Prosiding Seminar Hasil
KKN, Vol 3 No 1 2026
E ISSN 3030-8895

EDUKASI KESEHATAN MELALUI MEDIA LEAFLET DAN BUKU UNTUK PENGETAHUAN STUNTING DI DESA KARANGSEMANDING

Antica Dewi Arlina[1], Shahira Ananta Salsabilla[2]*, Muhammad Fajri Ubaidillah[3], Diani Octaviyanti Handajani[4]

[123]Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik
[4]Dosen Program Studi Kebidanan, Fakultas Kesehatan
*E-mail : sahiraananta1@gmail.com

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah gizi kronis di Indonesia, termasuk di Desa Karangsemanding, Kabupaten Gresik. Rendahnya pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang dan pola makan sehat menjadi salah satu penyebab utama. Tujuan dari kegiatan penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu dengan anak usia 6–24 bulan. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif dan distribusi media cetak seperti leaflet dan buku. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta mengenai pentingnya pemberian gizi seimbang dan pencegahan stunting. Selain itu, kegiatan ini juga berhasil mengidentifikasi beberapa faktor risiko stunting di masyarakat, seperti pola makan yang tidak seimbang dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan. Penyuluhan gizi berbasis masyarakat terbukti efektif sebagai langkah preventif dalam menanggulangi stunting. Program ini juga menjadi dasar penyusunan rekomendasi kebijakan lokal untuk penanggulangan stunting di Kabupaten Gresik. Diharapkan, hasil positif ini dapat menjadi model bagi wilayah lain dalam upaya menurunkan angka stunting dan meningkatkan kualitas hidup anak-anak di Indonesia.

Kata kunci: stunting, edukasi gizi, balita, gizi seimbang

Abstract

Stunting remains a chronic nutritional problem in Indonesia, including in Karangsemanding Village, Gresik Regency. Low public understanding of balanced nutrition and healthy eating patterns contributes to this issue. The objective of this program is to enhance the knowledge of the community, particularly mothers with children aged 6–24 months. The implementation method involves promotional lectures and printed media such as leaflets. The results indicate an improvement in mothers' knowledge. Additionally, the program successfully identified several risk factors for stunting within the community. Community-based nutrition education has proven effective as a preventive measure and serves as a foundation for formulating local policy recommendations in tackling stunting.

Keywords: stunting, nutrition education, toddlers, balanced diet

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan serius di Indonesia. Stunting adalah kondisi pada anak balita yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan yang lebih rendah dari standar usianya. Keadaan ini umumnya disebabkan oleh kekurangan asupan gizi yang terjadi secara berulang atau berkepanjangan, disertai dengan infeksi yang sering serta kurangnya stimulasi psikososial. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga mengganggu perkembangan kognitif dan produktivitas di masa depan. (Adityaningrum, Arsad, and Jusuf 2021). Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO 2024), tercatat sebanyak 150,2 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting (terlalu pendek untuk usianya), 42,8 juta mengalami *wasting* (terlalu kurus untuk tinggi badannya), dan 35,5 juta mengalami *overweight* (terlalu berat untuk tinggi badannya). Di Indonesia, prevalensi stunting nasional menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 tercatat sebesar 19,8%, menunjukkan bahwa hampir satu dari lima balita mengalami masalah pertumbuhan. Di tingkat provinsi, Jawa Timur menyumbang sekitar 430.780 balita yang mengalami stunting, menjadikannya salah satu wilayah dengan jumlah kasus tertinggi. Secara lebih spesifik, Kabupaten Gresik mencatat prevalensi stunting sebesar 5,8%, dengan sekitar 118.250 balita terdampak (Negara, Presiden, and Kil 2025). Meskipun terdapat penurunan prevalensi secara nasional, angka-angka ini menunjukkan bahwa stunting tetap menjadi ancaman nyata, terutama di daerah pedesaan yang masih menghadapi keterbatasan akses terhadap informasi gizi, sanitasi, dan layanan kesehatan.

