

Peningkatan Kesadaran Pencegahan Stunting melalui Sosialisasi di Posyandu Mawar Temanggung

Alan Kusuma¹, Prihatin Dwhantoro^{2*}, Pristi Sukmasetya³, Sophia Ikhsanti⁴, Salsadila Arsuliyanti⁵, Utuh Setyaning Janji⁶, Zahwa Dwi Larasati⁷, Agung Vinia Rahma⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Universitas Muhammadiyah Magelang

*pdwhantoro@unimma.ac.id

Abstrak

Masalah stunting pada anak masih menjadi perhatian serius di Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan seperti Temanggung. Melihat urgensi tersebut, mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Magelang berkolaborasi dengan pengurus Posyandu Mawar Temanggung melaksanakan sosialisasi mengenai pencegahan stunting. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, terutama para ibu, mengenai pentingnya pemenuhan gizi anak sejak dini. Metode kegiatan meliputi penyuluhan interaktif dan simulasi pemberian makanan sehat bagi balita. Kegiatan diikuti oleh 30 peserta dari warga sekitar Posyandu. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai stunting dan pentingnya pencegahan dini. Kegiatan ini memberikan manfaat berupa peningkatan literasi kesehatan masyarakat serta memperkuat kolaborasi antara mahasiswa dan lembaga masyarakat. Kegiatan ini menunjukkan pentingnya pendekatan komunikasi dalam penyuluhan kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: Stunting; Sosialisasi; Kesehatan Anak; Komunikasi Masyarakat

Pendahuluan

Stunting atau kondisi balita pendek merupakan salah satu indikator status gizi yang diukur berdasarkan indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U). Berdasarkan Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 stunting adalah gangguan pertumbuhan serta perkembangan yang terjadi pada anak dikarenakan kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan (Pebriandi et al., 2023).

Masalah ini merupakan bentuk kekurangan gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang tidak memadai dalam jangka waktu panjang, sering kali akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan nutrisi anak. Stunting dapat mulai terjadi sejak janin masih dalam kandungan dan baru terlihat ketika anak memasuki usia dua tahun. Jika tidak segera diintervensi melalui *catch-up growth*, kondisi ini dapat mengakibatkan gangguan

<https://desa-indocompt.org>

pertumbuhan permanen. Dampaknya meliputi hambatan dalam perkembangan motorik, kognitif, serta peningkatan risiko kesakitan dan kematian (UNICEF, 2007). Ada bukti jelas bahwa individu yang stunting memiliki tingkat kematian lebih tinggi dari berbagai penyebab dan terjadinya peningkatan penyakit (Diana et al., 2024).

Secara global, stunting diakui sebagai masalah serius yang berdampak jangka panjang, baik bagi individu maupun negara. Anak yang mengalami stunting cenderung memiliki kapasitas belajar yang rendah, imunitas yang lemah, dan rentan terhadap penyakit, bahkan hingga dewasa. Di Indonesia, prevalensi stunting masih cukup tinggi, khususnya di daerah pedesaan. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti rendahnya pengetahuan tentang gizi, infeksi berulang, sanitasi yang buruk, serta keterbatasan akses terhadap air bersih dan layanan kesehatan dasar. Stunting pada anak perlu mendapatkan perhatian khusus karena dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan fisik, terganggunya perkembangan mental, kesulitan dalam berbicara dan rendahnya imun ketahanan tubuh pada anak sehingga sangat mudah terinfeksi virus maupun bakteri. Dampak stunting dalam jangka pendek dapat berupa penurunan kemampuan belajar dan kognitif apabila tidak ditangani dengan baik (Nirmalasari, 2020). Selain itu, balita maupun anak yang terkena stunting akan cenderung rentan terkena penyakit dan apabila sudah dewasa nanti dapat beresiko untuk mengidap penyakit degenerative (Jupri et al., 2022).

Di Desa Kemiri, Kecamatan Kaloran, Kabupaten Temanggung, stunting masih menjadi persoalan kesehatan yang perlu mendapat perhatian. Minimnya pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang, pola asuh anak, serta keterbatasan kegiatan penyuluhan kesehatan menyebabkan kurangnya kesadaran dalam pencegahan stunting. Padahal, keterlibatan aktif keluarga dan masyarakat sangat dibutuhkan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor risiko stunting serta meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya para ibu dan kader posyandu, mengenai cara pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan pola asuh yang tepat. Strategi yang diterapkan meliputi penyuluhan, simulasi pemberian makanan bergizi, serta pendampingan masyarakat berbasis potensi lokal. Kegiatan ini perlu dilakukan karena peningkatan pengetahuan tentang stunting merupakan upaya untuk pencegahan terjadinya stunting (Setyorini & Andriyani, 2023).

