

POSYANDU GARDA DEPAN CEGAH STUNTING: EDUKASI GIZI UNTUK IBU DAN BALITA DI INDRALAYA MULYA

Fadhila eka putri¹, Ridho agasi putra², Rama ramadan³, Norma juniah⁴

¹²³⁴ Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Program Studi

Hukum Keluarga Islam, Psikologi Islam, Hukum Keluarga Islam, ilmu

politik Email:

Fadhilaeka9@gmail.com , Dho181220@gmail.com , Ramaramadhon15@gmail.com

Normajuhainah_uin@radenfatah.ac.id

Absrtak

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan di Indonesia, terutama di wilayah pedesaan. Di Kelurahan Indralaya Mulya, tingginya angka risiko stunting dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan masyarakat tentang asupan gizi seimbang, pola asuh anak, dan pentingnya pemantauan kesehatan balita. Melalui kegiatan di Posyandu setempat, program ini bertujuan memberikan edukasi gizi kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan orang tua balita. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya konsumsi protein hewani, pemantauan pertumbuhan anak secara berkala, dan pencegahan penyakit infeksi. Edukasi dilakukan secara partisipatif melalui penyuluhan, diskusi interaktif, dan praktik penyusunan menu sehat. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait gizi anak dan kesadaran melakukan pemantauan pertumbuhan di Posyandu. Dengan keterlibatan aktif masyarakat dan tenaga kesehatan, diharapkan angka stunting di Indralaya Mulya dapat ditekan secara berkelanjutan.

Kata kunci: stunting, gizi, edukasi

Abstract

Stunting remains one of the chronic nutritional problems in Indonesia, particularly in rural areas. In Indralaya Mulya Village, the high risk of stunting is influenced by a lack of public knowledge regarding balanced nutrition, child-rearing practices, and the importance of regular growth monitoring for toddlers. Through activities at the local Posyandu (integrated health post), this program aimed to provide nutrition education to pregnant women, breastfeeding mothers, and parents of toddlers. The materials delivered covered the importance of animal protein consumption, regular child growth monitoring, and the prevention of infectious diseases. Education was conducted through participatory methods, including counseling sessions, interactive discussions, and practical menu planning for healthy meals. The results indicated an improvement in participants' understanding of child nutrition and their awareness of regular growth checks at the Posyandu. With active community and health worker engagement, it is expected that the stunting rate in Indralaya Mulya can be sustainably reduced.

Keywords: stunting, nutritional, education.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang hingga kini masih menjadi tantangan besar di Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar usianya akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama, terutama pada periode 1.000 hari pertama kehidupan. Dampak stunting tidak hanya terbatas pada hambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, daya tahan tubuh, dan produktivitas

di masa depan. Di Kelurahan Indralaya Mulya, tingginya risiko stunting dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang, pola asuh anak yang kurang tepat, serta rendahnya kesadaran akan pentingnya pemantauan kesehatan balita secara berkala di posyandu. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi yang terarah dan berkelanjutan melalui edukasi gizi kepada kelompok sasaran utama, yakni ibu hamil, ibu menyusui, dan orang tua balita. Melalui kegiatan di Posyandu, edukasi gizi diberikan dengan metode partisipatif yang melibatkan penyuluhan, diskusi interaktif, dan praktik penyusunan menu sehat berbahan lokal. Materi yang disampaikan mencakup pentingnya konsumsi protein hewani, pencegahan penyakit infeksi, serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran dan keterampilan orang tua dalam menjaga kesehatan dan gizi anak, sehingga angka stunting di Kelurahan Indralaya Mulya dapat ditekan secara berkelanjutan.

METODE

Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting yang dilaksanakan di Kelurahan Indralaya Mulya merupakan salah satu program kerja utama Mahasiswa KKN Kelompok 16 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. Kegiatan ini dilaksanakan bekerja sama dengan Puskesmas Indralaya sebagai mitra strategis dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemilihan topik stunting ini dilatarbelakangi oleh tingginya risiko stunting di wilayah tersebut, yang disebabkan oleh kurangnya pengetahuan masyarakat terkait gizi seimbang, pola asuh anak, dan pentingnya pemantauan tumbuh kembang balita. Sasaran utama kegiatan ini adalah ibu hamil, ibu menyusui, dan orang tua balita yang hadir di Posyandu setempat. Pelaksanaan sosialisasi menggunakan metode penyuluhan langsung, diskusi interaktif, dan simulasi penyusunan menu sehat berbahan lokal yang mudah didapat. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya konsumsi protein hewani, pemenuhan kebutuhan gizi seimbang, pencegahan penyakit infeksi, serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin di posyandu. Petugas Puskesmas Indralaya berperan aktif memberikan penjelasan teknis, sedangkan mahasiswa KKN mendukung

dalam memfasilitasi kegiatan, mempersiapkan media sosialisasi, dan berinteraksi langsung dengan peserta.

Kolaborasi antara mahasiswa KKN dan Puskesmas Indralaya memberikan dampak positif karena memadukan kekuatan akademik mahasiswa dengan pengalaman praktis tenaga kesehatan. Masyarakat terlihat antusias mengikuti kegiatan, terbukti dari banyaknya pertanyaan yang diajukan serta partisipasi aktif dalam simulasi menu sehat. Setelah kegiatan, peserta mengaku lebih memahami pentingnya gizi seimbang serta berkomitmen untuk melakukan pemantauan pertumbuhan anak secara rutin di posyandu. Kegiatan ini tidak hanya menjadi sarana edukasi, tetapi juga mempererat hubungan antara mahasiswa KKN, tenaga kesehatan, dan masyarakat setempat. Dengan keberlanjutan kerja sama seperti ini, diharapkan angka stunting di Kelurahan Indralaya Mulya dapat ditekan, sekaligus membangun budaya hidup sehat yang berkesinambungan di tengah masyarakat. Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu panjang, terutama pada masa 1.000 hari pertama kehidupan anak, yang menyebabkan pertumbuhan tinggi badan anak berada di bawah standar usianya. Dampak stunting tidak hanya pada hambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, daya tahan tubuh, dan produktivitas anak di masa depan.

Di Kelurahan Indralaya Mulya, hasil pemantauan tenaga kesehatan menunjukkan bahwa risiko stunting masih tergolong tinggi. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang, pola asuh anak yang belum tepat, rendahnya kesadaran melakukan pemeriksaan rutin di posyandu, serta masih terbatasnya pemahaman tentang pentingnya pencegahan penyakit infeksi pada balita. Berdasarkan kondisi tersebut, Mahasiswa KKN Kelompok 16 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang menetapkan sosialisasi pencegahan stunting sebagai salah satu program kerja prioritas. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Kelurahan Indralaya Mulya bekerja sama dengan Puskesmas Indralaya, yang memiliki peran strategis dalam pelayanan kesehatan masyarakat. Melalui kolaborasi ini, diharapkan edukasi mengenai stunting dapat tersampaikan secara komprehensif, tepat sasaran, dan mampu meningkatkan kesadaran serta partisipasi aktif masyarakat dalam pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting yang dilaksanakan di Kelurahan

Indralaya Mulya bersama Puskesmas Indralaya merupakan salah satu program prioritas Mahasiswa KKN Kelompok 16 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi dan meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan orang tua balita, mengenai pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang tepat, serta pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala sebagai upaya pencegahan stunting. Hal ini dilakukan karena berdasarkan kondisi lapangan, masih banyak masyarakat yang belum memahami secara menyeluruh tentang penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting, sehingga diperlukan pendekatan edukasi yang praktis, interaktif, dan sesuai dengan kebutuhan mereka.

Secara khusus, tujuan kegiatan ini meliputi:

1. Memberikan pemahaman tentang stunting

menjelaskan secara rinci pengertian stunting, factor penyebabnya seperti kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan pola asuh yang kurang tepat, serta dampak jangka Panjang yang dapat menghambat pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas anak di masa depan.

2. Memperkuat kesadaran akan pentingnya gizi seimbang

Mengedukasi Masyarakat tentang peran penting protein hewani, sayur, buah, dan karbohidrat seimbang dalam pertumbuhan anak, serta cara mengolah bahan makanan lokal yang sehat dan terjangkau tanpa mengurangi nilai gizinya.

3. Mendorong kebiasaan pemantauan tumbuh kembang balita secara rutin

Memotivasi Masyarakat untuk memanfaatkan fasilitas posyandu setiap bulan guna melakukan pengukuran berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala anak, sebagai Langkah deteksi dini apabila ditemukan gejala stunting.

4. Mengajarkan keterampilan praktis Menyusun menu sehat berbasis bahan lokal

Memberikan pelatihan langsung dalam merancang menu harian yang memenuhi standar gizi, menggunakan bahan pangan yang mudah ditemukan di lingkungan sekitar sehingga dapat diaplikasikan oleh semua kalangan.

5. Membangun kemitraan antara mahasiswa, tenaga Kesehatan, dan Masyarakat

Memperkuat hubungan kolaboratif antara mahasiswa kkn, puskesmas indralaya, perangkat kelurahan, kader posyandu, dan Masyarakat, sehingga program pencegahan stunting dapat berjalan secara berkesinambungan meskipun kegiatan kkn telah selesai. Materi yang disampaikan dalam kegiatan sosialisasi pencegahan stunting di Kelurahan

