

## STRATEGI PENCEGAHAN STUNTING DESA GAMBASAN DENGAN INTEGRASI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT), BIBIT DAUN KATUK, SERTA SOSIALISASI POLA ASUH ANAK DAN GIZI SEIMBANG

Agustya Syakira Aini<sup>1</sup>  
Syalumitha Aurelia Amabel<sup>2</sup>  
Zudha Rokhmatul Maula<sup>3</sup>  
Zefanya Ruben Sugiyono<sup>4</sup>  
Hesti Ardiyanti Haryono Putri<sup>5</sup>  
Lyna Lestari Indrayti<sup>6</sup>

<sup>1,5</sup>Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Tidar

<sup>2,3</sup>Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi, Universitas Tidar

<sup>4</sup>Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Tidar

<sup>6</sup>Program Studi D3 Farmasi, Fakultas Pertanian, Universitas Tidar Indonesia

### ARTICLE INFO

#### Article history:

Received : 21 Januari 2026

Revised : 29 Januari 2026

Accepted : 4 Februari 2026

#### Key words:

Stunting, Pemberian Makanan Tambahan, Pola Asuh

DOI: 10.62335

### ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that affects children's physical growth and development. Gambasan Village is one of the areas that still needs strengthening in terms of stunting prevention through an educational approach and community participation. Community service activities in the context of the Field Study Program (KKN) aim to increase the knowledge and awareness of pregnant women and parents of toddlers regarding stunting prevention through the application of appropriate parenting patterns and balanced nutrition. The activities were carried out in three stages, namely preparation, implementation, and evaluation. The activities included socialization about stunting, education on parenting and balanced nutrition, provision of supplementary foods (PMT), distribution of katuk seeds to pregnant women, and assistance with Posyandu activities. The results of the activities showed an increase in participants' understanding of stunting, the importance of regular monitoring of child growth and development, and the use of local foods as a source of nutrition for families. This activity is expected to contribute to supporting efforts to reduce stunting rates in Gambasan Village in a sustainable manner.

### ABSTRAK

Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan anak. Di Desa Gambasan termasuk dalam salah satu wilayah yang masih membutuhkan penguatan terkait pencegahan stunting melalui pendekatan edukatif dan partisipasi dari Masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam rangka Kuliah Kerja Nyata (KKN) bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil serta

<sup>1</sup> Corresponding author: [Agustyasakiraaini@gmail.com](mailto:Agustyasakiraaini@gmail.com)

*orang tua balita terkait pencegahan stunting melalui penerapan pola asuh yang tepat dan pemenuhan gizi seimbang. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Bentuk kegiatan yang dilaksanakan meliputi sosialisasi mengenai stunting, edukasi pola asuh dan gizi seimbang, pemberian makanan tambahan (PMT), pembagian bibit tanaman katuk kepada ibu hamil, serta pendampingan kegiatan Posyandu. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai stunting, pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak secara rutin, serta pemanfaatan pangan lokal sebagai sumber gizi keluarga. Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam mendukung upaya penurunan angka stunting secara berkelanjutan di Desa Gambasan.*

## **PENDAHULUAN**

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang pada balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang, yang dapat terjadi sejak kehamilan hingga usia 24 bulan. Tanda yang sering muncul adalah terjadinya penurunan kecepatan pertumbuhan pada anak khususnya balita. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari *World Health Organization* (WHO). Stunting bukan hanya mengganggu pertumbuhan fisik namun juga pada pertumbuhan lainnya seperti mental, kognitif dan intelektual anak. Stunting masih merupakan satu masalah gizi di Indonesia yang belum terselesaikan. Anak yang terkena stunting hingga usia 5 tahun akan sulit untuk diperbaiki sehingga akan berlanjut hingga dewasa dan dapat meningkatkan risiko keturunan dengan berat badan lahir yang rendah (BBLR).