Dengan pendekatan edukatif dan partisipatif, kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan literasi gizi masyarakat, memperkuat peran posyandu sebagai pusat edukasi kesehatan, serta menjadi model intervensi yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik serupa. Selain itu, hasil kegiatan ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap pembentukan sistem pencegahan stunting yang kolaboratif dan berkelanjutan antara masyarakat, tenaga kesehatan, dan pemerintah daerah.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini direncanakan melalui koordinasi intensif dengan pengurus Posyandu Mawar, Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung, yang dilaksanakan pada tanggal 14 Desember 2024. Pemilihan lokasi didasarkan pada hasil diskusi dengan pengurus posyandu yang mengidentifikasi rendahnya pengetahuan masyarakat setempat tentang stunting, terutama di kalangan ibu-ibu dengan anak balita.

Koordinasi juga melibatkan ketua RT untuk memastikan keterlibatan peserta yang relevan. Tanggal pelaksanaan dipilih dengan mempertimbangkan ketersediaan peserta dan pengurus posyandu, serta kondisi cuaca yang mendukung kegiatan tatap muka. Proses perencanaan ini memastikan bahwa kegiatan dapat menjangkau target sasaran secara efektif dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

Sasaran kegiatan adalah 30 peserta, terdiri dari ibu-ibu yang memiliki anak balita dan kader posyandu setempat. Pemilihan kelompok ini didasarkan pada peran strategis mereka dalam pencegahan stunting, di mana ibu berperan langsung dalam pengasuhan dan pemberian nutrisi anak, sementara kader posyandu bertugas menyebarkan informasi kesehatan di komunitas. Jumlah peserta ditentukan melalui koordinasi dengan pengurus posyandu dan ketua RT, yang membantu mengidentifikasi individu yang aktif dan memiliki kebutuhan pengetahuan tentang stunting. Proses ini memastikan bahwa peserta yang terlibat memiliki motivasi dan relevansi dengan tujuan kegiatan, sehingga dampaknya dapat lebih terfokus dan terukur.

Metode pelaksanaan kegiatan dirancang untuk interaktif dan partisipatif, meliputi penyuluhan tentang stunting dan simulasi penyusunan menu sehat bergizi seimbang. Penyuluhan mencakup penjelasan tentang definisi stunting, penyebab (seperti kekurangan gizi kronis dan pola asuh yang kurang tepat), dampak jangka panjang, serta strategi pencegahan melalui pola makan bergizi dan perawatan anak yang optimal. Materi disampaikan menggunakan media visual seperti poster dan leaflet untuk mempermudah pemahaman, serta video edukatif untuk memberikan ilustrasi praktis. Simulasi penyusunan menu melibatkan peserta secara langsung dalam merancang menu harian untuk anak balita, dengan panduan dari fasilitator tentang kebutuhan gizi seimbang, termasuk karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral.

Pelaksanaan kegiatan pada tanggal 14 Desember 2024 di Posyandu Mawar berlangsung selama kurang lebih tiga jam, dimulai dengan sesi penyuluhan selama 90 menit, diikuti oleh simulasi penyusunan menu selama 60 menit, dan ditutup dengan sesi tanya jawab. Kegiatan dipandu oleh tim fasilitator yang terdiri dari ahli gizi dan tenaga kesehatan yang berpengalaman dalam edukasi masyarakat. Media penyuluhan dipresentasikan menggunakan proyektor untuk memastikan visibilitas bagi seluruh peserta, sementara leaflet dibagikan sebagai bahan rujukan pasca-kegiatan. Simulasi menu dilakukan dalam kelompok kecil untuk mendorong diskusi dan kolaborasi antarpeserta, dengan fasilitator memberikan umpan balik langsung. Pendekatan ini memastikan peserta dapat memahami materi secara mendalam dan menerapkannya dalam konteks kehidupan sehari-hari.

