



Pemberdayaan Masyarakat Desa dalam Mengurangi Stunting

Neng Virly Apriliyani¹, Ali Muhammad Johan¹, Tedi Rizalihadi¹, Andriansyah¹,
Taufiqurohman¹

¹Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

ARTICLE INFO

Volume 11 Issue 1 (April 2025) e-ISSN 2550-1143 doi: 10.30997/gh.v11i1.18670	Corresponding Author: Neng Virly Apriliyani E-mail: neng_virlyapriliani@student.umj.ac.id	Article history: Received: 21-03-2025 Accepted: 10-04-2025 Available online: 24-04-2025
---	--	---

How to Cite:

Apriliyani, N. V., Johan, A. M., Rizalihadi, T., Andriansyah, & Taufiqurohman. (2025). Pemberdayaan Masyarakat Desa dalam Mengurangi Stunting. *Qardhul Hasan: Media Pengabdian Kepada Masyarakat*, 11(1), 109-121. <https://doi.org/10.30997/gh.v11i1.18670>

ABSTRACT

Stunting is a problem of malnutrition that has many negative impacts on a child. So it requires special attention in prevention. One form of preventing stunting is providing education to pregnant women and mothers with children under five. The aim of this community service is to provide education so that public knowledge of stunting increases so that it will have an impact on reducing stunting cases in Sembalun Bumbung Village. The methods used in community service activities are divided into 3 stages, namely the preparation, implementation, and final and evaluation stages. Community service activities were carried out in Sembalun Bumbung Village with 38 participants, namely pregnant women and mothers with children under five. To measure the success of the activity, a posttest and pretest were carried out on participants who took part in community service activities. The results of the pretest and posttest measurements obtained before the service were carried out were 80%, while after the service activities were carried out, 98% of the participants were able to answer correctly. This increase in knowledge indicates that the activities that have been implemented are effective.

Keywords: community empowerment, stunting, nutritious food.

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kekurangan gizi yang mempunyai banyak dampak buruk bagi seorang anak. Sehingga memerlukan perhatian khusus dalam pencegahannya. Salah satu bentuk pencegahan stunting adalah melakukan penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu yang mempunyai anak balita. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan penyuluhan agar pengetahuan masyarakat terhadap stunting meningkat sehingga akan berdampak pada penurunan kasus stunting di Desa Sembalun Bumbung. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat dibagi menjadi 3 tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, serta tahap akhir dan evaluasi. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Sembalun Bumbung dengan peserta yaitu ibu hamil dan ibu yang mempunyai anak balita dengan jumlah 38 peserta. Untuk mengukur keberhasilan kegiatan dilaksanakan posttest dan pretest terhadap para peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Hasil dari pengukuran pretest dan posttest didapat sebelum dilaksanakan pengabdian sebesar 80% sedangkan setelah dilakukan kegiatan pengabdian didapat sebesar 98% peserta yang dapat menjawab benar. Peningkatan pengetahuan tersebut menandakan bahwa kegiatan yang telah dilaksanakan sudah efektif.

Kata kunci: pemberdayaan masyarakat, stunting, makanan bergizi.



