan, olahraga teratur, menjaga kebersihan, dan mencapai berat badan sehat untuk mencegah malnutrisi (Mayangsari et al., 2022).

Stunting dapat menimbulkan dampak buruk bagi anak, baik itu jangka pendek maupun jangka panjang. Dampak buruk jangka pendek yang akan terjadi yakni anak tersebut akan mengalami keterlambatan perkembangan fisik dan psikis. Sementara itu, dampak buruk jangka panjangnya anak tersebut mengalami keterlambatan belajar, kemampuan berkompetisi yang rendah, dan kekebalan tubuh yang lemah (Munawaroh et al., 2020).

Pencegahan stunting dapat dilakukan melalui dua hal, yaitu internal dan eksternal. Pencegahan melalui internal dapat dimulai dari konsumsi makanan yang bergizi dan suplemen untuk memperkuat janin, setelah anak lahir ibu dapat memberikan ASI eksklusif serta makanan pendamping ASI yang bergizi baik. Selain itu, faktor eksternal yang berpengaruh yakni pemahaman terhadap stunting oleh tenaga medis, ibu, dan calon ibu (Munawaroh et al., 2020).

Maka dari itu, diperlukan adanya edukasi mengenai stunting dan gizi seimbang kepada ibu dan calon ibu. Beberapa studi menunjukkan bahwa edukasi gizi seimbang merupakan cara yang efektif untuk mencegah stunting. Studi yang dilakukan oleh (Pipitcahyani et al., 2024) menunjukkan hasil bahwasanya edukasi gizi seimbang efektif dalam meningkatkan pemahaman kader dan ibu terkait stunting sebagai upaya pencegahan stunting. Tujuan pemberdayaan melalui edukasi pencegahan stunting dan gizi seimbang serta pelaksanaan festival isi piringku ini, yaitu untuk menambah wawasan kepada ibu dan calon ibu sehingga dapat memahami sebab akibat stunting dan sebagai salah satu upaya dalam pencegahan stunting. Dengan adanya edukasi ini diharapkan

ibu dan calon ibu dapat melakukan pencegahan mulai dari awal kehamilan, hal tersebut dilakukan sehingga calon anak dapat terhindar dari stunting.

Lebih lanjut dalam hal ini, Pengabdian yang dilakukan oleh fasilitator yakni terletak di desa Sanganom. Desa Sanganom merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Nguling, Kabupaten Pasuruan, Jawa Timur, yang terdiri dari enam dusun, yakni Dusun Tanjunganom, Sang-Sang I, Sang-Sang II, Angsanah, dan Parasan. Jumlah penduduk di Desa Sanganom yakni sebesar 2.847 jiwa. Desa Sanganom merupakan desa yang menjadi lokus stunting, yakni desa yang menjadi fokus utama dalam penanganan stunting karena prevalensi stunting di desa Sanganom yang cukup tinggi dibandingkan dengan desa-desa lain di kecamatan Nguling. Kegiatan pemberdayaan masyarakat di desa Sanganom ini dilaksanakan pada tanggal 24 Juni 2024 di Puskesmas Pembantu Desa Sanganom, 8 dan 21 Juli 2024 di Balai Desa Sanganom. Pada kegiatan ini melibatkan kurang lebih 45 orang sebagai subjek yang terdiri dari ibu, calon Ibu yang mencakup Ibu hamil dan remaja perempuan, serta kader desa Sanganom. Secara keseluruhan, semua partisipan pemberdayaan berjenis kelamin perempuan dengan rata-rata usia 17-40 tahun.

Sebelum penentuan kegiatan, fasilitator melakukan observasi dan wawancara dengan masyarakat, perangkat desa, dan Ibu Bidan di Desa Sanganom. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa prevalensi stunting di desa Sanganom mencapai 10,99%, setara dengan sekitar 20 anak. Angka ini menandai peningkatan jumlah stunting dibandingkan tahun sebelumnya (2023) yang tercatat sebanyak 9 anak dengan angka prevalensi sebesar 8,82%. Selain itu, didapatkan pula permasalahan bahwasanya mayoritas masyarakat Sanganom memiliki pemahaman yang kurang terkait pentingnya pemenuhan gizi seimbang, terutama pemenuhan gizi seimbang untuk anak-anak. Hal ini juga berkaitan dengan rendahnya tingkat pendidikan Ibu-Ibu di desa Sanganom. Dalam hal ini, mayoritas Ibu-Ibu di desa Sanganom memiliki tingkat pendidikan SD-SMP. Oleh karena itu, dengan adanya permasalahan-permasalahan tersebut, upaya pencegahan stunting perlu segera dilakukan untuk mencegah peningkatan stunting di Desa Sanganom.