Menurut WHO tahun 2016, prevalensi balita stunting di dunia sebesar 22,9% dan keadaan gizi balita pendek menjadi penyebab 2,2 juta dari seluruh penyebab kematian balita di seluruh dunia. Hampir setengah tingkat kematian pada anak-anak di bawah lima tahun di Asia dan Afrika disebabkan oleh kekurangan gizi. Ini menyebabkan kematian tiga juta anak per tahun (Ohyver et al., 2017). Menurut WHO, prevalensi balita pendek menjadi masalah kesehatan masyarakat jika prevalensinya 20% atau lebih. Karenanya persentase balita pendek di Indonesia masih tinggi dan merupakan masalah kesehatan yang harus ditanggulangi.

Hingga saat ini, stunting masih menjadi masalah kesehatan di negara berkembang seperti Indonesia. Penurunan angka stunting dari tahun ke tahun belum signifikan (Budiastutik & Rahfiludin, 2019). Angka stunting di Indonesia berdasarkan Risesdas tahun 2007 sebesar 36,8%, tahun 2013 sebesar 37,2% dan tahun 2018 sebesar 30,8%. Angka stunting tahun 2018 terbagi dalam kategori pendek sebanyak 11,5% dan kategori sangat pendek sebanyak 19,3%.

Berdasarkan data prevalensi stunting, angka Stunting di Provinsi Jawa Tengah lebih tinggi dari Indonesia yaitu sebesar 31,3%, terbagi dalam kategori pendek sebanyak 11,2% dan kategori sangat pendek sebanyak 20,1%. Kabupaten Temanggung merupakan salah satu kabupaten dengan angka stunting tertinggi di Provinsi Jawa Tengah, yaitu sebesar 14,71%. Meskipun demikian, pada Kecamatan Selopampang menunjukkan perkembangan yang positif dengan adanya penurunan angka stunting. Pada periode tahun 2022 hingga 2024, Kecamatan Selopampang mengalami penurunan prevalensi stunting sebesar 13,7%. Pemerintahan Kabupaten Temanggung melakukan upaya-upaya menurunkan jumlah stunting dan yang sedang didorong adalah program Program Percepatan Penurunan Stunting (PPS) yang merupakan bagian dari Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting (Stranas Stunting).

Dampak daripada stunting dapat ditinjau dalam waktu dekat dan juga berkepanjangan. Dampak yang dapat ditinjau dalam waktu dekat terdiri dari kurang optimalnya kemampuan kognitif, motorik dan bahasa, mortalitas dan morbiditas yang meningkat, serta kebutuhan biaya pengobatan untuk anak sakit yang semakin membesar. Kemudian dampak berkepanjangan dari stunting yaitu tinggi badan yang kurang optimal saat tumbuh dewasa, kesehatan reproduksi

terganggu, obesitas, performa di sekolah buruk dengan kapasitas belajar yang tidak maksimal serta produktivitas dan kapasitas kerja yang menurun. Badan Perencanaan dan Pembangunan Nasional Republik Indonesia (Bappenas RI) juga menyatakan bahwa stunting merupakan permasalahan utama perihal gizi yang mampu berdampak dalam kehidupan sosial dan ekonomi (Thontowi Djauhari NS, 2017).

Faktor yang berhubungan dengan status gizi kronis pada anak balita tidak sama antara wilayah perkotaan dan pedesaan, sehingga upaya penanggulangannya harus disesuaikan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting. Stunting merupakan masalah gizi utama yang akan berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Ibu memegang peranan penting dalam mendukung upaya mengatasi masalah gizi, terutama dalam hal asupan gizi keluarga, mulai dari penyiapan makanan, pemilihan bahan makanan, sampai menu makanan. Ibu yang memiliki status gizi baik akan melahirkan anak yang bergizi baik.

Stunting adalah masalah gizi utama yang akan berdampak pada kehidupan sosial dan ekonomi dalam masyarakat. Selain itu, stunting dapat berpengaruh pada anak balita pada jangka panjang yaitu mengganggu kesehatan, pendidikan serta produktifitasnya di kemudian hari. Anak balita stunting cenderung akan sulit mencapai potensi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal baik secara fisik maupun psikomotorik (Badan Perencanaan Pembangunan Nasional, 2012).

Kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan pangan baik dalam jumlah maupun mutu gizinya sangat berpengaruh bagi status gizi anak. Sebagaimana diketahui bahwa asupan zat gizi yang optimal menunjang tumbuh kembang balita baik secara fisik, psikis, maupun motorik atau dengan kata lain, asupan zat gizi yang optimal pada saat ini merupakan gambaran pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pula di hari depan. Berbagai program telah dijalankan, seperti Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kepada ibu hamil dan anak-anak berupa susu dan telur puyuh, serta edukasi tentang gizi kepada masyarakat.

## **METODE PELAKSANAAN**

### **A. Tahap Persiapan**

Tahap persiapan dilaksanakan untuk memastikan kegiatan KKN Universitas Tidar berjalan secara terencana, efektif, dan tepat sasaran. Pada tahap ini, mahasiswa KKN Universitas Tidar melakukan koordinasi dengan Kepala Desa Gambasan dan Bidan Desa setempat terkait penentuan waktu, lokasi, serta teknis pelaksanaan kegiatan. Berdasarkan hasil koordinasi, kegiatan disepakati untuk dilaksanakan pada Rabu, 21 Januari 2026, bertempat di Gedung Mangku Praja Desa Gambasan. Selain itu, dilakukan pendataan dan penetapan kelompok sasaran kegiatan, yang meliputi Bidan Desa, ibu hamil, serta orang tua yang memiliki balita terindikasi stunting. Jumlah peserta yang terlibat dalam kegiatan ini sekitar 20 orang.

Persiapan juga mencakup penyusunan materi sosialisasi dan penyuluhan terkait stunting. Materi yang disiapkan meliputi pengertian dan cara mengenali stunting, upaya pencegahan dan penanganan stunting, pemantauan tumbuh kembang balita melalui Buku KMS, pentingnya inisiasi menyusui dini (IMD), serta pemberian MP-ASI yang sesuai dengan kebutuhan gizi balita. Untuk menunjang kelancaran kegiatan, disiapkan sarana dan prasarana berupa proyektor, laptop, bahan presentasi (Power Point), sound system aktif, serta makanan tambahan sebagai bentuk intervensi gizi bagi balita.

### **B. Tahap Pelaksanaan**

Tahap pelaksanaan merupakan inti dari kegiatan KKN Universitas Tidar dalam upaya pencegahan dan penanggulangan stunting di Desa Gambasan. Kegiatan diawali dengan pembukaan dan sambutan dari pihak Kepala Desa, ketua KKN kemudian

dilanjutkan dengan sosialisasi dan penyuluhan yang disampaikan oleh Bidan Desa Gambasan menggunakan media presentasi.

Materi disampaikan secara komunikatif dan tanya jawab agar mudah dipahami oleh seluruh peserta, khususnya ibu hamil dan orang tua balita. Dalam kegiatan ini, peserta memperoleh pemahaman mengenai tanda-tanda stunting sejak dini, langkah pencegahan melalui pemenuhan gizi seimbang, serta penanganan awal bagi anak yang terindikasi stunting.

Selain itu, peserta juga diberikan edukasi terkait pemantauan pertumbuhan balita melalui Buku KMS, edukasi pemberian ASI sejak dini, serta pemberian MP-ASI yang tepat sesuai usia dan kebutuhan gizi anak. Sebagai bentuk dukungan nyata terhadap perbaikan status gizi balita, kegiatan ini disertai dengan pemberian makanan tambahan kepada balita. Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menekan angka stunting di Desa Gambasan.

