



Edukasi Gizi Tanggap Darurat untuk Pencegahan Stunting Anak

Nurul Fathiyyah*¹, Rakhmalia Imeldawati², Ainun Ganisia³

¹Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dr. Soetomo

^{2,3}Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dr. Soetomo

*e-mail: nurulfathiyyah@unitomo.ac.id¹, rakhmalia@unitomo.ac.id³, ainunganisia@unitomo.ac.id²

DOI : 10.62354/healthcare.v2i3.200

Received : November 6th 2024 Accepted : December 20th 2024 Published : December 31th 2024

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah gizi kronis yang membutuhkan intervensi promotif dan preventif berbasis keluarga, terutama pada praktik pemberian makanan dan minuman anak. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan literasi gizi ibu balita dan kapasitas kader dalam ketepatan pemberian MP-ASI serta pembatasan minuman berpemanis di Desa Sawotratap, Gedangan, Sidoarjo. Metode kegiatan meliputi koordinasi mitra, survei baseline, edukasi interaktif, demonstrasi penyusunan menu MP-ASI berbasis bahan lokal, simulasi menu tanggap darurat, evaluasi *pre-test* dan *post-test*, observasi keterampilan, serta *monitoring* satu bulan. Sasaran kegiatan terdiri atas 47 ibu balita, 15 kader Posyandu, dan 8 perwakilan perangkat desa. Rerata skor pengetahuan meningkat dari 59,2 menjadi 88,5 atau naik 29,3 poin; 85% peserta mengalami peningkatan skor minimal 25 poin. Pada sesi praktik, 82% ibu mampu menyusun menu sesuai usia anak dan 78% mampu menentukan porsi protein hewani. Monitoring menunjukkan 58% keluarga mengurangi konsumsi minuman manis dan 61% ibu mulai memberikan protein hewani minimal empat kali per minggu. Edukasi partisipatif berbasis demonstrasi berpotensi memperkuat perilaku pemberian makan anak dan kesiapsiagaan gizi keluarga.

Kata kunci: edukasi gizi; MP-ASI; minuman berpemanis; stunting; tanggap darurat

Abstract

Stunting remains a chronic nutritional problem requiring family-based promotive and preventive interventions, particularly in child feeding and beverage practices. This community service aimed to improve maternal nutrition literacy and cadre capacity regarding appropriate complementary feeding and limitation of sugar-sweetened beverages in Sawotratap Village, Gedangan, Sidoarjo. The program consisted of partner coordination, baseline survey, interactive education, demonstration of local food-based complementary menus, emergency menu simulation, pre-test and post-test evaluation, skills observation, and one-month monitoring. Participants included 47 mothers of children under five, 15 Posyandu cadres, and 8 village representatives. The mean knowledge score increased from 59.2 to 88.5, with an average gain of 29.3 points; 85% of participants improved by at least 25 points. During practice, 82% of mothers were able to arrange age-appropriate menus and 78% determined adequate animal protein portions. One-month monitoring indicated that 58% of families reduced sweetened beverage consumption and 61% of mothers provided animal protein at least four times per week. Participatory education combined with demonstrations may strengthen child feeding behavior and household nutrition preparedness.

Keywords: child feeding; complementary feeding; emergency nutrition; stunting; sweetened beverage

A. PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, sanitasi yang tidak memadai, serta pola asuh dan praktik pemberian makan yang kurang tepat. Masalah ini penting karena berdampak pada perkembangan kognitif, risiko penyakit tidak menular, produktivitas, serta kualitas sumber daya manusia di masa depan. Di Indonesia, stunting masih menjadi prioritas nasional sebagaimana tercermin dalam hasil Survei Kesehatan Indonesia dan kebijakan percepatan penurunan stunting [1], [6], [7]. Secara global, laporan UNICEF/WHO/World Bank dan SOFI 2024 menegaskan bahwa kualitas diet anak, keamanan pangan, dan kemiskinan pangan anak masih berkontribusi pada beban malnutrisi [2]-[4].

Masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan dan periode usia 6-23 bulan merupakan fase kritis karena kebutuhan zat gizi tidak lagi dapat dipenuhi hanya dari ASI. WHO menekankan pentingnya MP-ASI yang adekuat, beragam, aman, responsif, dan sesuai usia [5]. Namun, praktik pemberian makan di tingkat keluarga sering menghadapi hambatan seperti rendahnya pemahaman porsi, kurangnya protein hewani, kebiasaan memberi makanan selingan rendah gizi, serta konsumsi minuman berpemanis. Temuan baseline di Desa Sawotratap menunjukkan 62% ibu belum memahami komposisi MP-ASI seimbang, 55% balita mengonsumsi minuman berpemanis minimal tiga kali per minggu, dan 38% balita memiliki tinggi badan menurut umur mendekati batas -2 SD. Kondisi ini diperkuat oleh belum tersedianya modul tanggap darurat gizi anak berbasis desa.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam penyusunan menu MP-ASI, memperkuat kapasitas kader Posyandu dalam edukasi gizi, membatasi konsumsi minuman berpemanis pada balita, serta menyusun media edukasi tanggap darurat gizi anak yang dapat digunakan secara berkelanjutan. Intervensi disusun berbasis edukasi komunitas dan demonstrasi praktik karena pendekatan tersebut terbukti lebih mudah diterima masyarakat serta dapat memfasilitasi perubahan perilaku makan anak [8]-[10].

