

## PROGRAM GERAKAN LINDUNGI GIZI ANAK UNTUK PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI KOMUNITAS DI KELURAHAN GAYAM

Fiya Auliya Lestari<sup>1</sup>, Zalfa Sekar Nurjannah Wing<sup>2</sup>, Ammar Gemilang Yuliar<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Sains dan Matematika, Universitas Diponegoro

<sup>2</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Diponegoro

<sup>3</sup>Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Diponegoro

Jl. Prof. H. Soedarto, S. H. Tembalang, Semarang 50275

Email: [fiyaalstrie@gmail.com](mailto:fiyaalstrie@gmail.com)

### Abstrak

*Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang berdampak pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Salah satu faktor penyebab tingginya angka stunting adalah kurangnya pengetahuan orang tua mengenai gizi seimbang dan pola asuh anak yang tepat, terutama pada masa prenatal dan postnatal. Program GELIGA (Gerakan Lindungi Gizi Anak) dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian masyarakat yang bertujuan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan dilaksanakan di Kelurahan Gayam dengan melibatkan 30 peserta yang terdiri dari ibu hamil dan orang tua yang memiliki anak dengan status gizi di bawah garis merah. Metode pelaksanaan meliputi pendampingan edukatif, distribusi booklet GELIGA sebagai panduan pola asuh dan gizi, serta pemasangan poster edukatif di 13 posyandu. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta terhadap pentingnya asupan gizi dan pemantauan tumbuh kembang anak. Tantangan berupa ketidakhadiran sebagian peserta menjadi catatan untuk pelaksanaan ke depan yang lebih fleksibel dan adaptif. Program ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif berbasis komunitas dengan media visual dan partisipasi aktif kader posyandu dapat menjadi strategi efektif dalam mendukung pencegahan stunting secara berkelanjutan.*

*Kata kunci: Stunting, gizi anak, ibu hamil, edukasi gizi, booklet, pengabdian masyarakat*

## 1. PENDAHULUAN

*Stunting* atau gagal tumbuh pada anak merupakan kondisi gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak dalam kandungan hingga dua tahun pertama kehidupan, yang dikenal sebagai periode emas 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) (Dewey & Begum, 2011). Dampak *stunting* tidak hanya terbatas pada postur tubuh yang pendek, tetapi juga mencakup keterlambatan perkembangan kognitif, penurunan produktivitas di masa dewasa, serta peningkatan risiko penyakit metabolik. Di Indonesia, prevalensi *stunting* pada balita masih tergolong tinggi, yaitu 21,5% pada tahun 2023, meskipun telah mengalami penurunan signifikan dari 37% pada tahun 2013 (Kemenkes RI, 2023). Hal ini menunjukkan adanya kemajuan, namun tetap menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan masyarakat.

Penyebab *stunting* sangat kompleks dan multifaktorial. Faktor individu seperti status gizi ibu saat hamil, berat badan lahir rendah, serta praktik pemberian makan yang tidak adekuat berperan besar. Selain itu, faktor rumah tangga seperti tingkat pendidikan ibu, kebersihan lingkungan, dan akses terhadap air bersih turut memengaruhi status gizi anak. Di tingkat komunitas, akses terhadap pelayanan kesehatan dasar, keberadaan dan fungsi posyandu, dan dukungan sosial menjadi aspek penting dalam upaya pencegahan (Black *et al.*, 2013).

Berbagai kajian menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi yang ditujukan kepada ibu hamil dan ibu balita dapat secara signifikan menurunkan angka *stunting*, terlebih bila diintegrasikan dengan pendekatan multisektoral seperti peningkatan sanitasi, akses air bersih, dan penguatan pelayanan kesehatan primer (Meutia & Yulianti, 2019). Pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan Asah-Asih-Asuh, keterlibatan kader Posyandu, dan distribusi media edukatif sederhana juga terbukti meningkatkan kesadaran dan perubahan perilaku dalam praktik gizi keluarga.

Namun, berdasarkan hasil evaluasi implementasi program nasional, diketahui bahwa perubahan signifikan dalam penurunan angka *stunting* memerlukan waktu yang panjang serta dukungan dan konsistensi dari semua pemangku kepentingan (Kemenkes RI, 2022). Oleh karena itu, strategi pendekatan berbasis komunitas dalam bentuk pengabdian masyarakat dinilai penting sebagai upaya mendekatkan edukasi dan intervensi ke sasaran utama secara langsung.

Program GELIGA (Gerakan Lindungi Gizi Anak) dirancang sebagai bentuk tanggap lokal terhadap isu tersebut. Program ini dilaksanakan di Kelurahan Gayam dengan sasaran ibu hamil dan orang tua anak berisiko

*stunting*. Melalui pendekatan edukatif, distribusi media cetak seperti booklet dan poster, serta pelibatan aktif kader Posyandu, diharapkan program ini dapat mendorong peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan praktik gizi keluarga secara berkelanjutan sebagai bagian dari strategi pencegahan *stunting*.