2. METODE

Kegiatan pemberdayaan ini menggunakan pendekatan PAR (*Participatory Action Research*). PAR yakni model pendekatan yang melibatkan masyarakat secara aktif untuk terlibat langsung dalam proses pemberdayaan, sehingga dalam hal ini masyarakat tidak berperan sebagai objek, tetapi berperan sebagai subjek yang turut aktif dalam proses pemberdayaan (Azizah et al., 2024).

Metode *Participatory Action Research* (PAR) secara umum terdiri dari beberapa tahapan yang berulang dalam sebuah siklus. Tahapan pertama adalah mengamati dan memahami situasi atau masalah yang ada, dikenal dengan observasi. Dilanjut dengan refleksi, yaitu memikirkan dan menganalisis hasil observasi tersebut. Kemudian membuat rencana aksi yang merupakan langkah-langkah yang akan diambil untuk mengatasi masalah yang telah diidentifikasi. Setelah itu, melaksanakan program atau tindakan berdasarkan rencana aksi tersebut tidak berhenti begitu saja. Namun dilakukan, tahap evaluasi untuk menilai efektivitas dan dampak dari tindakan yang telah diambil kemudian hasilnya digunakan untuk refleksi lebih lanjut, merencanakan program lanjutan, dan melaksanakan tindakan baru. Proses ini terus berulang hingga mencapai perubahan yang diinginkan oleh semua pihak yang terlibat.

Kegiatan pemberdayaan ini melibatkan kurang lebih 45 orang sebagai subjek, terdiri dari ibu, calon ibu yang mencakup ibu hamil dan remaja perempuan, serta kader desa Sanganom. Semua partisipan secara aktif terlibat dalam setiap tahap penelitian, mulai dari identifikasi masalah hingga evaluasi hasil.

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Terdapat dua rangkaian kegiatan pemberdayaan yang dilakukan. Kegiatan pertama dilakukan pada tanggal 24 Juni 2024 di Puskesmas Pembantu Desa Sanganom. Kemudian kegiatan pemberdayaan kedua dilaksanakan pada tanggal 8 dan 21 Juli 2024 di Balai Desa Sanganom, Kecamatan Nguling, Kabupaten Pasuruan.

Alat dan Bahan

Alat dan bahan yang digunakan untuk kegiatan pengabdian yaitu materi “Optimalisasi Gizi Seimbang untuk Cegah dan Atasi Stunting”, yakni media poster mengenai

stunting untuk kegiatan pertama. Serta *pre-post test* mengenai pemahaman stunting, sikap dan perilaku ibu dengan tujuan untuk mengetahui seberapa besar pemahaman ibu dan calon ibu mengenai stunting. Adapun *power point* sebagai media penyampaian materi dalam rangkaian kegiatan kedua. Selain itu, terdapat pula alat-alat penunjang lainnya seperti laptop, dan LCD proyektor, dan sebagainya.

Pelaksanaan

Dalam pelaksanaan program pemberdayaan ini terdapat beberapa tahapan yang perlu dilakukan. Berdasarkan hasil kajian literatur dan FGD, kami merancang rangkaian kegiatan pemberdayaan masyarakat yang ditujukan kepada Ibu kader, Ibu, serta calon ibu yang mencakup remaja dan ibu hamil. Pertama, kami mengadakan sosialisasi umum mengenai stunting yang terdiri dari definisi stunting, faktor risiko, dan dampaknya terhadap tumbuh kembang anak, serta demonstrasi memasak makanan bergizi seimbang, yang dipadukan dengan pemberian *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur perubahan pemahaman audiens terkait stunting. Kedua, kami menyelenggarakan seminar kesehatan dengan tema "Optimal dengan Gizi, Demi Cegah dan Atasi Stunting" untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya gizi seimbang bagi ibu hamil dan anak serta calon ibu, sekaligus melakukan *pre-test* dan *post-test* untuk mengevaluasi efektivitas program dan peningkatan pengetahuan audiens. Terakhir, kami mengadakan "Festival Isi Piringku" sebagai wadah untuk mengimplementasikan pengetahuan yang telah diperoleh, dengan kegiatan lomba memasak makanan bergizi dan *sharing session* bersama ahli gizi. "Isi piringku" merupakan slogan yang dibuat oleh kemenkes, sebagai salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk mempromosikan konsumsi gizi seimbang dalam makanan sehari-hari. Lebih lanjut, dalam pedoman isi piringku ini satu kali makan, maka dalam piring tersebut harus mengandung komposisi nutrisi 50% karbohidrat dan protein, dan 50% sisanya terdiri dari buah, sayur dan sebagainya (Silangen, 2023).

Observasi

Pada tahap ini, memahami masalah yang ada di masyarakat dengan melakukan kunjungan ke puskesmas pembantu, rumah-rumah warga, rumah kepala desa, dan rumah Ibu bidan. Dalam proses kunjungan tersebut, fasilitator juga

melakukan wawancara kepada masyarakat, Ibu Bidan, dan kepala desa untuk mencari tahu mengenai kondisi desa. Khususnya mengenai stunting dan program stunting yang ada di Desa Sanganom.