Available online at <https://ojs.unida.ac.id/QH>

Copyright (c) 2025 by Qardhul Hasan: Media Pengabdian kepada Masyarakat



1. Pendahuluan

Menurut (Kemenkes RI, 2018) Stunting merupakan permasalahan kekurangan gizi jangka panjang yang bisa mengakibatkan tumbuh kembang pada anak bermasalah, dimana tinggi badan anak lebih besar atau kurang dari standar usianya. Stunting atau permasalahan kekurangan gizi sudah menjadi isu kesehatan global yang memerlukan perhatian khusus karena terdapat banyak dampak buruk yang ditimbulkan dari stunting ini. Di Indonesia sendiri, stunting masih menjadi permasalahan Kesehatan Masyarakat yang menjadi perhatian serius. Dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2020-2024 stunting menjadi prioritas di bidang kesehatan dengan menargetkan angka stunting di Indonesia mampu mencapai 14% (Wididiati, Nurcahyanto, & Marom, 2023). Kenaikan angka stunting di Indonesia cukup mengkhawatirkan karena telah masuk ke Asia Tenggara dengan prevalensi stunting tertinggi ketiga, dengan rata-rata prevalensi 36,4% (Astuti, Suryani, Putri, & Arsyad, 2023). Permasalahan stunting menjadi hal yang serius pada setiap daerah, termasuk di daerah Lombok Timur. Lombok Timur adalah salah satu Kabupaten di Indonesia yang mempunyai prevalensi stunting cukup tinggi. Berdasarkan data dari Riskesdas/SSGI/SKI (2023) di Lombok Timur ada sebesar 27,6% balita mengalami stunting. Sedangkan berdasarkan e-PPGBM (2023) sebesar 16,18% balita mengalami stunting di Lombok Timur. Untuk dampak jangka pendek stunting menyebabkan terganggunya perkembangan kecerdasan otak, gangguan pertumbuhan dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan dampak jangka Panjang yang disebabkan oleh stunting yaitu terganggunya kemampuan kognitif, serta penurunan kekebalan tubuh. Stunting terjadi akibat seorang bayi pertumbuhannya tidak optimal akibat asupan gizi yang diterima 1000 hari pertama kehidupan tidak terjaga dengan baik. Banyak cara untuk menghentikan stunting salah satunya adalah dengan melakukan perbaikan pada pola makan, pola asuh, serta menjaga kebersihan (Roshana; Sari et al., 2024).

Lebih lanjut, stunting juga berpengaruh pada psikologis, biologis, sosiologis, dan spiritual balita. Untuk dampak terhadap biologis yang dapat dilihat pada peryumbuhan yang lambat, dapat dilihat dari berat dan tinggi badan dibawah normal. Sedangkan dampak psikologisnya, ditandai dengan rendahnya kepercayaan diri anak dan berisiko pula munculnya masalah keluarga terutama ketika menginjak usia remaja. Tidak hanya itu, anak dengan stunting juga mudah cemas dan sangat rentan mengalami depresi (Rafika; Ni Wayan Ekariani, I Wayan Sukarya, 2023). Sedangkan untuk dampak pada sosiologisnya, adalah penderita akan lebih berdiam diri bahkan sampai mengurung diri. Sedangkan untuk dampak spiritualnya, adalah munculnya rasa tidak percaya seorang anak terhadap keberadaan Tuhan sehingga mengakibatkan jarang berdoa (Ni Wayan Ekariani, I Wayan Sukarya, 2023).

Dengan dampak tersebut tentunya patutlah kita membantu dalam proses pencegahan berkembangnya kasus stunting tersebut. Dengan demikian, dosen dan mahasiswa Program Studi Doktor Administrasi Publik Universitas Muhammadiyah Jakarta melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan dengan focus pencegahan stunting. Kegiatan pengabdian tersebut dilaksanakan di Desa



Semalun Bambung yang merupakan salah satu desa yang berada di Lombok Timur. Desa Semalun Bambung berada di ketinggian 1.200m diatas permukaan laut yang memiliki luas wilayah 5.597Ha (wati, 2022). Dalam kegiatan ini perlu partisipasi masyarakat karena kesuksesan suatu program sangat ditentukan oleh partisipasi masyarakat (Pratidina et al., 2022).

Kegiatan pengabdian masyarakat tidak hanya bermanfaat bagi masyarakat, tetapi juga bagi mahasiswa. Melalui kegiatan ini, mahasiswa dapat mengidentifikasi permasalahan yang ada di masyarakat serta memberikan solusi dengan menerapkan ilmu yang telah mereka pelajari. Selain itu, pengabdian masyarakat juga berfungsi sebagai sarana latihan bagi mahasiswa sebagai calon sarjana yang akan terjun langsung ke dalam kehidupan bermasyarakat. (Noor. HM. idris, 2010).

