

Peningkatan Kesehatan Ibu dan Anak: Fokus Pada Upaya Pencegahan dan Penanganan Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sabbang Desa Bakka Kab. Luwu Utara

Asmawati ^{1*}, Andi Astri Nyiwi ², Cita ³, Andi Siti Hardianti Thamsir ⁴

¹⁻⁴ Universitas Muhammadiyah Palopo

* asmawati@umpalopo.ac.id

Abstrak

Stunting pada Balita masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang memengaruhi kualitas tumbuh kembang anak dan berdampak terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai gizi, pola asuh, pemberian makanan pendamping air susu ibu, serta kurang optimalnya pemantauan pertumbuhan anak menjadi faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak melalui upaya pencegahan dan penanganan stunting pada balita melalui edukasi kesehatan, pelatihan dan pendampingan masyarakat. Metode kegiatan melalui tahap pelatihan pembuatan makanan pendamping air susu ibu berbasis pangan lokal, penyuluhan kesehatan, pendampingan keluarga, serta pemantauan pertumbuhan balita. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan peserta mengenai pencegahan stunting setelah dilakukan pelatihan pembuatan makanan pendamping air susu ibu juga meningkatkan keterampilan membuat makanan bergizi secara mandiri, penyuluhan kesehatan memiliki tingkat pengetahuan baik setelah kegiatan berlangsung, selain itu terjadi peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu. Kesimpulannya bahwa edukasi kesehatan yang dipadukan dengan pelatihan praktik berbasis pangan lokal dan pendampingan masyarakat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat terkait pencegahan stunting.

Kata kunci: *stunting, gizi balita, penyuluhan, keterampilan, kesehatan ibu dan anak*

Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun (BKKBN, 2021). Kondisi ini ditandai dengan badan anak yang lebih pendek dibandingkan standar usianya berdasarkan indeks tinggi badan menurut umur (TB/U). Dampak stunting tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan kognitif, kemampuan belajar, produktivitas, dan kualitas sumber daya manusia di masa depan (WHO, 2025).

Berdasarkan data Survei Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting di Indonesia masih berada pada angka yang cukup tinggi meskipun mengalami penurunan dibandingkan tahun sebelumnya. Pemerintah menargetkan penurunan angka stunting menjadi 14% sesuai target nasional (Survei, 2024). Namun demikian, beberapa wilayah masih menunjukkan prevalensi stunting yang tinggi akibat berbagai faktor seperti kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi, pola asuh yang kurang tepat, rendahnya kunjungan pelayanan kesehatan, sanitasi yang kurang baik, serta kondisi sosial ekonomi keluarga (Kemkes, 2022).

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan kader kesehatan setempat, ditemukan beberapa permasalahan mendasar, antara lain rendahnya pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi seimbang pada masa kehamilan dan balita, kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya ASI eksklusif dan MP-ASI yang tepat, masih ditemukan balita dengan berat badan dan tinggi badan yang tidak sesuai standar usianya, rendahnya partisipasi keluarga dalam pemantauan pertumbuhan balita di posyandu dan kurangnya pemanfaatan media edukasi kesehatan terkait pencegahan stunting.

Dari hasil pemantauan posyandu menunjukkan bahwa masih terdapat balita dengan status gizi kurang dan risiko stunting. Selain itu, sebagian ibu belum memahami tanda-tanda awal gangguan pertumbuhan anak serta langkah penanganannya. Kondisi ini menunjukkan perlunya intervensi edukatif dan pemberdayaan masyarakat secara berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan keluarga.

Untuk membantu permasalahan yang dihadapi masyarakat, sehingga terdapat beberapa program kerja yang akan dilaksanakan meliputi: Edukasi gizi seimbang bagi ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita. Pelatihan pembuatan MP-ASI sehat dan bergizi berbasis pangan lokal. Penyuluhan kesehatan ibu dan anak mengenai stunting, penyebab, dampak, pencegahan, dan penanganannya. Pemeriksaan dan pemantauan balita melalui pengukuran berat badan, tinggi badan, dan status gizi. Pendampingan kader kesehatan dalam deteksi dini risiko stunting. Serta kampanye perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk meningkatkan sanitasi dan kesehatan lingkungan keluarga. Program kerja ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting pada balita.