Pengorganisasian dan perencanaan program

Program disusun setelah dilakukannya observasi dan diskusi dengan bu bidan dan masyarakat, terkait masalah stunting yang terjadi pada balita di Desa Sanganom.

Aksi atau pelaksanaan program

Pada tahap ini, program kerja diawali dengan memberikan edukasi tentang stunting dan pencegahannya kepada ibu dengan balita yang terkena stunting, kader, serta calon Ibu yang mencakup ibu hamil dan remaja. Selain itu, diadakan pula demonstrasi memasak makanan bergizi seimbang yakni dengan menu sosis telur kemudian dilanjutkan dengan acara seminar tentang gizi seimbang dan diakhiri acara festival gizi seimbang "Isi Piringku" dengan tema "Optimal dengan Gizi, Demi Atasi dan Cegah Stunting".

Evaluasi

Setelah program dilaksanakan, dilakukan evaluasi untuk menilai efektivitas program dan menentukan langkah selanjutnya. Dimana memulai program kerja tentang stunting dan pencegahannya, diharapkan program tersebut mencapai tujuannya dan bermanfaat bagi masyarakat desa Sanganom.

Proses pemberdayaan di Desa Sanganom dilakukan oleh masyarakat, dari masyarakat, dan bersama masyarakat. Ini adalah ciri utama dari metode PAR. Artinya, semua tahap pemberdayaan melibatkan masyarakat secara aktif. Masyarakat tidak hanya menjadi penerima manfaat, tetapi juga berperan sebagai pelaksana dan penggerak utama dalam setiap kegiatan pemberdayaan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Sanganom merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Nguling, Kabupaten Pasuruan, Jawa Timur, yang terdiri dari enam dusun, yakni Dusun Tanjunganom, Sang-Sang I, Sang-Sang II, Angsanah, dan Parasan. Jumlah penduduk di Desa Sanganom yakni sebesar 2.847 jiwa. Desa Sanganom merupakan desa

yang menjadi lokus stunting, yakni desa yang menjadi fokus utama dalam penanganan stunting karena prevalensi stunting di desa Sanganom yang cukup tinggi dibandingkan dengan desa-desa lain di kecamatan Nguling. Kegiatan pemberdayaan masyarakat di desa Sanganom ini dilaksanakan pada tanggal 24 Juni 2024 di Puskesmas Pembantu Desa Sanganom, 8 dan 21 Juli 2024 di Balai Desa Sanganom. Pada kegiatan ini melibatkan kurang lebih 45 orang sebagai subjek yang terdiri dari ibu, calon Ibu yang mencakup Ibu hamil dan remaja perempuan, serta kader desa Sanganom. Secara keseluruhan, semua partisipan pemberdayaan berjenis kelamin perempuan dengan rata-rata usia 17-40 tahun.

Sebelum penentuan kegiatan, fasilitator melakukan observasi dan wawancara dengan masyarakat, perangkat desa, dan Ibu Bidan di Desa Sanganom. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa prevalensi stunting di desa Sanganom mencapai 10,99%, setara dengan sekitar 20 anak. Angka ini menandai peningkatan jumlah stunting dibandingkan tahun sebelumnya (2023) yang tercatat sebanyak 9 anak dengan angka prevalensi sebesar 8,82%. Selain itu, didapatkan pula permasalahan bahwasanya mayoritas masyarakat Sanganom memiliki pemahaman yang kurang terkait pentingnya pemenuhan gizi seimbang, terutama pemenuhan gizi seimbang untuk anak-anak. Hal ini juga berkaitan dengan rendahnya tingkat pendidikan Ibu-Ibu di desa Sanganom. Dalam hal ini, mayoritas Ibu-Ibu di desa Sanganom memiliki tingkat pendidikan SD-SMP. Oleh karena itu, dengan adanya permasalahan-permasalahan tersebut, upaya pencegahan stunting perlu segera dilakukan untuk mencegah peningkatan stunting di Desa Sanganom. Berdasarkan hasil pengamatan lapangan dan wawancara mendalam, kami melakukan kajian literatur dan *Focus Group Discussion* (FGD) sebagai langkah awal dalam merancang program pemberdayaan masyarakat untuk mengatasi permasalahan stunting di Desa Sanganom.