B. METODE

Kegiatan dilaksanakan di Desa Sawotratap, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur, selama tiga bulan melalui empat tahap utama, yaitu persiapan, edukasi, demonstrasi praktik, dan evaluasi. Sasaran kegiatan adalah keluarga dengan balita usia 6-59 bulan, kader Posyandu, dan perwakilan perangkat desa. Tahap persiapan meliputi koordinasi dengan pemerintah desa, bidan desa, dan kader Posyandu; pendataan balita; serta survei baseline tentang status gizi dan pola konsumsi anak. Tahap edukasi dilakukan melalui ceramah interaktif dan diskusi kelompok mengenai 1.000 HPK, prinsip Isi Piringku, kebutuhan protein hewani, zat besi, pembatasan gula, dan risiko stunting. Tahap demonstrasi meliputi praktik penyusunan menu MP-ASI sesuai usia, pengukuran porsi, serta simulasi menu darurat berbasis bahan lokal murah seperti telur, ikan, tempe, sayuran hijau, dan buah

musiman. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test 20 soal, observasi keterampilan penyusunan menu, serta monitoring satu bulan melalui kunjungan Posyandu dan wawancara singkat. Keberhasilan kegiatan dinilai dari peningkatan skor pengetahuan, kemampuan menyusun menu, komitmen mengurangi minuman manis, serta perubahan praktik pemberian protein hewani pada anak. Mahasiswa dilibatkan sebagai enumerator, fasilitator edukasi, dokumentator, dan pengolah data kegiatan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diikuti oleh 70 peserta, terdiri atas 47 ibu balita, 15 kader Posyandu, dan 8 perwakilan perangkat desa. Tahap persiapan menghasilkan pemetaan awal terhadap 47 balita usia 6-59 bulan. Hasil baseline memperlihatkan adanya masalah pada literasi MP-ASI, konsumsi minuman berpemanis, dan risiko pertumbuhan linear. Data ini digunakan untuk menyesuaikan materi edukasi agar relevan dengan kondisi sosial ekonomi masyarakat dan ketersediaan bahan pangan lokal.

Tabel 1. Ringkasan Capaian Kegiatan Edukasi dan Demonstrasi

Indikator	Baseline/Pre-test	Hasil Setelah Kegiatan	Interpretasi
Pemahaman MP-ASI seimbang	62% ibu belum memahami komposisi gizi seimbang	Rerata post-test 88,5	Literasi gizi meningkat setelah edukasi interaktif
Skor pengetahuan	Rerata pre-test 59,2	Naik 29,3 poin; 85% peserta meningkat ≥ 25 poin	Tujuan peningkatan pengetahuan tercapai
Keterampilan menyusun menu	Belum terstruktur sesuai usia anak	82% ibu mampu menyusun menu MP-ASI sesuai usia	Demonstrasi mempermudah penerapan pesan gizi
Porsi protein hewani	Asupan protein belum konsisten	78% ibu mampu menentukan porsi protein hewani	Praktik menu lokal mendukung keberlanjutan
Minuman berpemanis	55% balita mengonsumsi ≥ 3 kali/minggu	67% ibu berkomitmen mengurangi; 58% keluarga melaporkan pengurangan saat monitoring	Perubahan perilaku mulai terbentuk
Pemberian protein hewani	Belum rutin	61% ibu memberikan protein hewani minimal 4 kali/minggu	Perlu pemantauan berkelanjutan di Posyandu

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan yang kuat setelah edukasi. Rerata skor pre-test sebesar 59,2 meningkat menjadi 88,5 pada post-test, dengan peningkatan rata-rata 29,3 poin atau 49,5%. Sebanyak 85% peserta mengalami

peningkatan skor minimal 25 poin. Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi yang diberikan melalui ceramah interaktif dan diskusi kelompok mampu memperbaiki pemahaman ibu dan kader tentang kebutuhan protein hewani, zat besi, pembatasan gula, dan prinsip Isi Piringku. Temuan tersebut sejalan dengan bukti bahwa intervensi edukasi gizi yang dirancang secara kontekstual dapat memperbaiki pengetahuan dan praktik pengasuhan makan anak [8]-[10].

Pada sesi demonstrasi, sebagian besar ibu mampu menerjemahkan materi menjadi keterampilan praktis. Sebanyak 82% ibu mampu menyusun menu MP-ASI sesuai usia anak, 78% mampu menentukan porsi protein hewani yang adekuat, dan 67% menyatakan komitmen mengurangi minuman manis kemasan. Penggunaan bahan pangan lokal menjadi keunggulan karena bahan mudah diperoleh, sesuai kebiasaan makan keluarga, serta lebih realistis untuk dilanjutkan setelah kegiatan. Bukti terkini menekankan bahwa perbaikan kualitas diet anak membutuhkan kombinasi edukasi, akses pangan bergizi, praktik pemberian makan responsif, dan dukungan lingkungan keluarga [5], [11]-[14].