Berdasarkan hasil penelitian Annah Hubaedah dkk (2024). menunjukkan bahwa penyuluhan, pelatihan, dan pendampingan mengenai pemberian MP-ASI yang beragam dan bergizi mampu meningkatkan pengetahuan ibu balita terkait pencegahan stunting. Tingkat pengetahuan peserta meningkat dari kategori kurang sebesar 51,7% menjadi kategori baik sebesar 69% setelah kegiatan edukasi dilakukan. Selain itu, ibu balita menjadi lebih mampu menyusun menu MP-ASI sesuai kebutuhan gizi anak (Annah, 2024).

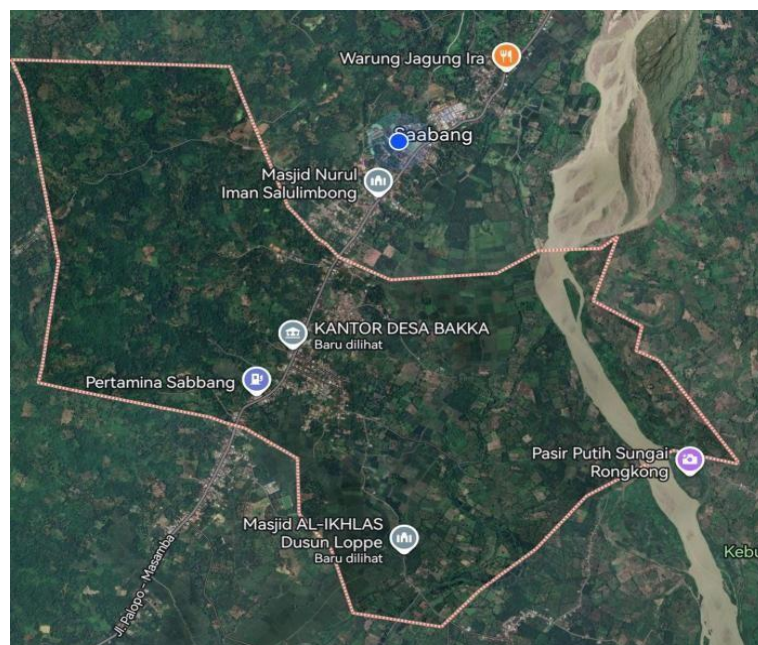
Program pemantauan pertumbuhan melalui posyandu merupakan strategi yang direkomendasikan oleh pemerintah dalam percepatan penurunan stunting. Kebijakan nasional percepatan penurunan stunting menekankan pentingnya intervensi spesifik dan sensitif melalui kolaborasi tenaga kesehatan, kader, keluarga dan masyarakat (Kemkes.RI, 2021).

Adapun tujuan pelaksanaan kegiatan ini yaitu untuk meningkatkan kesadaran ibu dan keluarga tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada masa kehamilan dan balita,

meningkatkan keterampilan ibu dalam pemberian MP-ASI yang sehat dan bergizi, meningkatkan masyarakat mengenai stunting, penyebab, dampak, pencegahan dan penanganannya. Meningkatkan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita melalui kegiatan posyandu dan memberdayakan kader kesehatan dalam deteksi dini dan pendampingan kasus risiko stunting. Sedangkan manfaat kegiatan ini yaitu bagi masyarakat, kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan keluarga dalam menjaga kesehatan ibu dan anak, bagi balita kegiatan ini membantu mencegah gangguan pertumbuhan dan menurunkan risiko stunting, bagi kader kesehatan kegiatan ini meningkatkan keterampilan dalam edukasi dan pemantauan kesehatan masyarakat, bagi pemerintah dan tenaga kesehatan kegiatan ini mendukung program percepatan penurunan stunting di Indonesia.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sabbang Desa Bakka Luwu Utara. Pelaksanaan kegiatan ini berlangsung selama empat minggu, yaitu mulai tanggal 29 April sampai 22 Mei 2026.