Sosialisasi Stunting dan Demonstrasi Masak Makanan Bergizi Seimbang

Terdapat tiga rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat untuk melakukan pencegahan stunting yang dilakukan di Desa Sanganom. Kegiatan pengabdian masyarakat dimulai dengan melakukan sosialisasi kepada ibu, calon ibu dan juga kader. Kegiatan sosialisasi ini

dilakukan pada tanggal 24 Juni 2024 di Puskesmas Pembantu Desa Sanganom dengan menggunakan media berupa poster mengenai pengetahuan umum terkait stunting yang terdiri dari definisi stunting, faktor risiko, dan dampaknya terhadap tumbuh kembang anak. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu, calon ibu dan kader mengenai stunting (Wigati et al., 2022). Sebelum memberikan materi sosialisasi mengenai stunting, kegiatan diawali dengan memberikan *pre-test* pengetahuan umum terkait stunting seperti definisi, ciri-ciri, dampak, dan pencegahan stunting. Hal ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman pengetahuan ibu, calon ibu, dan kader di Desa Sanganom mengenai stunting. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan melakukan sosialisasi mengenai hal-hal umum dan dasar terkait stunting seperti pengertian, penyebab, dan ciri-ciri stunting kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan *sharing session* yang dipandu oleh fasilitator dan juga Ibu Bidan. Setelahnya, audiens diberikan angket *post-test* dengan pertanyaan yang sama seperti *pre-test*.



Gambar 1. Program Sosialisasi dan Edukasi mengenai Stunting di Puskesmas Pembantu Desa Sanganom



Gambar 2. Pemberian Edukasi mengenai Stunting di Puskesmas Pembantu Desa Sanganom

Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan melakukan demonstrasi masak makanan sehat yang aman dikonsumsi untuk balita. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada audiens dalam menyiapkan makanan bergizi untuk anak-anak mereka. Fasilitator memperkenalkan makanan yang kaya akan protein dan mudah untuk disiapkan di rumah yaitu soster (sosis telur). Pemilihan menu soster ini didasarkan pada diskusi dan saran dari Ibu Bidan di desa Sanganom, serta kemudahan dalam pembuatannya, sehingga audiens dapat dengan mudah menerapkan di rumah, bahan-bahan yang diperlukan pun sederhana, mudah didapatkan dan tidak mahal.

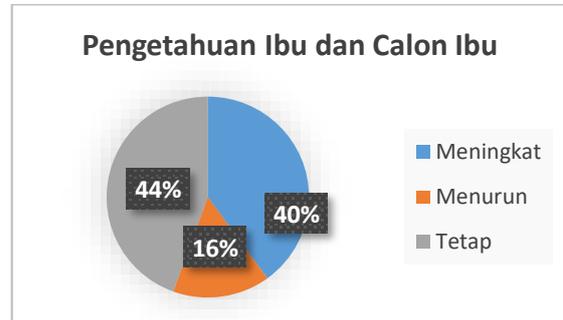
Selain merupakan makanan yang kaya akan protein, soster dapat digunakan sebagai alternatif makanan yang menarik bagi anak-anak serta memberikan nutrisi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Dengan variasi rasa dan bentuk yang kreatif, soster dapat disajikan dalam bentuk yang lebih menyenangkan bagi anak. Melalui kegiatan ini, diharapkan audiens dapat lebih percaya diri dalam menyiapkan makanan bergizi untuk anak-anak mereka, audiens juga dapat lebih memahami bahwasanya bahan-bahan sederhana dan tidak mahal juga dapat digunakan untuk membuat makanan bergizi seimbang, selain itu, audiens juga dapat lebih memahami bahwasanya dengan membuat makanan bergizi seimbang sendiri di rumah, kualitas dan kebersihan makanan yang akan dikonsumsi anak juga akan lebih terkontrol.



Gambar 3. Demonstrasi Memasak Makanan Sehat

Adapun tujuan dari diadakannya *pre-test* dan *post-test* dalam rangkaian acara ini yakni untuk mengetahui perubahan pemahaman subjek

terkait stunting. Dengan total subjek sebanyak 45 yang terdiri dari ibu, calon ibu, dan kader. Berikut ini adalah data perubahan pemahaman pengetahuan ibu, calon ibu, dan kader terkait dengan stunting setelah diadakannya kegiatan:



Gambar 4. Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* Pengetahuan Ibu dan Calon Ibu

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* sesuai dengan diagram di atas, didapatkan hasil bahwasanya 40% dari subjek yakni ibu, calon ibu dan kader mengalami peningkatan pemahaman mengenai stunting. Sedangkan, 44% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan pengetahuan terkait stunting, baik itu sebelum ataupun sesudah diberikan sosialisasi mengenai stunting. Selanjutnya, 16% dari subjek mengalami penurunan dalam pengetahuan mengenai stunting. Secara keseluruhan, dapat dikatakan bahwasanya sosialisasi yang diberikan, memberikan dampak yang signifikan terhadap perubahan pemahaman audiens terkait stunting.

