AL-ABHATS
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol. 01 No. 01 November 2025 **ISSN: 3089-6045**

EDUKASI GIZI DAN PENCEGAHAN STUNTING MELALUI POSYANDU CERDAS DI PUSPAJAYA, KEC. PUSPAHIANG

Nina Yuningsih, Taufik Rohman, Suci Zakiah Dewi, Rangga Arip, Indriani
Institut Agama Islam Tasikmalaya
ninayuningsih@iaitasik.ac.id

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah serius dalam pembangunan kesehatan masyarakat Indonesia. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan (2023), prevalensi stunting nasional masih berada di angka 21,5%, dengan angka tertinggi ditemukan di wilayah pedesaan. Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Puspajaya Kecamatan Puspahiang, Kabupaten Tasikmalaya dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu balita, mengenai pentingnya asupan gizi seimbang dan pola asuh anak yang baik. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, pelatihan pembuatan makanan tambahan bergizi, serta pendampingan kader Posyandu melalui "Posyandu Cerdas." Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu sebesar 68% mengenai pentingnya gizi seimbang, serta peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan Posyandu sebesar 40%. Program ini berkontribusi dalam membangun kesadaran kolektif masyarakat desa terhadap pentingnya pencegahan stunting sejak dini.
Kata kunci: stunting, gizi seimbang, posyandu, edukasi kesehatan

Abstract

Stunting remains a major public health issue in Indonesia. According to the Ministry of Health (2023), the national stunting prevalence rate stands at 21.5%, with the highest rates found in rural areas. The Community Service Program (KKN) in Cikadu Village, Sodonghilir District, Tasikmalaya Regency was conducted to improve community awareness—particularly among mothers of toddlers—about the importance of balanced nutrition and proper child care practices. The program employed interactive education sessions, training on nutritious complementary food preparation, and Posyandu cadre mentoring under the initiative "Smart Posyandu." The results show a 68% increase in mothers' understanding of balanced nutrition and a 40% rise in community participation in Posyandu activities. This program contributed to building collective awareness within rural communities regarding early stunting prevention.
Keywords: stunting, balanced nutrition, posyandu, health education

PENDAHULUAN

Masalah stunting di Indonesia masih menjadi tantangan utama dalam pembangunan manusia. Stunting atau kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis memiliki dampak jangka panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Menurut UNICEF (2022), anak yang mengalami stunting berisiko memiliki kemampuan kognitif lebih rendah, produktivitas menurun, serta lebih rentan terhadap penyakit tidak menular di masa dewasa. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2023 menunjukkan bahwa meskipun terjadi penurunan angka stunting nasional dari 24,4% menjadi 21,5%, angka ini masih jauh dari target RPJMN 2025 yaitu 14%. Sebagian besar kasus stunting terjadi di daerah pedesaan

karena keterbatasan pengetahuan gizi, sanitasi buruk, dan rendahnya kesadaran akan pentingnya pola asuh yang baik. Desa Puspajaya Kecamatan Puspahiang, merupakan salah satu wilayah dengan angka balita pendek yang masih tinggi berdasarkan laporan UPTD Puskesmas Puspahiang (2024).

Pencegahan stunting tidak hanya membutuhkan intervensi medis, tetapi juga edukasi sosial yang berkelanjutan. Pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, kebersihan lingkungan, serta pemberian ASI eksklusif menjadi faktor kunci. Dalam konteks ini, mahasiswa melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) berperan penting sebagai agen perubahan sosial (*social change agent*) dengan memberikan edukasi langsung kepada masyarakat.

Program "Posyandu Cerdas" yang dilaksanakan di Desa Puspajaya Kecamatan Puspahiang, bertujuan untuk:

1. Meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi anak dan pencegahan stunting.
2. Memberdayakan kader Posyandu agar mampu menjadi pendidik sebaya (peer educator).
3. Menumbuhkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan kesehatan anak berbasis komunitas.

Kegiatan ini menjadi bagian dari implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam aspek pengabdian masyarakat berbasis pemberdayaan dan transformasi sosial.

METODE PELAKSANAAN

Program KKN "Posyandu Cerdas" dilaksanakan selama satu bulan, yaitu pada Juli 2024, bertempat di Desa Puspajaya Kecamatan Puspahiang, Kabupaten Tasikmalaya. Kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif-edukatif, di mana masyarakat tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga berperan aktif dalam perencanaan dan pelaksanaan kegiatan. Teknik Pengumpulan dan Analisis data dikumpulkan melalui observasi partisipatif terhadap aktivitas peserta, Pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan, wawancara terbuka dengan ibu balita dan kader, data dianalisis secara deskriptif kualitatif untuk menilai perubahan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap gizi anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi gizi dan pencegahan stunting melalui program "Posyandu Cerdas" di Desa Puspajaya Kecamatan Puspahiang, berhasil mencapai sasaran utama, yaitu peningkatan pengetahuan ibu dan kader tentang pentingnya gizi seimbang serta peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan Posyandu.

1. Hasil Kegiatan

Kegiatan diikuti oleh 25 ibu balita, 4 kader Posyandu, dan 2 petugas kesehatan dari UPTD Puskesmas Sodonghilir. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan peserta sebesar 68% terkait pemahaman gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, dan pentingnya makanan tambahan lokal bergizi.