### **C. Tahap Evaluasi**

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai dan mengetahui keberhasilan kegiatan KKN Universitas Tidar yang telah dilaksanakan. Evaluasi dilakukan dengan mengamati tingkat partisipasi dan antusiasme peserta selama kegiatan berlangsung, serta menilai pemahaman peserta terhadap materi melalui sesi tanya jawab dan diskusi. Selain itu, dilakukan peninjauan terhadap pemahaman orang tua dalam memanfaatkan Buku KMS sebagai alat pemantauan tumbuh kembang balita. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi dan penyuluhan mampu meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan dan penanganan stunting. sehingga, upaya penanggulangan stunting di Desa Gambasan diharapkan dapat dilakukan secara berkelanjutan dan lebih optimal.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Tidar bekerjasama dengan Bidan desa dalam melaksanakan program kerja utama yang berfokus pada Pemberian Makanan Tambahan (PMT), sosialisasi pola asuh anak dan gizi seimbang dalam upaya mendukung pencegahan stunting di Desa Gambasan. Kegiatan ini tidak hanya memberikan pemahaman komprehensif mengenai pengertian stunting, faktor-faktor penyebab, serta dampak jangka pendek dan jangka panjangnya terhadap tumbuh kembang anak, tetapi juga dilengkapi dengan edukasi praktis yang aplikatif mengenai pola asuh yang tepat, pengaturan pola makan sehat, serta pentingnya pemenuhan gizi seimbang guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal. Adapun capaian dari pelaksanaan kegiatan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut.

### **A. Kegiatan Sosialisasi Pola Asuh Anak dan Gizi Seimbang**

Kegiatan sosialisasi pola asuh anak dan gizi seimbang diselenggarakan di Gedung Serbaguna Mangku Praja Desa Gambasan dengan sasaran utama balita, ibu balita, dan ibu hamil. Kegiatan sosialisasi disampaikan oleh narasumber Bidan Rizna Fauzia Ratna Dewi, A. Md. Keb. materi yang dibahas meliputi pentingnya penerapan pola asuh yang tepat serta pemenuhan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini. Mengacu pada Peraturan Presiden (PERPRES) Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting, salah satu strategi nasional yang ditekankan adalah peningkatan edukasi dan perubahan perilaku masyarakat terkait pentingnya gizi seimbang .

Selain melaksanakan kegiatan sosialisasi, tim juga memberikan contoh resep Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang sederhana dan bernilai gizi tinggi, yaitu nugget brokoli dan bola kentung sayur. Pemilihan resep tersebut didasarkan pada ketersediaan

bahan yang mudah ditemukan di lingkungan sekitar, proses pengolahan yang praktis, serta kandungan gizi yang baik, sehingga dapat dijadikan sebagai alternatif makanan sehat bagi balita dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan mereka. Resep-resep tersebut disajikan dalam bentuk leaflet yang kemudian dibagikan kepada para ibu yang mengikuti kegiatan sosialisasi pola asuh anak dan gizi seimbang. Melalui penggunaan media pendukung ini, diharapkan informasi yang disampaikan tidak hanya diterima saat kegiatan berlangsung, tetapi juga dapat diterapkan secara berkelanjutan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini merupakan wujud komitmen mahasiswa KKN Universitas Tidar dalam meningkatkan kesadaran gizi masyarakat serta memperkuat peran keluarga dalam upaya penurunan angka stunting di Desa Gambasan. Sejalan dengan kebijakan tersebut, kegiatan sosialisasi yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN di Desa Gambasan diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran orang tua dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.