Seminar Kesehatan Gizi Seimbang “Optimal dengan Gizi, Demi Cegah dan Atasi Stunting”

Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang kedua dilaksanakan pada tanggal 8 Juli 2024 di Balai Desa Sanganom. Kegiatan pemberdayaan yang dilakukan yakni seminar kesehatan tentang gizi seimbang dengan tema “Optimal dengan Gizi, Demi Cegah dan Atasi Stunting” yang disampaikan oleh Ibu Indah Wahyuni, A.Md.Gz, selaku ahli gizi Puskesmas Nguling. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu, calon ibu dan kader mengenai gizi seimbang. Lebih lanjut, materi yang dijelaskan dalam seminar kesehatan ini yaitu pengertian gizi seimbang, prinsip gizi seimbang, dampak kekurangan gizi, masalah gizi pada balita (stunting), faktor penyebab stunting, cara mencegah dan mengatasi stunting, dan penjelasan makanan-makanan bergizi.



Gambar 5. Penyampaian Materi Seminar Kesehatan Tentang Gizi Seimbang



Gambar 6. Kegiatan Seminar Kesehatan Tentang Gizi Seimbang

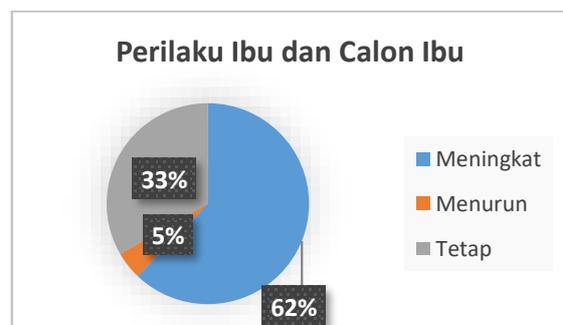
Sebelum diberikan materi seminar, subjek diberikan *pre-test* terkait gizi seimbang yang terdiri dari subtes sikap ibu dan subtes perilaku ibu. Adapun pernyataan-pernyataan yang tercakup dalam subtes-subtes tersebut yakni mengenai gizi seimbang, mencari informasi mengenai gizi seimbang, pemberian nutrisi kepada anak, pemantauan tumbuh kembang anak dan lainnya. Pada akhir kegiatan, juga dilaksanakan *technical meeting* untuk membentuk kelompok yang akan digunakan untuk lomba kreasi isi piringku pada acara festival isi piringku. Selain pembentukan kelompok, pada *technical meeting* tersebut juga dilakukan edukasi lebih lanjut mengenai pedoman isi piringku, sebagai lanjutan dari seminar gizi seimbang sebelumnya. Tujuannya yaitu agar audiens lebih memahami pedoman isi piringku dengan lebih mendalam. Sebelum *technical meeting*, subjek diberikan *post-test* yang berisikan pertanyaan dan pernyataan yang sama seperti *pre-test*. Kegiatan ini bertujuan untuk melihat perubahan pemahaman audiens terkait dengan gizi seimbang. Berikut ini adalah

data perubahan pemahaman pengetahuan ibu, calon ibu, dan kader terkait dengan stunting:



Gambar 7. Hasil Pre-Test dan Post-Test Sikap Ibu dan Calon Ibu

Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* sesuai dengan diagram di atas, didapatkan hasil bahwasanya pada subtes sikap ibu, sebanyak 47% dari subjek yakni ibu, calon ibu dan kader mengalami peningkatan pemahaman. Sedangkan, 35% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan baik itu sebelum ataupun sesudah diberikan sosialisasi, dan 18% dari subjek mengalami penurunan. Sementara itu, pada subtes perilaku ibu, sebanyak 62% dari subjek yakni ibu, calon ibu dan kader mengalami peningkatan pemahaman. Sedangkan, 33% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan baik itu sebelum ataupun sesudah diberikan sosialisasi, dan 5% dari subjek mengalami penurunan. Secara keseluruhan, dapat dikatakan bahwasanya sosialisasi yang diberikan, memberikan dampak yang signifikan terhadap perubahan pemahaman audiens terkait stunting dan gizi seimbang.



Gambar 8. Hasil Pre-Test dan Post-Test Perilaku Ibu dan Calon Ibu

Festival Isi Piringku

Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang ketiga yakni festival isi piringku yang

dilaksanakan pada 21 Juli 2024 di Balai Desa Sanganom. Kegiatan ini dilakukan dengan mengadakan lomba kreasi makanan sehat dan bergizi seimbang serta senam sehat bersama. Peserta dalam acara ini terbagi menjadi lima kelompok yang terdiri dari ibu, calon ibu, dan kader dari desa Sanganom. Tujuan dari diadakannya Festival ini yaitu untuk mewadahi kreativitas masyarakat desa Sanganom dan memunculkan kesadaran akan pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seimbang. Kegiatan ini juga sebagai wadah untuk mengimplementasikan berbagai materi yang telah disampaikan pada dua rangkaian kegiatan sebelumnya. Sehingga, masyarakat, khususnya subjek pada rangkaian kegiatan sebelumnya dapat lebih memahami berbagai teori dan konsep yang telah didapatkan sebelumnya untuk dipraktikkan secara nyata, yang harapannya dapat dilakukan oleh subjek pada kehidupan sehari-hari. Pada acara ini, fasilitator menghadirkan tiga juri yang kompeten pada bidang gizi untuk menjadi penilai dari hasil lomba kreasi isi piringku. Tiga juri tersebut yakni dua orang dari Lembaga Pengembangan Teknologi Pedesaan (LPTP), yang telah berpengalaman pada penanganan permasalahan stunting dan juga satu juri dari desa Sanganom yakni Ibu Bidan.