Pengetahuan ibu mengenai gizi yang tepat untuk bayi dan balita merupakan faktor penting dalam pencegahan stunting. Ibu yang memiliki pemahaman yang baik cenderung memiliki sikap positif dalam memilih, mengolah, dan memberikan makanan bergizi kepada anak, yang berdampak langsung pada status gizi anak dan mencegah terjadinya stunting. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan kesalahan dalam pemberian gizi, meningkatkan risiko stunting pada balita (Ratih 2022). Menurut Kuwa *et.al* (2021) menunjukkan permasalahan gizi pada anak (pendek, obesitas, PTM) dimulai pada tumbuh kembang janin dalam kandungan ibu sampai anak berusia 2 tahun (Fauziah et al. 2023). Stunting bukan hanya berakibat pada tubuh yang pendek, tetapi juga dapat berdampak pada kegagalan pertumbuhan, kognitif, dan motorik yang akan mempengaruhi tingkat kecerdasan dan prestasi belajarnya. Jika tidak mendapatkan tata laksana yang baik, semua itu dapat menjadi penyebab menurunnya produktivitas kerja di kemudian hari (Sholikhah and Rahma 2022). Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran tentang stunting di Indonesia dan negara-negara serupa. Edukasi tentang stunting menjadi kunci dalam memerangi masalah ini. Melalui pendidikan ini, para orang tua dapat memahami pentingnya nutrisi yang baik, praktik makan yang sehat, serta akses yang memadai ke layanan kesehatan anak. Hal ini akan membantu mencegah stunting dan meningkatkan masa depan anak-anak, yang pada gilirannya akan berkontribusi positif terhadap pembangunan bangsa dan kesejahteraan masyarakat.

Salah satu strategi yang dapat diterapkan dalam upaya menanggulangi stunting adalah melalui pemberian edukasi gizi kepada para orang tua yang memiliki anak balita. Edukasi ini merupakan suatu proses penyampaian pengetahuan yang ditujukan kepada individu atau kelompok, dengan harapan dapat meningkatkan pemahaman mereka dan mendorong perubahan sikap serta perilaku ke arah yang lebih mendukung pencegahan stunting (Sari, Fanny, and Pradany 2020). Peran edukasi sangat krusial dalam membangun kesadaran masyarakat mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang, kebiasaan makan yang sehat, serta akses yang memadai terhadap layanan kesehatan. Peningkatan kesadaran sejak dini terhadap risiko stunting dan pentingnya pemenuhan gizi tidak hanya berdampak langsung pada tumbuh kembang anak, tetapi juga memiliki implikasi jangka panjang terhadap peningkatan kualitas sumber daya manusia. Nilai kebaruan dari penelitian ini terletak pada penerapan pendekatan edukatif yang dilakukan secara langsung di lingkungan desa, dengan keterlibatan aktif puskesmas sebagai mitra strategis dalam pelaksanaannya.

Berdasarkan hasil observasi awal di lapangan, ditemukan tingginya kasus stunting di tengah masyarakat, disertai masih rendahnya pemahaman mengenai pentingnya konsumsi makanan sesuai prinsip gizi seimbang, khususnya pada anak-anak. Kondisi ini mencerminkan bahwa upaya edukasi gizi di wilayah tersebut belum berjalan secara optimal. Hal ini diperkuat oleh temuan dari 10 responden ibu yang diamati, di mana sebanyak 7 orang belum memahami cara pencegahan stunting, sedangkan hanya 3 orang yang sudah memiliki pengetahuan terkait hal tersebut. Ketimpangan ini mengindikasikan adanya kebutuhan mendesak untuk meningkatkan intervensi edukatif.