2. Materi dan Metode

Untuk meningkatkan pengetahuan dilaksanakan penyuluhan dan pendampingan kepada Masyarakat desa terutama para ibu hamil dan ibu yang memiliki anak balita. Tujuan pengabdian ini adalah untuk memberikan pengetahuan juga pemahaman mengenai makanan bergizi agar para balita tidak mengalami stunting. Dibawah ini adalah tahapan yang akan dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat (Virly et al., 2024) (Pratidina, Wahyudin, Apriliyani, & Amalia, 2023) :

1. Persiapan: pada bagian ini, dilakukan beberapa tahapan yang dilakukan (Purnamasari, et al., 2023) seperti : a. Identifikasi masalah yang sedang dihadapi oleh mitra, setelah mendapatkan gambaran terkait permasalahan mitral lalu tim pengabdian Masyarakat berkoordinasi dengan pemerintahan setempat dalam hal ini adalah Perangkat Desa, RT, dan RW. b. Tahap selanjutnya yaitu menentukan responden dan jadwal yang tepat untuk pelaksanaan penyuluhan dan pendampingan. c. Pembuatan pertanyaan posttes dan pretes untuk mengukur sejauhmana pengetahuan masyarakat tentang makanan bergizi dan stunting sehingga hasil dari tes tersebut dapat dijadikan sebagai alat ukur keberhasilan dari pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat yang akan dilakukan (Maria, et al., 2022) (Wahyudin, et al., 2024).

2. Pelaksanaan: Kegiatan inti dari Kegiatan Pengabdian Masyarakat. Terdiri dari beberapa kegiatan : a. Tahapan pertama melaksanakan *pretest* kepada peserta terkait makanan bergizi dan stunting. b. Pelaksanaan penyuluhan mengenai makanan bergizi dan seputar stunting. c. Melaksanakan *posttest* kepada peserta.

3. Tahap Akhir dan Evaluasi : a. Melaksanakan *posttest*, setelah melaksanakan penyuluhan dilaksanakan kegiatan *posttest* untuk mengetahui sejauhmana materi yang diberikan dapat diserap oleh para peserta. b. Pembuatan laporan akhir dan luaran kegiatan pengabdian kepada Masyarakat (Rahmawati, et al., 2023) .

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat merupakan salah satu dari kegiatan wajib Tri Darma Perguruan Tinggi yang harus dijalankan oleh Dosen dan mahasiswa. Kegiatan pengabdian bertujuan untuk membantu Masyarakat dalam beberapa kegiatan dalam rangka mengembangkan kemajuan dan kesejahteraan Masyarakat. Bentuk dari pengabdian Masyarakat cukup beragam seperti mengajar, bakti sosial dan juga bisa dalam bentuk pelatihan dan penyuluhan kepada Masyarakat untuk meningkatkan kemampuan Sumber Daya Manusia di Lokasi pengabdian. Kegiatan pengabdian ini merupakan kegiatan rutin yang dilakukan oleh program studi Doktor Administrasi Publik Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Jakarta. Dalam kegiatan ini tentu pelibatan mahasiswa menjadi suatu kewajiban. Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari selasa 18 februari 2025. Kegiatan pengabdian tersebut dilaksanakan di aula desa Bumbung Sembalun kecamatan Sembalun Kabupaten Lombok Timur. Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini adalah mengenai makanan bergizi dan stunting dengan paparan yang disajikan dalam bentuk powerpoint yang sudah dibuat sedemikian rupa agar para peserta mudah memahami materi yang disampaikan (Virly et al., 2024). Berikut adalah materi mengenai stunting dan makanan bergizi yang disampaikan kepada masyarakat, dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1 Materi penyuluhan

Selain pemaparan materi sebagai bentuk penyuluhan yang diberikan, masyarakat juga diberikan Latihan soal berupa posttes dan pretest. Hasil dari tes tersebut dijadikan sebagai indikator keberhasilan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat. Berikut adalah dokumentasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian, dapat dilihat pada gambar 2.

Untuk pengukuran Tingkat keterampilan dan pengetahuan peserta kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan posttest dan pretest dengan 12 pertanyaan yang diberikan kepada 38 peserta yang semuanya merupakan ibu hamil dan ibu yang mempunyai anak balita.