Gambar 1. Wilayah Lokasi Kegiatan Desa Bakka Map Luwu Utara

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, kader posyandu dan keluarga yang memiliki balita beresiko stunting. Penentuan sasaran dilakukan melalui koordinasi dengan kader kesehatan, bidan desa, dan pihak posyandu berdasarkan data pemantauan status gizi balita serta kondisi masyarakat setempat. Sasaran dipilih karena kelompok tersebut memiliki peran penting dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting pada balita. Jumlah peserta kegiatan disesuaikan dengan kondisi dan kapasitas lokasi kegiatan. Prioritas diberikan kepada keluarga yang memiliki balita dengan masalah gizi atau risiko stunting berdasarkan hasil pengukuran tinggi badan dan berat badan di posyandu.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini melalui tahapan persiapan dimulai survei awal dan identifikasi masalah kesehatan masyarakat, koordinasi dengan kepala puskesmas dan penanggung jawab program gizi serta KIA, dilakukan penyusunan materi penyuluhan dan media edukasi, persiapan alat dan bahan kegiatan seperti leaflet, alat ukur antropometri, dan bahan demonstrasi MP-ASI. Penyuluhan kesehatan menggunakan metode ceramah interaktif dan diskusi kelompok. Kegiatan pelatihan dilakukan dengan demonstrasi pembuatan MP-ASI bergizi berbasis pangan lokal, demonstrasi cara memantau pertumbuhan balita menggunakan KMS (kartu menuju sehat). Pendampingan dilakukan kepada ibu balita dan kader kesehatan melalui konsultasi mengenai masalah gizi anak, monitoring pertumbuhan balita, edukasi lanjutan mengenai pola asuh dan pola makan anak. Pemeriksaan dan pemantauan dilakukan pengukuran berat badan, tinggi badan, dan status gizi balita sebagai bentuk deteksi dini risiko stunting.

Keberhasilan kegiatan ini diukur melalui beberapa indikator yaitu kemampuan ibu membuat MP-ASI bergizi dalam mempraktikkan, peningkatan pengetahuan peserta tentang stunting memahami materi, peningkatan partisipasi pemantauan balita di posyandu meningkat dibanding sebelum kegiatan dan keterlibatan kader kesehatan dalam edukasi masyarakat secara aktif selama kegiatan berlangsung. Metode evaluasi yang dilakukan untuk mengukur ketercapaian indikator keberhasilan pada kegiatan ini. Metode evaluasi yang digunakan meliputi observasi keaktifan dan kemampuan dalam praktik pembuatan MP-ASI. Evaluasi Pre-test dan Post-test sesudah penyuluhan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting, gizi balita dan kesehatan ibu dan anak. Dilakukan wawancara singkat dengan peserta dan kader kesehatan untuk mengetahui tingkat pemahaman, kendala, serta manfaat kegiatan yang dirasakan masyarakat. Monitoring pertumbuhan balita dilakukan untuk evaluasi hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan balita untuk melihat perkembangan status gizi setelah kegiatan edukasi dan pendampingan. Dokumentasi kegiatan berupa foto, daftar hadir, hasil pengukuran, dan laporan kegiatan digunakan sebagai bukti pelaksanaan sekaligus bahan evaluasi program kegiatan ini.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dengan tema “Peningkatan kesehatan ibu dan anak fokus pada upaya pencegahan dan penanganan stunting pada balita” telah dilaksanakan sesuai dengan tahapan yang telah direncanakan, meliputi tahap persiapan, pelatihan pembuatan MP-ASI, penyuluhan kesehatan, pendampingan, serta evaluasi kegiatan. Kegiatan ini merupakan bagian dari program binaan, sehingga pelaksanaannya didukung secara aktif oleh pihak puskesmas, kader posyandu dan masyarakat.