Keberhasilan kegiatan dievaluasi melalui indikator peningkatan pemahaman peserta tentang stunting dan kemampuan mereka dalam menyusun menu bergizi. Evaluasi dilakukan melalui observasi partisipasi aktif selama sesi tanya jawab dan diskusi kelompok, di mana peserta diminta menjelaskan kembali konsep stunting dan pencegahannya. Selain itu, kuesioner sederhana dengan pertanyaan terbuka diberikan sebelum dan sesudah kegiatan untuk mengukur perubahan pengetahuan peserta. Keberhasilan simulasi menu dinilai dari kemampuan peserta menghasilkan rancangan menu yang memenuhi kriteria gizi seimbang, berdasarkan penilaian fasilitator. Umpan balik peserta juga dikumpulkan untuk mengevaluasi manfaat kegiatan dan mengidentifikasi potensi perbaikan untuk kegiatan serupa di masa depan. Pendekatan

evaluasi ini memastikan bahwa dampak kegiatan dapat diukur secara kualitatif dan kuantitatif.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan diawali dengan pemeriksaan tumbuh kembang anak oleh pengurus posyandu dan bidan desa. Pemeriksaan ini meliputi penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan untuk memantau status gizi anak-anak. Dari total 45 anak yang diperiksa, ditemukan 4 anak yang masuk kategori stunting. Temuan ini menjadi bukti konkret bahwa masih terdapat permasalahan gizi kronis yang perlu ditangani secara serius di Desa Kemiri.

Setelah pemeriksaan, mahasiswa UNIMMA melakukan sosialisasi mengenai pencegahan stunting kepada para ibu yang hadir. Materi yang disampaikan mencakup pentingnya asupan gizi selama masa kehamilan dan pertumbuhan anak, pola makan bergizi seimbang, pentingnya pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif, dan praktik hidup bersih serta sehat. Edukasi dilakukan secara interaktif dengan menggunakan media poster dan diskusi terbuka agar mudah dipahami oleh masyarakat. Sebagai bentuk intervensi langsung, kegiatan ini juga melibatkan pemberian makanan tambahan (PMT) kepada anak-anak yang hadir, khususnya yang mengalami Gerakan Tutup Mulut (GTM) atau kurang nafsu makan. PMT yang diberikan merupakan makanan sehat bergizi untuk merangsang selera makan anak. Langkah ini mendapat respons positif dari para ibu karena memberikan contoh konkret asupan yang baik untuk anak. Gambar 1 memberikan gambaran situasi pelaksanaan sosialisasi tentang stunting dari tim penyuluh.



Gambar 1. Tim penyuluhan memberikan sosialisasi tentang stunting
Sumber. Dokumentasi Pribadi

Kegiatan ini menunjukkan bahwa intervensi edukatif berbasis komunitas dapat memberikan dampak langsung terhadap peningkatan kesadaran masyarakat mengenai stunting. Temuan adanya 4 anak stunting dari 45 anak yang diperiksa menunjukkan pentingnya pendampingan gizi dan penyuluhan yang berkesinambungan. Kegiatan seperti ini juga memperlihatkan efektivitas pendekatan komunikasi pembangunan yang melibatkan masyarakat secara aktif. Gambar 2 menunjukkan pasca kegiatan sosialisasi.



Gambar 2. Tim Sosialisasi Pencegahan Stunting
Sumber. Dokumentasi Pribadi

Sosialisasi yang dilakukan dosen dan mahasiswa UNIMMA tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga transformatif, karena memfasilitasi perubahan pemahaman dan sikap masyarakat tentang pentingnya gizi anak. Partisipasi aktif ibu-ibu dalam diskusi membuktikan adanya peningkatan kesadaran serta kesiapan untuk menerapkan praktik yang lebih sehat dalam kehidupan sehari-hari. Pemilihan komunikator yang berasal dari pihak Posyandu merupakan salah satu cara agar pesan dapat diterima dengan baik oleh peserta. Pemilihan komunikator akan menentukan kredibilitas pesan (Kusuma et al., 2024). Hal ini selaras dengan peran komunikasi sebagai alat pemberdayaan dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Sosialisasi yang dilakukan menggunakan komunikasi persuasif yang digunakan untuk dapat memberikan efek dan pengaruh terhadap pesertanya. Hal tersebut seperti pemahaman tentang komunikasi persuasif yang memiliki tujuan untuk dapat membuat komunikan dapat melakukan sesuai dengan yang diinginkan oleh komunikator (Kusuma et al., 2023).