Kegiatan diawali dengan melakukan senam sehat bersama yang diikuti oleh seluruh fasilitator dan juga peserta festival isi piringku. Kemudian dilanjutkan dengan penampilan-penampilan dari yang dibawakan oleh adik-adik dari SDN 1 dan 2 Sanganom. Tampilan tersebut terdiri atas tampilan tari tradisional yakni tari gedeng, puisi berantai dan juga senam gemarikan. Lebih lanjut, senam gemarikan ini ini sebagai salah satu cara untuk mempromosikan pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seimbang serta pencegahan stunting yakni melalui konsumsi ikan sebagai salah satu makanan dengan sumber protein yang tinggi.

Kemudian dilanjutkan dengan lomba kreasi isi piringku. Lomba ini diikuti oleh lima kelompok yang terdiri dari kelompok Sang-Sang, Kelompok Tanjunganom, Kelompok Babatan, Kelompok Parasan, dan Kelompok Angsanah. Lebih lanjut, anggota dari tiap kelompok terdiri dari campuran antara kader, Ibu Hamil, dan Ibu dengan anak stunting. Pada lomba ini, peserta diminta untuk membuat satu porsi makanan bergizi seimbang yang mencakup bahan lokal dengan ketentuan *budget* sebesar 20 ribu rupiah.

Tiap kelompok, berhasil menyajikan kreasi menu makanan yang bergaram dan bergizi. Adapun kelompok Angsanah yang menyajikan kombinasi makanan berupa nasi beserta tumis sayur yang terdiri dari kacang panjang, wortel, selada, dan jagung, disertai dengan lauk ikan kembung dan telur ayam, dan buah-buahan berupa apel dan jeruk. Kelompok Tanjunganom menyajikan menu makanan berupa nasi, sayur bayam, tahu pelangi (tahu kukus), dan udang *crispy*, serta buah-buahan berupa anggur dan jeruk. Kelompok Parasan menyajikan menu makanan berupa nasi, capcay yang berisikan brokoli, wortel, dan pentol, yang dikombinasikan dengan lauk ayam suwir dan telur, dan buah-buahan berupa pisang dan pepaya, serta dilengkapi air mineral dan susu. Sementara itu, kelompok Sang-Sang menyajikan kombinasi menu makanan yang terdiri dari nasi, sayur bayam, nugget, telur mata sapi, tumis sayur yang berisikan pentol, wortel, dan kentang, disertai dengan buah-buahan berupa jeruk dan anggur, dilengkapi dengan air mineral dan susu. Terakhir yakni kelompok Babatan menyajikan nasi, sayur sop, ati ayam dan telur puyuh, serta buah-buahan yang terdiri dari semangka dan pisang, serta dilengkapi dengan susu.



Gambar 9. Hasil Masakan Peserta Lomba Kreasi Isi Piringku

Secara keseluruhan, hasil dari lomba kreasi isi piringku, peserta telah menunjukkan kreativitas yang patut diapresiasi. Kesalahan umum yang sering ditemui adalah kurangnya keseimbangan rasa. Beberapa peserta cenderung terlalu berfokus pada satu rasa dominan, sehingga mengabaikan kompleksitas rasa yang seharusnya ada dalam sebuah hidangan. Tidak hanya itu, peserta juga sangat memperhatikan presentasi hidangan, sehingga menambah daya

tarik visual dari hidangan yang disajikan. Namun, beberapa hidangan kurang memperhatikan keselarasan antara warna, tekstur, dan bentuk.

Lebih lanjut, peserta pada umumnya menunjukkan kreativitas yang tinggi dalam mengolah bahan makanan. Hidangan yang disajikan sangat beragam, mulai dari perpaduan rasa yang menggabungkan berbagai budaya kuliner, hingga reinterpretasi hidangan tradisional dengan sentuhan modern. Penggunaan bahan-bahan lokal dan seasonal juga menjadi fokus utama dalam lomba ini. Adapun bahan lokal yang menjadi budidaya utama di Desa Sanganom yakni jagung dan kacang. Sehingga, sebagian besar dari peserta membuat kreasi masakan berupa sayur bayam dan bakwan jagung.