Pada tanggal 29 April 2026 kami melakukan peninjauan awal dengan melakukan pertemuan dengan kepala puskesmas, bidan desa, kader kesehatan dan dosen pendamping lapangan untuk membahas program yang akan dilaksanakan setelah mendapatkan data dari puskesmas dan kader posyandu. Setelah itu menentukan program, kami melakukan koordinasi dengan mitra terkait untuk menyampaikan program yang akan dilaksanakan.



Gambar 2. Tahap awal persiapan



Gambar 3. Pelatihan dan Demonstrasi MP-ASI

Tanggal 4 Mei 2026 dilakukan pelaksanaan program. Tim melakukan pelatihan pembuatan MP-ASI dilakukan menggunakan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh masyarakat. Peserta diberikan demonstrasi cara memilih bahan makanan bergizi, pengolahan makanan dan penyusunan menu seimbang untuk balita.



Gambar 4. Penyuluhan Kesehatan

Tanggal 9 Mei 2026 dilakukan penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, ibu menyusui dan ibu balita stunting mengenai pengertian stunting, penyebab dan dampak stunting, pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat dan pemantauan pertumbuhan balita. Kegiatan penyuluhan berjalan dengan lancar, ibu balita sangat antusias dan aktif bertanya serta berdiskusi.



Gambar 5. Pendampingan dan Pemantauan Balita

Tanggal 13 Mei 2026 kegiatan pendampingan dilakukan melalui pemantauan berat badan dan tinggi badan balita di posyandu. Selain itu, dilakukan konsultasi mengenai pola makan anak dan kesehatan ibu. Berdasarkan hasil pemantauan, terjadi peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu dan pemantauan pertumbuhan balita.

Secara umum, masalah stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya asupan gizi, pola asuh yang tidak tepat, rendahnya pengetahuan ibu, serta kurang optimalnya pelayanan kesehatan (Nugroho et al., 2021). Oleh karena itu, pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini tidak hanya berfokus pada pemberian informasi, tetapi juga pada pemberdayaan masyarakat melalui praktik langsung dan pendamping berkelanjutan.

Pelatihan pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal memberikan manfaat nyata bagi masyarakat. Peserta tidak hanya memahami teori mengenai gizi seimbang, tetapi juga memperoleh keterampilan praktis dalam menyiapkan makanan bergizi dengan bahan yang tersedia di lingkungan sekitar. Pendekatan ini dinilai efektif karena dapat diterapkan secara langsung dalam kehidupan sehari-hari dan lebih ekonomis bagi keluarga.

Selain itu, hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah dilakukan penyuluhan kesehatan. Hal ini sejalan dengan teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa pemberian informasi yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik (Hanna et al., 2024).

Penyuluhan menggunakan media visual, leaflet, dan diskusi interaktif terbukti membantu peserta memahami materi dengan lebih mudah.

Peningkatan kehadiran balita di posyandu setelah kegiatan menunjukkan bahwa masyarakat mulai menyadari pentingnya pemantauan pertumbuhan anak secara rutin. Posyandu memiliki peran penting dalam deteksi dini masalah gizi dan stunting melalui pengukuran berat badan dan tinggi badan balita secara berkala (Kemkes, 2023).

Kegiatan pendampingan juga memberikan manfaat bagi kader kesehatan dalam meningkatkan kemampuan edukasi dan komunikasi dengan masyarakat. Kader menjadi lebih aktif dalam mengajak ibu balita untuk hadir ke posyandu serta memberikan informasi mengenai pola makan sehat dan perawatan anak (Kesehatan, 2018).

Dari aspek kebermanfaatan, masyarakat merasakan manfaat yang cukup besar dari kegiatan ini antara lain; bertambahnya pengetahuan ibu tentang stunting dan gizi anak, meningkatnya kemampuan ibu dalam membuat MP-ASI bergizi, meningkatnya kesadaran keluarga untuk rutin memantau pertumbuhan balita, meningkatnya keterlibatan kader kesehatan dalam kegiatan promotif dan preventif dan terjalannya kerja sama yang baik antara masyarakat, kader kesehatan, dan tim pengabdian. Kegiatan ini juga memberikan dampak positif, khususnya dalam mendukung program pemerintah untuk percepatan penurunan angka stunting di Indonesia.