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dengan 25 peserta setelah sesi sosialisasi selesai, bertujuan untuk menilai pemahaman mereka tentang stunting dan strategi pencegahannya. Hasil wawancara menunjukkan bahwa mayoritas peserta dapat menjelaskan bahaya stunting, seperti gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif, serta menyebutkan langkah-langkah pencegahan, termasuk pemberian ASI eksklusif dan pola makan bergizi seimbang. Sebagai contoh, beberapa ibu menyatakan bahwa mereka kini memahami pentingnya memasukkan sumber protein dan sayuran dalam menu harian anak mereka. Temuan ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dan pengetahuan yang signifikan, yang menjadi indikator keberhasilan sesi edukasi dalam menyampaikan informasi yang relevan dan mudah dipahami oleh masyarakat. Pendidikan kesehatan yang diterapkan dalam kegiatan ini dirancang sebagai kombinasi pengalaman belajar interaktif, sebagaimana dijelaskan oleh (Susilo, 2011) yang menekankan bahwa pendekatan ini efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan memengaruhi sikap guna mendorong perubahan perilaku. Penggunaan media poster yang menarik secara visual dan sesi diskusi terbuka memungkinkan peserta untuk tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mengaitkannya dengan pengalaman sehari-hari mereka. Pendekatan ini selaras dengan teori pembelajaran orang dewasa, yang

menekankan pentingnya keterlibatan aktif dan relevansi materi. Dengan demikian, sesi edukasi tidak hanya meningkatkan pemahaman tentang stunting, tetapi juga berpotensi mendorong perubahan perilaku, seperti perbaikan pola makan anak, yang dapat mengurangi risiko stunting di masa depan.

Kegiatan ini juga memperkuat kemitraan antara institusi pendidikan tinggi, dalam hal ini Universitas Muhammadiyah Magelang (UNIMMA), dan layanan kesehatan berbasis masyarakat, yaitu Posyandu Mawar. Kolaborasi ini melibatkan pengurus posyandu dalam tahap perencanaan dan pemeriksaan anak, sementara mahasiswa berperan dalam penyusunan dan penyampaian materi sosialisasi. Posyandu Mawar mendapatkan dukungan dalam bentuk edukasi tambahan dan peningkatan kapasitas kader, sementara mahasiswa memperoleh pengalaman praktis dalam menerapkan ilmu komunikasi dan pemberdayaan masyarakat. Kemitraan ini menciptakan sinergi yang saling menguntungkan, di mana kebutuhan masyarakat terpenuhi sekaligus memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengasah keterampilan mereka di lapangan.

Manfaat kegiatan ini meluas ke berbagai pemangku kepentingan. Bagi Posyandu Mawar, kegiatan ini memperkuat perannya sebagai pusat kesehatan masyarakat dengan menyediakan data aktual tentang status gizi anak dan meningkatkan kemampuan kader dalam menyebarkan informasi kesehatan. Bagi mahasiswa, pengalaman ini memberikan pembelajaran langsung tentang dinamika masyarakat pedesaan dan tantangan komunikasi dalam konteks kesehatan, yang tidak dapat diperoleh hanya melalui pembelajaran di kelas. Bagi masyarakat, khususnya ibu-ibu peserta, kegiatan ini meningkatkan kesadaran tentang stunting dan memberdayakan mereka untuk mengambil langkah preventif. Efek jangka panjang dari kegiatan ini berpotensi mencakup penurunan angka stunting di Desa Kemiri melalui perubahan pola asuh dan nutrisi yang lebih baik.

Model kolaboratif yang diterapkan dalam kegiatan ini menawarkan solusi konkret dan berkelanjutan untuk penanggulangan stunting di wilayah pedesaan. Dengan melibatkan institusi pendidikan tinggi dan layanan kesehatan masyarakat, pendekatan ini dapat direplikasi di wilayah lain dengan menyesuaikan konten edukasi sesuai kebutuhan lokal. Keberlanjutan intervensi ini dapat diperkuat melalui pelatihan berkelanjutan bagi kader posyandu dan integrasi edukasi stunting dalam program posyandu rutin. Selain itu, keterlibatan mahasiswa dalam kegiatan serupa dapat menjadi bagian dari kurikulum pengabdian masyarakat, menciptakan siklus pembelajaran dan pemberdayaan yang berkelanjutan. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan dampak langsung, tetapi juga meletakkan dasar bagi upaya pencegahan stunting yang lebih sistematis dan terjangkau di masa depan.

Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting di Posyandu Mawar, Desa Kemiri, berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya ibu-ibu balita, tentang pentingnya asupan gizi seimbang untuk mencegah stunting, sebagaimana terlihat dari hasil wawancara yang menunjukkan kemampuan peserta mengidentifikasi bahaya stunting dan langkah pencegahannya. Pendekatan komunikasi partisipatif, yang melibatkan diskusi terbuka dan media visual seperti poster, tidak hanya mempermudah penyampaian

informasi, tetapi juga memberdayakan peserta untuk menerapkan pengetahuan dalam kehidupan sehari-hari, sekaligus memperkuat peran edukatif Posyandu Mawar sebagai pusat kesehatan masyarakat. Keterlibatan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Magelang sebagai fasilitator menunjukkan potensi besar mereka sebagai agen perubahan, yang mampu menjembatani ilmu akademik dengan kebutuhan komunitas melalui komunikasi yang efektif. Keberhasilan kegiatan ini menggarisbawahi pentingnya kolaborasi antara institusi pendidikan tinggi dan layanan kesehatan berbasis masyarakat sebagai model yang dapat direplikasi untuk mengatasi masalah gizi kronis di wilayah pedesaan. Untuk memastikan keberlanjutan, direkomendasikan penyelenggaraan pelatihan berkala bagi kader posyandu tentang gizi anak setiap enam bulan, didukung oleh pendampingan keluarga melalui kunjungan rumah bulanan oleh kader dan bidan desa, guna memantau penerapan pola makan bergizi dan praktik hidup sehat, sehingga dampak kegiatan ini dapat terus berlanjut dan berkontribusi pada penurunan angka stunting di Desa Kemiri.

Ucapan Terimakasih

Terima kasih kepada Posyandu Mawar, Kecamatan Temanggung, Kabupaten Temanggung Jawa Tengah. Selain itu, tim juga mengucapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Magelang.

Referensi

- Diana, S. N., Firmani, U., Rahim, A. R., Widiharti, W., & Sukaris, S. (2024). Sosialisasi Pemanfaatan Tanaman Obat Keluarga Untuk Pencegahan Stunting. *DedikasiMU: Journal of Community Service*, 6(1), 105. <https://doi.org/10.30587/dedikasimu.v6i1.7497>
- Jupri, A., Husain, P., Putra, A. J., Sunarwidi, E., & Rozi, T. (2022). Sosialisasi Kesehatan Tentang Stunting, Pendewasaan Usia Pernikahan dan Pengenalan Hak Kesehatan Reproduksi Remaja (HKSR). *Alamtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat Unw Mataram*, 3(2), 107–112.
<http://ejournal.unwmataram.ac.id/jaltn/article/view/1119%0Ahttp://ejournal.unwmataram.ac.id/jaltn/article/download/1119/575>
- Kusuma, A., Dwihantoro, P., & Ilham Nova Rizal, M. (2024). Digital communication model in increasing public trust. *COMMICAST*, 5(3), 163–177. <https://doi.org/10.12928/commicast.v5i3.12104>
- Kusuma, A., Lestari, P., & Sosiawan, E. A. (2023). Persuasive communication model of the “Satuan Gugus Tugas” Pandemic (A case study of the “SATGAS COVID-19” in Yogyakarta). *International Journal of Communication and Society*, 5(2), 48–59. <https://doi.org/10.31763/ijcs.v5i2.1226>
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 14(1), 19–28. <https://doi.org/https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>

DEDIKASI ANTARA

- Pebriandi, Fatriansyah, A., Rizka, D., Indahsari, L. N., Yulanda, N. O., & Nurianti. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Masyarakat Desa Simandolak Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi. *ARRUS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.35877/454RI.abdiku2153>
- Setyorini, R. H., & Andriyani, A. (2023). Peningkatan Pengetahuan Tentang Stunting Sebagai Upaya Pencegahan Terjadinya Stunting. *Jurnal Bina Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.55081/jbpbkm.v4i1.881>
- Susilo, R. (2011). *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Nuha Medika.
- UNICEF. (2007). *Progress For Children: A World Fit for Children*. UNICEF Division of Communication.