Indralaya Mulya disusun secara komprehensif dengan tujuan agar masyarakat, khususnya ibu hamil, ibu menyusui, dan orang tua balita, dapat memahami permasalahan stunting dari berbagai aspek, mulai dari penyebab hingga langkah pencegahannya. Seluruh materi disajikan secara interaktif, menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, disertai alat bantu visual seperti poster, leaflet, dan contoh bahan makanan, agar informasi dapat tersampaikan dengan efektif. Peserta diberikan pemahaman bahwa stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu yang lama, terutama pada masa 1.000 hari pertama kehidupan. Dijelaskan pula bahwa stunting tidak hanya berdampak pada keterlambatan pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan otak, daya tahan tubuh, kemampuan belajar, serta produktivitas anak di masa dewasa. Penyampaian materi ini bertujuan membangun kesadaran bahwa stunting adalah masalah serius yang harus dicegah sejak dini. Peserta mendapatkan edukasi mengenai peran penting gizi seimbang dalam tumbuh kembang anak. Penekanan diberikan pada konsumsi protein hewani seperti ikan, telur, ayam, dan daging yang berperan dalam pembentukan jaringan tubuh dan perkembangan otak. Selain itu, dijelaskan pula manfaat sayuran, buah-buahan, karbohidrat, serta lemak sehat dalam menunjang energi dan daya tahan tubuh anak. Materi ini juga disertai tips pengolahan makanan yang benar agar kandungan gizinya tidak berkurang.

6. Pemantauan pertumbuhan anak

Masyarakat diedukasi tentang pentingnya membawa anak ke posyandu setiap bulan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan. Dijelaskan cara menggunakan dan membaca Kartu Menuju Sehat (KMS) untuk mengetahui apakah anak mengalami pertumbuhan yang sesuai dengan usianya. Hal ini bertujuan agar orang tua dapat melakukan deteksi dini apabila terdapat tanda-tanda keterlambatan pertumbuhan.

7. Kesadaran untuk melakukan pemantauan rutin

Setelah mendapatkan penjelasan dan simulasi penggunaan Kartu Menuju Sehat (KMS), banyak peserta yang berkomitmen untuk lebih rutin membawa anak mereka ke posyandu setiap bulan. Beberapa bahkan langsung menjadwalkan kunjungan berikutnya bersama kader kesehatan setempat.

Agar manfaat dari kegiatan sosialisasi pencegahan stunting di Kelurahan Indralaya Mulya dapat dirasakan secara berkelanjutan, diperlukan strategi kesinambungan program yang melibatkan berbagai pihak, baik masyarakat, kader kesehatan, perangkat kelurahan, maupun Puskesmas Indralaya. Mahasiswa KKN Kelompok 16 merancang langkah-langkah keberlanjutan ini untuk memastikan pesan

dan keterampilan yang telah diberikan dapat terus dipraktikkan setelah masa KKN berakhir. Kader posyandu yang telah aktif terlibat dalam kegiatan ini diharapkan melanjutkan edukasi kepada masyarakat secara rutin setiap bulan, khususnya pada kegiatan penimbangan balita. Kader juga dapat memanfaatkan media edukasi seperti poster dan leaflet yang telah dipasang dan dibagikan oleh tim KKN. Puskesmas diharapkan terus melaksanakan program penyuluhan dan pemeriksaan tumbuh kembang anak secara terjadwal, sekaligus memberikan pendampingan gizi kepada keluarga yang anaknya terindikasi mengalami masalah pertumbuhan. Perangkat kelurahan bersama kader kesehatan dapat melakukan evaluasi berkala terhadap perkembangan gizi balita di wilayah tersebut, sehingga dapat mengetahui sejauh mana program ini berdampak dan apa saja yang masih perlu diperbaiki.

Dengan adanya kesinambungan program ini, diharapkan edukasi yang telah diberikan selama KKN tidak berhenti sebagai kegiatan sesaat, tetapi menjadi gerakan berkelanjutan yang mengubah pola hidup masyarakat menuju generasi yang lebih sehat dan bebas stunting.

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting oleh Mahasiswa KKN Kelompok 16 Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang di Kelurahan Indralaya Mulya bersama Puskesmas Indralaya berhasil meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan masyarakat, khususnya ibu hamil, ibu menyusui, dan orang tua balita, terkait pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang tepat, dan pemantauan tumbuh kembang anak secara rutin. Melalui penyuluhan, diskusi interaktif, dan praktik penyusunan menu sehat berbahan lokal, masyarakat menunjukkan antusiasme tinggi serta komitmen untuk menerapkan pola hidup sehat dan memanfaatkan posyandu secara berkelanjutan. Kegiatan ini juga memperkuat kerja sama antara mahasiswa, tenaga kesehatan, dan perangkat kelurahan, yang diharapkan dapat menjadi langkah berkelanjutan dalam menekan angka stunting di wilayah tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. (2021). *Pedoman pelaksanaan percepatan penurunan stunting*. BKKBN.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Panduan pelayanan posyandu dalam upaya pencegahan stunting*. Direktorat Promosi Kesehatan.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI.
- World Health Organization. (2020). *Reducing stunting in children: Equity considerations for achieving the global nutrition targets 2025*. WHO.

DOKUMENTASI