Gambar 2 Kegiatan pengabdian

3.1. Pengetahuan Stunting

Tabel 1 Pengertian stunting

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Gangguan Tinggi Badan	25	65.8	38	100
2	Penyakit Menular	0	0.0	0	0
3	Gangguan Mental	0	0.0	0	0
4	Gangguan Berat badan	13	34.2	0	0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 1, pengetahuan masyarakat terhadap pengertian stunting sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 65,8 % Masyarakat yang memahami pengertian dari stunting. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 100% masyarakat sudah memahami pengertian dari stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta mengenai pengertian dari stunting. stunting merupakan Gangguan pertumbuhan tinggi badan akibat kekurangan gizi kronis yang sangat berbahaya karena mempunyai dampak jangka pendek dan jangka Panjang yang akan mempengaruhi kehidupan seorang anak. Stunting dapat dimulai sejak janin masih dalam kandungan dan sering kali tidak terlihat hingga anak berusia dua tahun (Kemenkes RI, 2018). Menurut Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan, pada tahun 2021, stunting mempengaruhi 24,5% bayi baru lahir dan balita di Jawa Barat. Rendahnya tingkat pendidikan serta sulitnya akses terhadap informasi menyebabkan rendahnya pemahaman masyarakat, khususnya ibu yang memiliki balita, tentang stunting (Kholia, T., Fara, Y. D., & Mayasari, A. T., 2020).

Oleh karena itu, diperlukan peningkatan kesadaran masyarakat mengenai stunting pada anak, terutama di kalangan ibu yang memiliki balita, serta pentingnya peran gizi dalam pencegahan stunting. Ibu hamil disarankan untuk rutin berolahraga, baik selama kehamilan maupun setelah melahirkan. Selain itu, ibu harus menjalani setidaknya empat kali pemeriksaan kehamilan (antenatal care), mengonsumsi makanan bergizi, serta mengonsumsi asam folat dan pil penambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan (Alfarisi, R., Nurmalarasi, Y., & Nabilla, 2019; Dewi Nurlaela Sari et al., 2024).



Setelah bayi lahir, ibu dianjurkan untuk memberikan ASI eksklusif selama enam bulan, kemudian menambahkan makanan pendamping ASI (MPASI) serta suplemen vitamin sesuai kebutuhan (Dewi Nurlaela Sari et al., 2024; Wicaksana, 2016). Pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) bertujuan untuk perbaikan gizi dan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi berusia di atas 6 bulan (Asmawati, 2023). Pemberian ASI sebaiknya dilanjutkan hingga anak berusia dua tahun, sambil secara rutin membawa anak ke posyandu untuk pemantauan pertumbuhan dan perkembangan (Dewi Nurlaela Sari et al., 2024).

Tabel 2 Faktor utama stunting

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Kurangnya asupan gizi	35	92.1	38	100
2	Kurangnya aktivitas fisik	3	7.9	0	0
3	Terlalu sering bermain gadget	0	0.0	0	0
4	Pola tidur yang tidak teratur	0	0.0	0	0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 2, pengetahuan masyarakat terhadap factor utama stunting sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 92,1 % Masyarakat yang mengetahui faktor utama dari stunting. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 100% masyarakat sudah mengetahui mengetahui faktor utama dari stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta. Faktor utama seorang anak mengalami stunting salah satunya adalah kurangnya asupan gizi, seperti ibu hamil yang kekurangan protein, zat besi, dan asam folat, lalu pola makan anak yang tidak memenuhi nutrisi serta kurangnya ASI eksklusif dan pemberian dari MPASI yang kurang sesuai. Pencegahan stunting terbaik dilakukan pada masa awal kehamilan. Dari awal masa kehamilan, pencegahan stunting dapat dilakukan dengan meningkatkan asupan zat besi dan asam folat untuk ibu. (Nestlé Health Science, 2025).

Tabel 3 Usia anak stunting

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	0 – 6 bulan	4	10.5	2	5.26
2	6 – 12 bulan	9	23.7	1	2.63
3	Di bawah 2 tahun	25	65.8	35	92.11
4	Di atas 5 tahun	0	0.0	0	0.00
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 3, pengetahuan masyarakat terhadap usia anak stunting sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 65,8 % Masyarakat yang mengetahui usia anak stunting. Berbeda

dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 92,11% masyarakat sudah mengetahui factor utama penyebab stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan.