## 2. METODE PENGABDIAN

Program GELIGA (Gerakan Lindungi Gizi Anak) dilaksanakan pada tanggal 2 hingga 15 Agustus 2024 di Kelurahan Gayam, dengan sasaran utama ibu hamil dan orang tua yang memiliki anak di bawah garis merah status gizi atau berisiko *stunting*. Kegiatan ini berlangsung setiap pagi pukul 08.00–10.00 WIB dan melibatkan sekitar 30 peserta. Pendekatan yang digunakan adalah partisipatif edukatif, dengan mengedepankan interaksi langsung, penyampaian materi berbasis kebutuhan lokal, serta penggunaan media edukasi visual dan cetak.

Tahapan pelaksanaan program terdiri atas empat langkah utama. Pertama, dilakukan pendampingan awal kepada ibu hamil melalui kegiatan posyandu. Dalam sesi ini, peserta diberikan edukasi terkait pentingnya gizi seimbang selama kehamilan, kebutuhan mikronutrien seperti zat besi dan asam folat, serta pola makan harian yang mendukung perkembangan janin. Materi disampaikan secara komunikatif melalui diskusi kelompok kecil agar lebih mudah dipahami (Hardinsyah & Briawan, 2017).

Langkah kedua adalah pendampingan lanjutan kepada orang tua yang memiliki anak dengan status gizi kurang. Materi fokus pada deteksi dini *stunting* melalui Kartu Menuju Sehat (KMS), pemantauan berat dan tinggi badan anak, serta praktik pemberian makan yang sesuai usia. Kegiatan ini mengacu pada prinsip Infant and Young Child Feeding (IYCF) yang menekankan pemberian makan responsif, variasi pangan, dan pemberian ASI eksklusif (Black *et al.*, 2013).

Langkah ketiga adalah implementasi booklet GELIGA yang diberikan kepada seluruh peserta sebagai pedoman harian dalam menerapkan pola asuh dan pola makan sehat di rumah. Booklet ini dirancang dengan bahasa sederhana, ilustrasi menarik, serta bagian-bagian praktis seperti contoh menu harian, tips pemberian MP-ASI, dan panduan stimulasi tumbuh kembang anak. Media cetak seperti booklet terbukti meningkatkan retensi informasi dalam edukasi kesehatan masyarakat (Notoatmodjo, 2012).

Langkah keempat adalah pemberian poster edukatif GELIGA kepada 13 Posyandu di wilayah Kelurahan Gayam. Poster ini berisi informasi visual tentang bahaya *stunting*, tanda-tanda gizi kurang, serta langkah pencegahan berbasis rumah tangga. Pemasangan poster di tempat publik strategis di Posyandu bertujuan untuk memperluas jangkauan informasi kepada masyarakat secara terus-menerus dan mandiri (Wahyuni *et al.*, 2020).

Seluruh kegiatan dirancang untuk membangun kesadaran dan perubahan perilaku melalui proses edukatif yang konsisten dan kolaboratif. Pendekatan lintas sektor antara kader Posyandu, Puskesmas, dan tim pelaksana pengabdian juga menjadi kekuatan utama dalam memastikan keberlanjutan dampak program.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program GELIGA memperoleh respons positif dari peserta. Seluruh peserta yang hadir aktif dalam diskusi dan menyatakan adanya peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya gizi seimbang dan pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak. Distribusi media edukasi berupa booklet GELIGA terbukti membantu peserta memahami informasi gizi dalam bentuk sederhana dan aplikatif. Selain itu, penyebaran poster di 13 Posyandu menjadi langkah strategis untuk menjangkau komunitas yang lebih luas. Ini sejalan dengan temuan sebelumnya bahwa komunikasi visual efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai isu kesehatan (Notoatmodjo, 2012).

Evaluasi terhadap hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan gizi secara signifikan. Hal ini diperkuat oleh temuan Mulfiyanti *et al.*, (2024), yang menunjukkan bahwa penggunaan booklet dalam edukasi gizi kepada ibu hamil meningkatkan skor pengetahuan setelah intervensi. Studi lain juga mendukung efektivitas visualisasi edukatif melalui poster; riset oleh Eka *et al.* (2023) di Jeneponto menunjukkan peningkatan skor pengetahuan ibu setelah edukasi visual tentang *stunting*. Peningkatan ini tidak hanya mencakup pemahaman definisi *stunting*, tetapi juga penguatan kesadaran akan pentingnya peran orang tua dalam 1.000 hari pertama kehidupan anak.