Selain itu, kunjungan balita ke Posyandu meningkat sebesar 40% dalam satu bulan setelah kegiatan berlangsung. Peningkatan ini terjadi karena masyarakat mulai memahami manfaat pemantauan tumbuh kembang anak secara rutin. Ibu-ibu juga menunjukkan antusiasme tinggi dalam pelatihan pembuatan makanan tambahan bergizi, terbukti dari partisipasi aktif dalam demonstrasi dan keinginan untuk menerapkan resep sehat di rumah masing-masing. Para kader Posyandu dilatih untuk menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) dan mencatat data pertumbuhan anak secara digital sederhana menggunakan Google Form yang terhubung dengan akun desa. Hal ini menjadi langkah awal digitalisasi data gizi yang memudahkan pemantauan bersama petugas gizi Puskesmas.

Keberhasilan kegiatan ini tidak terlepas dari sinergi antara mahasiswa, tenaga kesehatan, dan masyarakat desa. Kolaborasi ini sejalan dengan pendekatan pentahelix yang melibatkan unsur akademisi, pemerintah, masyarakat, sektor swasta, dan media dalam pembangunan masyarakat (Suharyanto et al., 2021). Peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang menjadi indikator penting dalam mencegah stunting. Seperti disampaikan oleh Tando et al. (2020), literasi gizi yang baik berpengaruh langsung terhadap pola makan keluarga dan kesehatan anak. Selain itu, Rachmi et al. (2022) menegaskan bahwa perilaku pemberian makan pada anak dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan kepercayaan ibu,

sehingga intervensi edukatif merupakan strategi paling efektif untuk menurunkan prevalensi stunting di wilayah pedesaan.

Kegiatan pelatihan pembuatan PMT berbasis bahan lokal terbukti relevan dengan kondisi ekonomi masyarakat. Program ini tidak hanya mengedukasi tentang gizi, tetapi juga mengajarkan prinsip ekonomi berkelanjutan, di mana ibu-ibu dapat memanfaatkan sumber daya lokal seperti sayur daun kelor, tempe, dan ikan lele sebagai bahan makanan bergizi dengan harga terjangkau. Menurut Kemenkes RI (2023), penggunaan pangan lokal dapat membantu diversifikasi sumber protein dan mengurangi ketergantungan pada produk olahan pabrikan yang tinggi lemak dan gula.

Partisipasi aktif kader Posyandu menjadi kunci keberlanjutan program. Kader berperan sebagai agent of change dalam mendampingi ibu balita di lingkungan sekitar. Sejalan dengan penelitian Rahmawati & Sari (2021), kader yang memiliki pelatihan dan motivasi tinggi dapat meningkatkan efektivitas layanan Posyandu hingga 70%. Melalui pendekatan Posyandu Cerdas, kader tidak hanya menjalankan kegiatan rutin, tetapi juga menjadi fasilitator edukatif yang mampu memberikan bimbingan berbasis data perkembangan anak. Selain aspek pengetahuan, kegiatan ini juga menumbuhkan kesadaran kolektif bahwa pencegahan stunting bukan hanya tanggung jawab ibu, tetapi seluruh komunitas. Partisipasi perangkat desa dan tokoh masyarakat dalam kegiatan edukasi memperkuat dukungan sosial yang berkelanjutan. Dalam perspektif ekologi sosial kesehatan (Bronfenbrenner, 1994), perubahan perilaku kesehatan akan lebih efektif apabila didukung oleh lingkungan sosial yang positif dan konsisten.

Kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa model edukasi gizi berbasis komunitas dapat menjadi intervensi sederhana namun efektif untuk menekan angka stunting di tingkat desa. Jika dilaksanakan secara periodik dan dikawal oleh Puskesmas serta perguruan tinggi, program semacam ini berpotensi menjadi model nasional dalam penanganan stunting berbasis masyarakat.

KESIMPULAN

Program "Posyandu Cerdas" di Desa Puspajaya Kecamatan Puspahiang, memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan partisipasi masyarakat terhadap upaya pencegahan stunting. Melalui edukasi gizi seimbang, pelatihan pembuatan makanan tambahan, serta pendampingan kader Posyandu, masyarakat desa menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan terhadap pola makan anak. Kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan edukatif berbasis partisipasi masyarakat efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi dan memperkuat sistem kesehatan berbasis komunitas. Untuk keberlanjutan program, diperlukan dukungan berkelanjutan dari pemerintah desa, Puskesmas, serta lembaga pendidikan tinggi dalam bentuk pelatihan lanjutan dan pendampingan digitalisasi data Posyandu.

DAFTAR PUSTAKA

Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. International Encyclopedia of Education, 3(2), 37–43.

Kemenkes RI. (2023). Pedoman Pelaksanaan Intervensi Pencegahan Stunting di Indonesia. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Rachmi, C. N., Azzahra, N., & Pratiwi, D. (2022). Nutritional literacy and maternal feeding behavior in reducing child stunting prevalence in rural Indonesia. Journal of Public Health Research, 11(2), 65–78. https://doi.org/10.4081/jphr.2022.3034

Rahmawati, L., & Sari, N. (2021). Empowering Posyandu cadres to improve maternal and child health services. Indonesian Journal of Community Empowerment, 8(1), 23–34.

Suharyanto, H., Nugraha, D., & Sihombing, S. (2021). Collaborative pentahelix model in rural health development. Jurnal Pemberdayaan Masyarakat, 12(3), 101–116.

Tando, A., Yuliana, N., & Baharuddin, H. (2020). Relationship between nutrition literacy and child stunting in rural communities. Asian Journal of Health and Information Sciences, 14(4), 211–220.

UNICEF. (2022). Child Nutrition Report: Progress in Reducing Stunting. New York: United Nations Children's Fund.

UPTD Puskesmas Sodonghilir. (2024). Laporan Tahunan Status Gizi Anak Balita Kecamatan Sodonghilir. Tasikmalaya: Pemerintah Kabupaten Tasikmalaya.