Tabel 4 Dampak jangka panjang stunting

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Kesulitan belajar	36	94.7	38	100
2	Meningkatkan kecerdasan	1	2.6	0	0
3	Menambah daya tahan tubuh	1	2.6	0	0
4	Tidak ada dampak yang berarti	0	0.0	0	0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 4, pengetahuan masyarakat terhadap dampak jangka panjang stunting sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 94,7 % Masyarakat yang mengetahui dampak jangka panjang dari stunting. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 100% masyarakat sudah mengetahui dampak jangka panjang dari stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta. Dengan kondisi kesulitan belajar akibat stunting dapat menyebabkan dampak terhadap prestasi dan belajar anak di sekolah. Bukan hanya itu, saat dewasa pun anak akan mengalami penurunan produktivitas serta kinerja pada otak (Karlina, 2024)

Tabel 5 Tanda anak stunting

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Tinggi badan lebih pendek	28	73.7	38	100
2	Wajah pucat dan sering sakit	10	26.3	0	0
3	Berat badan berlebih	0	0.0	0	0
4	Cepat lelah saat bermain	0	0.0	0	0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 5, pengetahuan masyarakat terhadap tanda anak stunting sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 73,7 % Masyarakat yang mengetahui tanda anak yang mengalami stunting. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 100% masyarakat sudah mengetahui tanda anak yang mengalami stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta.

Tabel 6 Pencegahan stunting

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	100 hari pertama kehidupan	17	44.7	2	5.3
2	1000 hari pertama kehidupan	21	55.3	36	94.7

3	Setelah anak berusia 5 tahun	0	0.0	0	0.0
4	Saat anak mulai sekolah dasar	0	0.0	0	0.0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 6, pengetahuan masyarakat terhadap pencegahan stunting sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 55,3% masyarakat yang mengetahui priode pencegahan stunting paling efektif dilakukan. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 94,7% masyarakat sudah mengetahui priode priode pencegahan stunting paling efektif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta.

3.2. Pengetahuan Mengenai Makanan Bergizi

Tabel 7 Makanan bergizi

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Nasi putih saja	1	2.6	0	0
2	Makanan cepat saji dan gorengan	1	2.6	0	0
3	Makanan dengan protein, karbohidrat, vitamin, dan mineral seimbang	36	94.7	38	100
4	Makanan tinggi gula dan garam	0	0.0	0	0
	Jumlah	38	100.00	38	100

Berdasarkan Tabel 7, pengetahuan masyarakat terhadap makanan bergizi sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 94,7 % Masyarakat yang mengetahui makanan yang mengandung zat gizi penting untuk mencegah stunting. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 100% masyarakat sudah mengetahui tanda anak yang mengalami stunting. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta. makanan bergizi bagi anak merupakan hal yang sangat penting untuk pertumbuhannya. Bahkan sejak dalam kandungan, seorang ibu harus memperhatikan makanan yang dikonsumsinya agar perkembangan janin yang dikandungnya berkembang dengan baik. Asupan nutrisi yang cukup dan seimbang tidak hanya berpengaruh pada kondisi fisik, tetapi juga pada perkembangan otak, sistem imun, serta kesejahteraan secara keseluruhan. Bagi anak, terutama pada usia pertumbuhan, makanan bergizi membantu dalam meningkatkan daya tahan tubuh, memperkuat tulang dan otot, serta mendukung perkembangan kognitif. Kekurangan nutrisi pada masa ini dapat berdampak jangka panjang, seperti gangguan pertumbuhan dan penurunan fungsi kognitif. Oleh karena itu, penting untuk memastikan anak mengonsumsi makanan yang kaya akan protein, vitamin, mineral, serta lemak sehat. Sedangkan, bagi seorang ibu hamil kebutuhan gizi meningkat karena harus mencukupi kebutuhan dirinya sendiri sekaligus janin yang dikandungnya. Nutrisi yang baik serta cukup dapat membantu perkembangan janin sehingga janin akan sehat, mencegah komplikasi kehamilan, serta mendukung kesehatan ibu pasca melahirkan. Zat penting



seperti asam folat, zat besi, kalsium, serta omega-3 menjadi nutrisi utama yang harus diperhatikan selama masa kehamilan.