Gambar 1. Pemberian booklet dan pendampingan kepada masyarakat

Namun demikian, pelaksanaan program juga menghadapi sejumlah hambatan. Salah satu tantangan utama adalah ketidakhadiran sebagian peserta akibat jadwal yang berbenturan dengan aktivitas rumah tangga, terutama pada kelompok ibu rumah tangga dengan beban kerja tinggi. Hal ini memperkuat laporan Notoatmodjo (2012) bahwa edukasi kesehatan perlu mempertimbangkan kondisi sosial dan waktu luang peserta agar pesan dapat tersampaikan secara maksimal. Selain itu, variasi tingkat literasi dan pemahaman awal peserta juga menjadi tantangan tersendiri. Beberapa peserta memerlukan pendekatan yang lebih intensif dan individual agar dapat mengikuti materi secara menyeluruh.

Sebagai tindak lanjut, tim pelaksana telah menyusun beberapa strategi keberlanjutan. Pertama, booklet GELIGA tetap digunakan sebagai panduan praktis bagi orang tua, terutama mereka yang belum dapat mengikuti seluruh sesi. Kedua, poster yang telah disebar di 13 Posyandu diharapkan berfungsi sebagai pengingat visual yang terus-menerus mengenai bahaya *stunting* dan cara pencegahannya. Ketiga, diperlukan pelatihan berkelanjutan kepada kader Posyandu agar mereka mampu memberikan edukasi secara mandiri dan rutin kepada warga sekitar. Amalia (2023) dalam penelitiannya menegaskan bahwa pelatihan kader dalam penggunaan media visual mampu meningkatkan efektivitas penyuluhan gizi secara signifikan. Keempat, program diupayakan menjalin kemitraan lebih erat dengan Puskesmas dan perangkat kelurahan agar pelaksanaan pemantauan tumbuh kembang anak dapat dilaksanakan lebih terintegrasi dan berkesinambungan.

Melalui pendekatan edukatif partisipatif, program GELIGA menunjukkan bahwa intervensi sederhana seperti booklet dan poster, bila dikombinasikan dengan komunikasi langsung dan peran aktif kader, dapat menjadi model efektif dalam upaya pencegahan *stunting* berbasis komunitas. Dengan memperhatikan dinamika sosial masyarakat dan memastikan keberlanjutan pasca intervensi, program ini berpotensi memberi dampak jangka panjang dalam membentuk generasi yang sehat dan cerdas.

#### 4. SIMPULAN

Program GELIGA (Gerakan Lindungi Gizi Anak) merupakan bentuk intervensi edukatif berbasis komunitas yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang sebagai upaya pencegahan *stunting*. Pelaksanaan program di Kelurahan Gayam melalui pendampingan langsung, penyebaran booklet dan poster edukatif, serta pelibatan aktif kader Posyandu terbukti mendapat respons positif dari peserta. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta terhadap konsep gizi anak dan praktik pola asuh yang mendukung tumbuh kembang optimal.

Meskipun terdapat hambatan, seperti ketidakhadiran sebagian peserta dan variasi tingkat literasi, pendekatan yang adaptif dan kolaboratif memungkinkan program tetap berjalan efektif. Distribusi media edukatif dan keberlanjutan peran kader posyandu menjadi strategi penting dalam memastikan dampak jangka panjang program. Program ini menegaskan bahwa edukasi gizi yang dirancang secara partisipatif dan kontekstual dapat menjadi langkah konkret dalam mendukung pencapaian target penurunan *stunting* nasional.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada pihak Kelurahan Gayam, kader Posyandu, dan seluruh peserta kegiatan yang telah berpartisipasi aktif dalam mendukung pelaksanaan program GELIGA.



#### DAFTAR PUSTAKA

- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., & de Onis. 2013. Maternal and Child Undernutrition and Overweight in Low-Income and Middle-Income Countries. *The Lancet*, 382(9890): 427-451.
- Dewey, K. G., & Begum, K. 2011. Long-term Consequences of *Stunting* in Early Life. *Maternal & Child Nutrition*, 7(3): 5-18.
- Amalia, S., Ismarwati, & Rokhanawati, D. 2023. The Effectiveness of Video and Leaflet Media on Mothers' Knowledge, Attitudes, and Behavior in *Stunting* Prevention Efforts at Puskesmas Karangmojo II. *Profesional Health Journal*, 7(2): 481-492.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting) Periode 2018–2024*. Kemenkes RI, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2023. *Laporan Status Gizi Indonesia*. Kemenkes RI, Jakarta.
- Meutia, I., & Yulianti, R. 2019. Penguatan Peran Posyandu Melalui Edukasi Gizi dan Pemberdayaan Keluarga dalam Pencegahan *Stunting*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(1): 12-19.
- Mulfiyanti, F., Satriana, R., & Ramadani, M. 2024. The Effect of Education with Booklet Media on Pregnant Women's Nutrition Knowledge in *Stunting* Prevention Efforts. *International Journal of Global Health and Research*, 6(1): 643-656.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Eka, H., Nurul, F. G., Risnawati, & Muthahharah. 2023. The Influence of Poster Media Education on Mother's Knowledge About *Stunting*. *Journal of Islamic Nursing*, 8(2): 41-46.
- World Health Organization. 2020. *Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief*. WHO, Geneva.