Kesimpulan

Kegiatan ini telah terlaksana dengan baik di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sabbang Desa Bakka Luwu Utara selama empat minggu, dari tanggal 29 April hingga 22 Mei 2026 telah berjalan dengan baik dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Melalui kegiatan pelatihan pembuatan MP-ASI, penyuluhan kesehatan, pendampingan keluarga, serta pemantauan pertumbuhan balita. Kegiatan ini memberikan hasil positif berupa peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai stunting, peningkatan keterampilan ibu dalam menyiapkan makanan bergizi bagi balita, serta meningkatnya partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu. Hal baru yang dihasilkan dari kegiatan ini adalah penerapan edukasi kesehatan yang dipadukan dengan pelatihan praktik langsung berbasis pangan lokal sehingga lebih mudah diterapkan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Manfaat kegiatan dirasakan secara langsung oleh masyarakat, terutama ibu hamil, ibu balita, dan kader kesehatan, melalui meningkatnya kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, pemantauan pertumbuhan anak, dan perilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu, kegiatan ini juga memperkuat peran kader kesehatan dalam edukasi dan deteksi dini masalah gizi di masyarakat. Secara teoritik, kegiatan ini mendukung teori pendidikan kesehatan dan pemberdayaan masyarakat yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dapat memengaruhi perubahan perilaku kesehatan ke arah yang lebih baik.

Ucapan Terima Kasih

Dengan penuh rasa hormat dan syukur, kami mengucapkan terima kasih kepada: Rektor beserta jajaran pimpinan Universitas Muhammadiyah Palopo, dosen pendamping

lapangan yang telah membimbing dan mendampingi kami selama pelaksanaan kegiatan, seluruh jajaran UPTD Puskesmas Sabbang Desa Bakka Luwu Utara termasuk bidan desa dan kader posyandu atas dukungan dan kerja samanya, kepala desa serta seluruh masyarakat yang telah menerima kami dengan baik, dan semua pihak yang telah berkontribusi dan membantu kelancaran kegiatan ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Referensi

- Annah. (2024). Cegah Stunting dengan Pemberian MP-ASI Yang Beragam dan Bergizi. *Jurnal Pemanas Adi Buana*, 7(1), 98–105.
<http://jurnal.unipasby.ac.id/index.php/penamas>
- BKKBN. (2021). Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting. 1398, Jakarta.
- Hanna, T. H., Dipo wicaksono, & Jasrida Yunita, D. (2024). Perilaku Kesehatan & Promosi Kesehatan.
https://www.researchgate.net/publication/381552730_Perilaku_Kesehatan_Promosi_Kesehatan
- Kemkes.RI. (2021). Pedoman Pemantauan Pertumbuhan.
<https://repository.kemkes.go.id/book/182>
- Kemkes. (2022). Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran tata Laksana Stunting. 1–52.
<https://www.kemkes.go.id/eng/pnpk-2022---tata-laksana-stunting> Kemkes. (2023). Panduan Pengelolaan Posyandu Bidang Kesehatan.
<https://pkmmayangan.jombangkab.go.id/storage/dokumen/sMHIjZdKpbMoWzCM1IYcUyoStC3op5OoufHV8ign.pdf>
- Kesehatan, P. P. S. (2018). Pelatihan Bagi Pelatih Kader Kesehatan. https://repositori-ditjennakes.kemkes.go.id/441/1/modul_21010607295920a21e9be701b86777d9e602774b2188_.pdf
- Nugroho, M. R., Sasongko, R. N., & Kristiawan, M. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 2269–2276.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1169>
- Survei, K. (2024). Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI). Jakarta: Kemenkes RI.
- WHO. (2025). Levels and trends in child malnutrition. 1–24.
<https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/aoaad785-4ff8-43d7-bdfgbe6c9a221e8e/content>.