Tabel 8 Makanan tinggi protein

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Mi instan dan keripik	0	0	0	0
2	Ikan, telur, dan tempe	38	100	38	100
3	Permen dan es krim	0	0	0	0
4	Minuman bersoda	0	0	0	0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa pengetahuan Masyarakat terhadap makanan yang mengandung protein tinggi dan baik untuk anak sudah sangat baik. Sebanyak 100% masyarakat sudah menjawab dengan tepat. Makanan tinggi protein merupakan sumber nutrisi penting yang berperan untuk membangun dan memperbaiki jaringan tubuh, mendukung pertumbuhan otot, serta meningkatkan sistem kekebalan tubuh. Protein juga berfungsi sebagai komponen utama dalam pembentukan enzim dan hormon yang diperlukan untuk berbagai proses metabolisme. Mengonsumsi makanan tinggi protein dalam jumlah yang cukup dan seimbang sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh, terutama bagi anak-anak yang sedang dalam masa pertumbuhan serta ibu hamil.

Tabel 9 Vitamin pertumbuhan tulang

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Vitamin A	15	39.5	4	10.5
2	Vitamin B12	9	23.7	3	7.9
3	Vitamin C	4	10.5	0	0.0
4	Vitamin D	10	26.3	31	81.6
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 9, pengetahuan masyarakat terhadap vitamin pertumbuhan tulang sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 26,3 % Masyarakat yang mengetahui vitamin untuk pertumbuhan tulang. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 81,6 % masyarakat sudah mengetahui vitamin untuk pertumbuhan tulang. Mengetahui berbagai vitamin yang dibutuhkan untuk pertumbuhan seorang anak sangat penting, salah satunya adalah vitamin D yang sangat diperlukan untuk tubuh agar untuk menjaga Kesehatan tulang serta sistem kekebalan tubuh. Banyak sumber vitamin D yang mudah didapatkan seperti sinar matahari, dalam makanan seperti ikan berlemak, hati sapi, kuning telur dll, bisa juga dalam suplemen jika asupan dari matahari dan makanan kurang.

Tabel 10 Manfaat ASI

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Meningkatkan kecerdasan dan daya tahan tubuh	23	60.5	32	84.2
2	Membuat bayi lebih gemuk	12	31.6	6	15.8
3	Mengurangi kebiasaan menangis	3	7.9	0	0.0
4	Menunda pertumbuhan gigi	0	0.0	0	0.0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 10, pengetahuan masyarakat terhadap manfaat Air Susu Ibu sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 60,5 % Masyarakat yang mengetahui manfaat ASI. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 84,2 % masyarakat sudah mengetahui manfaat ASI. Air Susu Ibu merupakan makanan paling baik untuk bayi karena ASI mengandung berbagai nutrisi yang diperlukan oleh bayi untuk tumbuh kembangnya, seperti lemak, protein, mineral, vitamin serta antibody yang akan membantu melindungi bayi dari infeksi penyakit. Dengan berbagai macam kandungan yang baik dalam ASI, tentu mempunyai manfaat yang baik bagi bayi dan juga bagi ibu. Salah satu manfaat bagi bayi adalah meningkatkan kecerdasan dan daya tahan tubuh. Sedangkan manfaat bagi ibu adalah mempercepat pemulihan pasca melahirkan serta menurunkan resiko kanker.

Tabel 11 Kandungan sayur dan buah

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Lemak jenuh	5	13.2	2	5.3
2	Serat, vitamin, dan mineral	31	81.6	36	94.7
3	Karbon dioksida	2	5.3	0	0.0
4	Kafein dan alkohol	0	0.0	0	0.0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 11, pengetahuan masyarakat terhadap kandungan sayur dan buah sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 81,6% masyarakat yang mengetahui kandungan sayur dan buah. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 94,7% masyarakat sudah mengetahui kandungan sayur dan buah. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta.