Secara umum, peserta telah menunjukkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang. Sebagian besar kelompok telah berhasil memasukkan berbagai kelompok makanan ke dalam hidangannya, seperti karbohidrat kompleks, protein, lemak sehat, vitamin, dan mineral. Namun, beberapa kelompok peserta, masih mengalami kesulitan dalam mengatur porsi dan proporsi nutrisi dalam hidangan. Beberapa hidangan cenderung terlalu tinggi kandungan lemak jenuh dan sodium, serta kurang variasi dalam pemilihan bahan makanan. Dengan adanya lomba ini menunjukkan bahwa minat dan pemahaman masyarakat terhadap makanan sehat dan bergizi semakin meningkat. Peserta telah menunjukkan kreativitas dan keterampilan memasak yang mengagumkan. Meskipun masih ada beberapa hal yang masih memerlukan perbaikan dan peningkatan, terutama dalam hal keseimbangan rasa, teknik memasak, dan penerapan prinsip gizi seimbang. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang prinsip-prinsip gizi dan teknik memasak, diharapkan peserta pada kompetisi mendatang dapat menghasilkan hidangan yang tidak hanya lezat, tetapi juga sehat dan bergizi.

Secara keseluruhan, dapat dikatakan bahwa tiga rangkaian program pemberdayaan yang dilakukan yakni sosialisasi stunting, seminar gizi seimbang, dan festival isi piringku dengan bentuk kegiatan berupa lomba kreasi makanan bergizi seimbang. Dapat dikatakan bahwa program-program tersebut efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu, calon ibu (ibu hamil dan remaja), serta kader mengenai gizi seimbang dan stunting. Hal ini dapat dilihat dari hasil *pre-test* dan *post-test*

yang telah diberikan oleh fasilitator. Selain itu, fasilitator juga mengadakan evaluasi setelah tiga rangkaian acara tersebut dilakukan. Berdasarkan hasil evaluasi melalui wawancara, mayoritas ibu, calon ibu, dan kader memiliki pemahaman yang baik mengenai stunting dan gizi seimbang.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan pemahaman Ibu, calon ibu (ibu hamil dan remaja), serta kader mengenai stunting dan gizi seimbang, hal ini dapat dijadikan sebagai salah satu upaya pencegahan terhadap stunting. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Werdaningtyas & Mahmudiono, 2024) bahwa edukasi gizi seimbang merupakan salah satu upaya yang efektif untuk melakukan pencegahan terhadap stunting. Selain itu, pada penelitian yang dilakukan oleh (Murtiyarini, 2023) juga didapatkan hasil bahwa edukasi gizi seimbang dan demonstrasi isi piringku efektif untuk meningkatkan pemahaman ibu mengenai stunting dan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting. Begitu pula dengan edukasi mengenai stunting. Berdasarkan studi (Fitriahadi et al., 2023) didapatkan hasil bahwasanya edukasi tentang stunting efektif untuk meningkatkan pemahaman ibu terkait stunting.



Gambar 10. Senam Sehat pada Kegiatan Festival Isi Piringku



Gambar 11. Kegiatan Festival Isi Piringku di Desa Sanganom

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Tujuan dari rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya yaitu untuk meningkatkan pemahaman kepada ibu kader, ibu, dan calon ibu dalam pencegahan stunting. Fasilitator memberikan *pre-test* dan *post-test* pengetahuan kepada ibu kader, ibu, dan calon ibu (remaja dan ibu hamil) pada kegiatan sosialisasi stunting dan demonstrasi masak makanan bergizi. Hasil menunjukkan bahwa 40% dari subjek mengalami peningkatan pemahaman mengenai stunting. 44% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan, dan 16% mengalami penurunan pemahaman mengenai stunting. Kemudian pada kegiatan seminar gizi seimbang kami memberikan *pre-test* dan *post-test* dengan subtes sikap ibu. Hasilnya 47% dari subjek mengalami peningkatan pemahaman, 36% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan baik sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi, 18% mengalami penurunan. Selain mengenai sikap ibu, kami juga memberikan *pre-test* dan *post-test* dengan subtes perilaku ibu. Hasilnya sebanyak 62% dari subjek mengalami peningkatan pemahaman. Sedangkan, 33% subjek tidak mengalami peningkatan maupun penurunan baik itu sebelum ataupun sesudah diberikan sosialisasi, dan 4% dari subjek mengalami penurunan. Melalui kegiatan pemberdayaan dari sosialisasi stunting, seminar kesehatan gizi seimbang, dan festival isi piringku, secara keseluruhan telah berhasil meningkatkan pengetahuan Ibu, calon Ibu, dan kader mengenai stunting dan gizi seimbang menjadi lebih baik.