Monitoring satu bulan menunjukkan adanya tanda awal perubahan perilaku keluarga. Sebanyak 58% keluarga melaporkan pengurangan konsumsi minuman manis dan 61% ibu mulai rutin memberikan protein hewani minimal empat kali per minggu. Pada sebagian balita tampak kecenderungan peningkatan berat badan sesuai kurva pertumbuhan, namun perubahan status stunting belum dapat disimpulkan karena indikator tinggi badan menurut umur memerlukan pemantauan jangka panjang. Kendala pelaksanaan meliputi variasi tingkat pendidikan ibu, kebiasaan konsumsi minuman manis yang sudah mengakar, dan keterbatasan waktu monitoring. Meskipun demikian, seluruh tahapan kegiatan dan luaran terlaksana sesuai rencana. Luaran tambahan berupa modul, buku saku, dan video edukasi memperkuat keberlanjutan program karena dapat digunakan kader saat kegiatan Posyandu rutin [3], [6], [7]. Pendekatan ini penting mengingat pencegahan stunting tidak cukup dilakukan melalui edukasi satu kali, tetapi membutuhkan pengulangan pesan, pemantauan tumbuh kembang, dan dukungan sosial di tingkat keluarga dan komunitas.

D. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi gizi tanggap darurat dan demonstrasi penyusunan MP-ASI berbasis bahan lokal di Desa Sawotratap mampu meningkatkan pengetahuan peserta, memperbaiki keterampilan ibu dalam menyusun menu sesuai usia anak, serta mendorong perubahan awal berupa pengurangan minuman berpemanis dan peningkatan pemberian protein hewani. Kelebihan kegiatan ini adalah penggunaan pendekatan partisipatif, bahan pangan lokal, dan keterlibatan kader Posyandu sehingga lebih berpeluang dilanjutkan oleh mitra. Keterbatasan kegiatan adalah durasi monitoring yang masih pendek sehingga dampak terhadap perubahan status stunting belum dapat dinilai. Pengembangan berikutnya perlu dilakukan melalui pendampingan berkala, integrasi modul dengan kegiatan Posyandu, dan pemantauan antropometri jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Sawotratap, bidan desa, kader Posyandu, ibu balita, mahasiswa pendamping, serta Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Dr. Soetomo yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2024.
- [2] UNICEF, *Child Food Poverty: Nutrition Deprivation in Early Childhood*. New York: United Nations Children's Fund, 2024.
- [3] FAO, IFAD, UNICEF, WFP, and WHO, *The State of Food Security and Nutrition in the World 2024: Financing to End Hunger, Food Insecurity and Malnutrition in All Its Forms*. Rome: FAO, 2024, doi: 10.4060/cd1254en.
- [4] UNICEF, WHO, and World Bank Group, *Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates, Key Findings of the 2024 Edition*. New York/Geneva/Washington, DC: UNICEF, WHO, and World Bank Group, 2024.
- [5] World Health Organization, *WHO Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6-23 Months of Age*. Geneva: World Health Organization, 2023.
- [6] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023.
- [7] Republik Indonesia, *Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting*. Jakarta: Sekretariat Negara, 2021.
- [8] Kementerian PPN/Bappenas, *Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi 2021-2024*. Jakarta: Kementerian PPN/Bappenas, 2021.
- [9] E. C. Keats, J. K. Das, R. A. Salam, Z. S. Lassi, A. Imdad, R. E. Black, and Z. A. Bhutta, "Effective interventions to address maternal and child malnutrition: an update of the evidence," *Lancet Child Adolesc. Health*, vol. 5, no. 5, pp. 367-384, 2021, doi: 10.1016/S2352-4642(20)30274-1.
- [10] C. G. Victora, P. Christian, L. P. Videlletti, G. Gatica-Dominguez, P. Menon, and R. E. Black, "Revisiting maternal and child undernutrition in low-income and middle-income countries: variable progress towards an unfinished agenda," *Lancet*, vol. 397, no. 10282, pp. 1388-1399, 2021, doi: 10.1016/S0140-6736(21)00394-9.
- [11] A. Mertens et al., "Causes and consequences of child growth faltering in low-resource settings," *Nature*, vol. 621, pp. 568-576, 2023, doi: 10.1038/s41586-023-06501-x.
- [12] A. Likhar and M. S. Patil, "Importance of maternal nutrition in the first 1,000 days of life and its effects on child development: a narrative review," *Cureus*, vol. 14, no. 10, e30083, 2022, doi: 10.7759/cureus.30083.
- [13] S. Scaglioni, V. De Cosmi, A. Mazzocchi, and C. Agostoni, "Nutritional habits and interventions in childhood," *Nutrients*, vol. 14, no. 13, 2715, 2022, doi: 10.3390/nu14132715.

- [14] E. J. Reverri, M. B. Arensberg, R. D. Murray, K. W. Kerr, and K. L. Wulf, "Young child nutrition: knowledge and surveillance gaps across the spectrum of feeding," *Nutrients*, vol. 14, no. 15, 3093, 2022, doi: 10.3390/nu14153093.