Tabel 12 Makanan tinggi gula dan garam berlebihan

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Dapat menyebabkan kecanduan gadget	0	0.0	0	0
2	Dapat menghambat penyerapan gizi dan meningkatkan risiko penyakit	20	52.6	35	92.1
3	Membuat anak lebih aktif bermain	18	47.4	3	7.9
4	Membuat anak lebih cepat tumbuh tinggi	0	0.0	0	0
	Jumlah	38	100	38	100

Berdasarkan Tabel 12, pengetahuan masyarakat terhadap makanan tinggi gula dan garam berlebihan sebelum dan sesudah penyuluhan terdapat perbedaan. Sebelum dilaksanakannya penyuluhan didapat 52,6% masyarakat yang mengetahui dampak mengkonsumsi makanan tinggi gula dan garam berlebih. Berbeda dengan setelah dilaksanakannya penyuluhan, didapat 92,1% masyarakat sudah mengetahui priode priode pencegahan stunting paling efektif. Dengan demikian, pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan para peserta.

Tabel 13 Rekapitulasi pretest dan posttest

No	Jawaban	Pretest		Posttest	
		F	%	F	%
1	Pengertian Stunting	25	66	38	100
2	Usia Anak Stunting	25	66	35	92
3	Fakto Utama Stunting	35	92	38	100
4	Dampak Jangka Panjang Stunting	36	95	38	100
5	Tanda Anak Stunting	28	74	38	100
6	Penjegahan Stunting	21	55	36	95
7	Makanan Bergizi	36	95	38	100
8	Makanan Tinggi Protein	38	100	38	100
9	Vitamin Pertumbuhan Tulang	10	26	31	82
10	Manfaat ASI	23	61	32	84
11	Kandungan Sayur dan Buah	31	82	36	95
12	Makanan Tinggi Gula dan Garam Berlebihan	20	53	35	92
	Jumlah		80		98

Berdasarkan tabel 13 diatas menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan peserta pengabdian masyarakat. Dapat dibuktikan dengan tabel rekapitulasi diatas, rata-rata sebelum pelaksanaan penyuluhan dilakukan jawaban yang benar berdasarkan 12 pertanyaan atau indikator yang diberikan kepada 38 peserta penyuluhan didapat sebesar 80%. Sedangkan setelah dilaksanakan pengabdian didapat rata-rata sebesar 98% peserta yang dapat menjawab benar. Peningkatan pengetahuan tersebut menandakan bahwa kegiatan yang telah dilaksanakan sudah efektif.



4. Kesimpulan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan penyuluhan mengenai makanan bergizi dan stunting pada masyarakat Desa Sembalun Bumbuh telah dilaksanakan dengan baik dan terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai makanan bergizi dan stunting. Hal tersebut dapat dilihat pada hasil posttes dan pretest setiap indikatornya ada peningkatan secara signifikan. Hal ini membuktikan bahwa edukasi yang tepat dapat menjadi strategi penting dalam mengatasi permasalahan stunting di desa. Dari hasil rekapitulasi pretest dan posttest menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan didapat 80% sedangkan setelah pelaksanaan didapat sebesar 98%.

Dengan terlaksananya kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat memperoleh pengetahuan baru yang akan bermanfaat untuk kehidupan masyarakat. Peningkatan pengetahuan ini juga diharapkan memberikan dampak positif bagi masyarakat sehingga kasus stunting di Desa Sembalun Bumbuh menjadi menurun atau bahkan tidak akan ada lagi kasus stunting. Untuk selanjutnya diharapkan kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan secara berkelanjutan agar pengetahuan yang diperoleh masyarakat tidak hilang. Selain kegiatan penyuluhan, akan lebih baik lagi jika ada pendampingan gizi langsung kepada ibu hamil dan ibu dengan anak balita untuk memastikan penerapan pola makan bergizi.