Saran yang dapat diberikan yakni untuk pelaksanaan program pemberdayaan yang selanjutnya dapat lebih menekankan pada program-program yang dapat dilaksanakan secara berkelanjutan oleh masyarakat itu sendiri tanpa perlu adanya fasilitator. Serta perlu dilakukan penguatan program sosialisasi dan seminar secara berkala untuk mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan masyarakat yang dapat dikolaborasikan antara lintas sektor (kesehatan, pendidikan, sosial) untuk memastikan keberlanjutan program pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami berikan untuk seluruh pihak yang telah bekerja sama dan mensukseskan program kami terkait pencegahan stunting, terutama Masyarakat Desa Sanganom dan teman-teman Pengabdian Masyarakat kelompok 60. Tanpa dukungan kalian program ini tidak akan menjadi kenyataan. Semoga di kesempatan lain kita bisa bekerja sama lagi serta memberikan program-program yang bermanfaat dan membangun untuk Masyarakat Desa Sanganom.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, A., Pamungkas, A. T., Puspaningrum, D. A., Ulfanny, N., Ghufiron, S., & Hasan, F. (2024). Upaya pencegahan stunting melalui program penyuluhan pada wanita usia produktif di Dusun Guntur. *Penamas: Journal of Community Service*, 4(1), 90–98. <https://doi.org/10.53088/penamas.v4i1.800>.
- Fitriahadi, E., Suparman, Y. A., Silvia, W. T. A., Wicaksono G, K., Syahputra, A. F., Indriyani, A., Ramadhani, I. W., Lestari, P., & Asmara, R. F. (2023). Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Tentang Stunting Sebagai Upaya Pencegahan Terjadinya Stunting. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(4), 410–415. <https://doi.org/10.59025/js.v2i4.154>.
- Fitriani, D. A., Winengsih, E., Sugiharti, I., Yuliani, M., & Nurlaela, D. (2024). Pengaruh edukasi gizi seimbang melalui media video terhadap pengetahuan remaja putri di SMK Jatinangor. *Indonesia Berdaya*, 5(3), 823–828.
- Haryani, S., Astuti, A. P., & Sari, K. (2021). Pencegahan Stunting Melalui Pemberdayaan Masyarakat dengan Komunikasi Informasi dan Edukasi di Wilayah Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus*, 4(1), 30.
- Irawan, A. M. A., Yusuf, A. M., Umami, Z., Harna, H., & Swamilaksita, P. H. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Bina Keluarga Bebas Stunting Di Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor Jawa Barat. *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat Universitas Al Azhar Indonesia*, 5(2), 76–81. <https://doi.org/10.36722/jpm.v5i2.1106>.
- Mayangsari, R., Efrizal, W., Waluyo, D.,

- Qotimah, Sayuti, Rokhamah, Setyowati, S., Maesarah, Amir, S., Fatmawati, Kusumawati, E., Ananda, S. H., S, S., & Abadi, E. (2022). *Gizi Seimbang* (N. Rismawati (ed.); Vol. 14, Issue 5). Widina Bhakti Persada Bandung.
- Munawaroh, H., Syakur, M., Fitriana, N., & Muntaqo, R. (2020). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Rangka Pencegahan Stunting Sejak Dini di Kecamatan Pagedongan Kabupaten Banjarnegara. *Dimas: Jurnal Pemikiran Agama Untuk Pemberdayaan*, 20(2), 231. <https://doi.org/10.21580/dms.2020.202.6654>
- Murtiyarini, I. (2023). Pembentukan Ibu Siaga Stunting dan Edukasi Isi Piringku Gizi Seimbang sebagai Pencegahan Stunting. *Indonesia Berdaya*, 5(1), 441–450.
- Pasuruan, D. K. K. (2024). *Perkembangan Data Stunting*. SIPuDing.
- Pipitcahyani, T. I., Ervi Husni, Sukesi, Rijanto, Rekawati, Siti Alfiah, K.Kasiati, Dina Isfentiani, Domas C.P, Fitri N, Sherly Jeniawaty, & Dwi Purwanti. (2024). Edukasi Kader tentang Gizi Seimbang Ibu Hamil dan Balita dalam Upaya Pencegahan Stunting. *International Journal of Community Service Learning*, 8(1), 86–92. <https://doi.org/10.23887/ijcsl.v8i1.76827>.
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi HUSada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>.
- Setiyabudi, R. (2019). Stunting, risk factor, effect and prevention. *Medisains*, 17(2), 24. <https://doi.org/10.30595/medisains.v17i2.5656>.
- Silangen, E. N. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Melalui Program Fest GZ dalam Upaya Mencegah Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6).
- Werdaningtyas, R., & Mahmudiono, T. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi Seimbang dan Pemanfaatan Daun Kelor sebagai Pencegahan Stunting. *Kesehatan Tambusai*, 5(2), 5138–5147. https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/ma_nuju/article/view/3231.
- Wigati, A., Sari, F. Y. K., & Suwanto, T. (2022). Pentingnya Edukasi Gizi Seimbang untuk Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4, 155–162.