**Gambar 1. Dokumentasi Sosialisasi Pola Asuh Anak dan Gizi Seimbang**



**Gambar 2. Kegiatan Sosialisasi Pola Asuh Anak dan Gizi Seimbang**

## **B. Pemberian Bibit Katuk untuk Ibu Hamil**

Pemberian bibit katuk kepada ibu hamil merupakan salah satu strategi promotif dan preventif berbasis pemanfaatan pangan lokal yang bertujuan untuk meningkatkan ketersediaan sumber zat gizi mikro dan makro di tingkat rumah tangga. Tanaman katuk (*Sauropus androgynus*) diketahui mengandung zat besi, asam folat, kalsium, serta berbagai vitamin esensial yang berperan penting dalam mendukung status gizi ibu hamil, mencegah anemia, serta menunjang proses pertumbuhan dan perkembangan janin secara optimal (sitasi). Program pemberian bibit katuk ini tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil, tetapi juga bertujuan untuk mendorong kemandirian pangan keluarga melalui optimalisasi pemanfaatan pekarangan rumah. Selain itu, program ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran keluarga akan pentingnya konsumsi pangan bergizi seimbang yang bersumber dari potensi lokal. Melalui pemberian bibit katuk yang disertai dengan edukasi mengenai teknik budidaya sederhana dan pengolahan yang aman, ibu hamil diharapkan dapat memperoleh sumber sayuran bergizi secara berkelanjutan, sehingga berkontribusi terhadap pencegahan anemia dan penurunan risiko stunting sejak masa kehamilan.



**Gambar 3. Pemberian Bibit Katuk untuk Ibu Hamil**

### C. Kegiatan Posyandu

Kegiatan Posyandu di Desa Gambasan dilaksanakan sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting dengan sasaran utama balita, ibu balita dan ibu hamil. Kegiatan ini meliputi pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak melalui penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, serta pencatatan status gizi balita. Selain itu, orang tua juga mendapatkan edukasi mengenai pola asuh anak dan pemenuhan gizi seimbang. Kegiatan Posyandu ini didukung oleh Ibu Bidan Rizna Fauzia Ratna Dewi, A. Md. Keb. sebagai kader kesehatan desa serta mahasiswa KKN. Selaras dengan Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting, Posyandu menjadi salah satu sarana strategis dalam meningkatkan edukasi, pelayanan kesehatan dasar, dan perubahan perilaku masyarakat terkait pentingnya gizi seimbang dan pemantauan kesehatan anak secara berkala.



Gambar 4. Kegiatan Posyandu



Gambar 5. Dokumentasi Kegiatan Posyandu

### SIMPULAN

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa sosialisasi pola asuh, pemberian Makanan Tambahan (PMT), dan pembagian bibit katuk mampu meningkatkan pemahaman serta kesadaran orang tua dan ibu hamil mengenai urgensi pencegahan stunting. Penggabungan antara edukasi teoretis dengan intervensi gizi berbasis pangan lokal (seperti resep nugget sayur dan budidaya katuk) hal ini memberikan dampak positif berupa meningkatnya keterampilan orang tua dalam mempersiapkan asupan gizi mandiri dan berkelanjutan bagi keluarga. Implikasi dari kegiatan ini adalah menguatnya peran aktif masyarakat dalam memantau tumbuh kembang anak melalui Posyandu dan buku KMS, yang diharapkan dapat menekan angka stunting di Desa Gambasan secara jangka panjang. Kegiatan ini juga memperkuat sinergi antara mahasiswa, Bidan Desa, dan kader Posyandu dalam mendukung Program Percepatan Penurunan Stunting (PPS). Dengan adanya peningkatan partisipasi masyarakat di Posyandu dan adopsi pola makan sehat di rumah tangga, kegiatan ini memberikan implikasi keberlanjutan yang kuat bagi pencegahan stunting di Kecamatan Selopampang desa Gambasan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. (2012). *PEDOMAN PERENCANAAN PROGRAM Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi Dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK)*.
- Budiastutik, I., & Rahfiludin, M. Z. (2019). *Faktor Risiko Stunting pada anak di Negara Berkembang Risk Factors of Child Stunting in Developing Countries*. 122–126.

<https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.122-129>

Ohyver, M., Moniaga, J. V., & Restisa, K. (2017). Logistic regression and growth nutritional and stunting status: A review. *Procedia Computer Science*, 1877–0509.

Thontowi Djauhari NS. (2017). Gizi dan 1000 hpk. *Bagian Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang*, 13. No 2, 125–133.

## LAMPIRAN



**Gambar 6. Dokumentasi Kegiatan Posyandu**



**Gambar 7. Sosialisasi Gizi Seimbang di Posyandu**