METODE PELAKSANAAN

Dalam pelaksanaan penyuluhan gizi ini, fokus diberikan pada upaya pencegahan stunting, yaitu masalah gizi kronis yang berdampak panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak balita. Stunting terjadi akibat kekurangan asupan gizi yang berlangsung lama, terutama pada masa seribu hari pertama kehidupan, serta faktor infeksi dan stimulasi psikososial yang kurang. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan menitikberatkan pada edukasi mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, serta pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang tepat. Materi ini disampaikan khususnya kepada ibu-ibu yang memiliki balita usia 6–24 bulan sebagai kelompok sasaran utama, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka agar mampu menerapkan pola asuh dan pola makan yang mendukung pertumbuhan optimal anak serta mencegah stunting.

Proses dimulai dengan observasi awal di Desa Karangsemanding untuk mengevaluasi pengetahuan gizi ibu balita dan mengidentifikasi risiko stunting serta PTM; hasil menunjukkan bahwa 7 dari 10 ibu belum memahami pencegahan stunting. Setelah itu, dilakukan koordinasi dengan Puskesmas setempat untuk menyelaraskan materi dan sasaran, diikuti dengan pre-test untuk menilai pemahaman awal.

Penyuluhan gizi dilaksanakan dengan metode ceramah interaktif, diskusi, dan sesi

tanya jawab, kemudian dilanjutkan dengan post-test dan evaluasi singkat, serta didukung dengan media leaflet dan infografis. Hasil evaluasi digunakan sebagai bahan refleksi dan perbaikan pelaksanaan selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program penyuluhan gizi pada anak untuk pencegahan stunting di Desa Karangsemanding, Kecamatan Balongpanggang, Kabupaten Gresik dilaksanakan pada tanggal 7 Agustus 2025. Kegiatan ini dikoordinasikan bersama ibu bidan yang bertugas di Desa Karangsemanding, kegiatan ini ditujukan kepada anak balita dan ibu hamil, kami mendapatkan respon yang baik dan antusiasme tinggi.

Pelaksanaan penyuluhan gizi pada anak untuk pencegahan stunting kepada ibu balita dan ibu hamil berjalan dengan lancar dan baik. Dari 20 ibu balita dan ibu hamil yang terdaftar di Desa Karangsemanding, semua ibu datang ke balai desa karangmalang dan mengikuti kegiatan yang diselenggarakan. Yang ditujukkan pada tabel di bawah ini

Tabel 1. Jumlah peserta ibu balita dan ibu hamil

Jumlah Ibu Balita	Hadir	Tidak Hadir	Presentase Kehadiran
20	20	-	100%

Seluruh 20 ibu balita dan ibu hamil yang terdaftar hadir di Balai Desa Karangmalang untuk mengikuti penyuluhan gizi, yang berjalan lancar. Setelah sesi pembukaan dan penyampaian materi, dilanjutkan dengan pre-test untuk mengukur tingkat pemahaman awal peserta terhadap topik gizi seimbang, ASI, MP-ASI, dan pencegahan stunting. Hasil penilaian tersebut disajikan pada Tabel berikut.

Tabel 2. Hasil Pre Test Ibu Balita

Tingkat Pemahaman	Jumlah	%
Tinggi	2	10%
Sedang	10	50%
Rendah	8	40%
Total	20	100%

Selain memberikan materi tentang gizi seimbang untuk anak usia 6–24 bulan, kegiatan ini juga berfokus pada pemahaman orang tua mengenai pentingnya pencegahan stunting. Evaluasi menunjukkan bahwa seluruh peserta mampu memahami materi yang diberikan serta dapat mengaplikasikan cara pengolahan makanan bergizi untuk anak balita. Sedangkan hasil evaluasi tingkat pengetahuan tentang gizi pada anak untuk mencegah stunting, didapatkan hasil sebagai berikut, yang ditunjukkan pada tabel di bawah ini :