Daftar Pustaka

- Alfarisi, R., Nurmalasari, Y Nabilla, S. (2019). Status Gizi Ibu Hamil Dapat Menyebabkan Kejadian Stunting Pada Balita. *Kebidanan Malahayati*, 5(3), 271–278. <https://doi.org/https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1404>
- Asmawati, L. (2023). Pencegahan Stunting melalui Ketahanan Pangan Lokal Banten dan Pengasuhan Digital. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Astuti, S. M., Suryani, L., Putri, D. A., & Arsyad, J. F. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita (Literature Review). *Jurnal Andragogi Kesehatan*.
- Dewi Nurlaela Sari, Zisca, R., Widyawati, Yuli Astuti, & Melysa. (2024). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Upaya Pencegahan Stunting. *IKHLAS: Jurnal Pengabdian Dosen Dan Mahasiswa*, 3(1), 66–72. <https://doi.org/10.58707/ikhlas.v3i1.996>
- Karlina, D. (2024). *Pengaruh Stunting Terhadap Hasil Belajar Anak Usia 4-6 Tahun di Kecamatan Mlati Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta.
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kholia, T., Fara, Y. D., Mayasari, A. T., & A. (2020). Hubungan Faktor Ibu Dengan Kejadian Stunting. *Maternitas Aisyah*, 1(3), 189–197. <https://proceedings.uhamka.ac.id/index.php/semnas/article/view/171>
- Maria, F., Ginung, P., Muhammad, E., Hasbiyah, D., Ruhimat, Virly, N., . . . Ramadhan, R. N. (2022, 8 2). Peningkatan Pengetahuan Danketerampilan Pemanfaatan Media



Sosial Untuk Branding Desa Wisata. *Jurnal Qardhul Hasan; Media Pengabdian kepada Masyarakat*.

- Nestlé Health Science. (2025). *PT Nestlé Indonesia*. Retrieved from <https://www.nestlehealthscience.co.id/>
- Ni Wayan Ekariani, I Wayan Sukarya, I. P. K. C. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Sebagai Strategi Percepatan Penurunan Stunting. In *Nucl. Phys.* (Vol. 13, Issue 1).
- Noor. HM. idris. (2010). Penelitian dan Pengabdian Masyarakat pada Perguruan Tinggi. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 16(3), 285–297.
- Pratidina, G., Wahyudin, C., Apriliyani, N. V., & Amalia, N. (2023). Partisipasi Masyarakat Dalam Peningkatan Desa Wisata. *Jurnal Qardhul Hasan: Media Pengabdian kepada Masyarakat*.
- Pratidina, G., Wahyudin, C., Apriliani, N. V., & Amalia, N. (2022). Partisipasi Masyarakat dalam Peningkatan Desa Wisata. *Jurnal Qardhul Hasan*, 8(2), 46–50. <https://ojs.unida.ac.id/QH/article/view/5455>
- Purnamasari, I., Rahmawati², R., Luthfie, M., Mardiah, Apriliani, A., Ramdan, F. T., . . . Ubaidilah, A. (2023). Pengembangan Desa Wisata Berbasis Potensi Lokal. *Jurnal Qardhul Hasan; Media Pengabdian kepada Masyarakat*.
- Rahmawati, R., Sastrawan, B., Pratidina, G., Apriliyani, N. V., Fitriah, M., Hasbiyah, D., . . . Wati, S. R. (2023). Empowerment Of Local Institutions For Tourism Development In Kasepuhan Sinarresmi. *Jurnal Qardhul Hasan; Media Pengabdian kepada Masyarakat*.
- Virly, N., Pratidina, G., Novando, N., Maulinda, W., Putri, Y. S., & Apriani, W. (2024). Peningkatan Pelayanan Publik Melalui Sistem Informasi Kampung Cibolang Desa Teluk Pinang. *Devosi*, 5(2), 171–181. <https://doi.org/10.33558/devosi.v5i2.9630>
- Wahyudin, C., Hasbiyah, D., Yuliawati, Septiana, M. P., Zidane, & Diaz, M. R. (2024). Collaborative Governance dalam Peningkatan Kesejahteraan Masyarakat Melalui Penyuluhan Budidaya Tanaman Seledri Teknik Hidroponik. *Qardhul Hasan; Media Pengabdian kepada Masyarakat*.
- Wati, W. (2022). *Pemberdayaan Ekonomi Masyarakat Tani dalam Mendukung Desa Wisata*. Mataram.
- Wididiati, P., Nurcahyanto, H., & Marom, A. (2023). *Implementasi Kebijakan Penanganan Stunting Di Kabupaten Lombok Timur (Studi Kasus Di Desa Lenek Duren Kecamatan Lenek)*. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro.
- Wicaksana, A. (2016). *Gambaran Pemberian Mp-Asi Dengan Kejadian Stunting*. <https://medium.com/>. <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-casea7e576e1b6bf>