Tabel 2. Post Test ibu balita

Tingkat Pemahaman	Jumlah	%
Tinggi	18	90%
Sedang	2	10%
Rendah	-	-
Total	20	100%

Hasil evaluasi ini menunjukkan bahwa orang tua mampu mengetahui pentingnya pemberian gizi seimbang, memperhatikan pertumbuhan serta perkembangan anak, dan memiliki keterampilan dasar dalam menyiapkan makanan sehat sebagai upaya pencegahan stunting. Masa usia 6 hingga 24 bulan merupakan periode emas pertumbuhan anak sekaligus masa yang rentan terhadap stunting. Oleh karena itu, orang tua perlu memahami pola makan bergizi, termasuk pentingnya konsumsi protein hewani seperti ikan, serta sayuran bergizi tinggi.

Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan orang tua di Desa Karangsemanding semakin sadar pentingnya gizi seimbang, sehingga angka kejadian stunting dapat ditekan dan anak-anak tumbuh sehat serta cerdas.



Gambar 1. Edukasi tentang pencegahan stunting



Gambar 2. Foto bersama ibu balita, kader, petugas pesyandu dari Puskesmas Balongpanggang

KESIMPULAN

Program penyuluhan gizi untuk pencegahan stunting di Desa Karangsemanding terbukti efektif meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang. Kehadiran peserta yang mencapai 100% dan hasil evaluasi pre-test serta post-test menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan peserta. Metode ceramah interaktif dan media edukatif berperan penting dalam keberhasilan kegiatan ini. Hasil edukasi diharapkan menjadi dasar pelaksanaan program serupa di wilayah lain guna menurunkan angka stunting, meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pola makan sehat anak usia dini, serta mendukung upaya perbaikan gizi di Kabupaten Gresik.

DAFTAR PUSTAKA

Adityaningrum, Amanda, Nikmatisni Arsad, and Herlina Jusuf. 2021. "Faktor Penyebab Stunting Di Indonesia: Analisis Data Sekunder Data Ssgi Tahun 2021 Factors Causing Stunting in Indonesia: 2021 Ssgi Secondary Data Analysis." *Jambura Journal of Epidemiology* 3 (1): 1–10. https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jje.

Fauziah, Jihan, Khansa Dinah Trisnawati, Khansa Pramesti Sulistyo Rini, and Suci Utami Putri. 2023. "Stunting: Penyebab, Gejala, Dan Pencegahan (Diakses 8 Desember 2024)." *Jurnal Parenting Dan Anak* 1 (2): 11.

Negara, Kementerian Republik Indonesia Sekretariat, Sekretariat Wa Presiden, and Kil. 2025. "Prevalensi Stunting Indonesia Turun Ke 19,8%." Kementerian sekretariat negara ri sekretariat wakil presiden. 2025. https://stunting.go.id/prevalensi-stunting-indonesia-turun-ke-198/.

Ratih, Ruhayati. 2022. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Sikap Ibu Balita Terhadap Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Pacet Kabupaten Bandung." *Jurnal Ilmiah Hospitality 1581* 11 (2): 1581–90.

Sari, Devi Pramita, Nabilatul Fanny, and Aura Lisa Pradany. 2020. "Pengaruh Edukasi Pencegahan Stunting Tentang Satu Pilar Akses Pangan Bergizi Dengan Metode Brainstorming Terhadap Pengetahuan Ibu Baduta Di Taman Sari Timur." *Jurnal Kebidanan Indonesia* 11 (2): 21. https://doi.org/10.36419/jkebin.v11i2.369.

Sholikhah, Desty Muzarofatus, and Amalia Rahma. 2022. "Perbaikan Status Gizi Balita Melalui Pendampingan Gizi Secara Intensif Di Desa Singosari, Gresik." *Amerta Nutrition* 6 (1SP): 117–25. https://doi.org/10.20473/amnt.v6i1sp.2022.117-125.

WHO. 2024. "Joint Child Malnutrition Estimates." World Health Organization. 2024. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb.