

## **Pemberdayaan Masyarakat Desa Rengas Melalui Peran Mahasiswa KKN untuk Pencegahan Stunting pada Balita**

**Isma Risqi Hanifah<sup>1</sup>, Qorri Arina Mazaya<sup>2</sup>, M. Rahmatullah Afiat<sup>3</sup>, Bunga Ayu<sup>4</sup>,  
Athik Dina Nasichah<sup>5</sup>, Ubed Badrudin Kamal<sup>6</sup>**

*<sup>1,2,3,4,5,6</sup> UIN KH. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Indonesia*

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Isma Risqi Hanifah

**E-mail:** [isma.risqi.hanifah@mhs.uingusdur.ac.id](mailto:isma.risqi.hanifah@mhs.uingusdur.ac.id)

### **Abstrak**

*Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan serius di Indonesia, terutama pada balita yang tinggal di wilayah pedesaan. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat Desa Rengas melalui peran aktif mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) dalam upaya pencegahan stunting pada balita. Kegiatan dilaksanakan selama satu hari, dengan pendekatan partisipatif yang melibatkan ibu balita, kader posyandu, perangkat desa, dan mahasiswa. Program yang dijalankan meliputi penyuluhan gizi dan demo masak pembuatan makanan sehat berbahan lokal. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu balita tentang gizi dan pola asuh, serta peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu. Program ini menunjukkan bahwa keterlibatan mahasiswa KKN dapat menjadi strategi efektif dalam pemberdayaan masyarakat untuk pencegahan stunting di tingkat desa.*

**Kata kunci** – pemberdayaan masyarakat, KKN, pencegahan stunting, inovasi pangan, Desa Rengas

### **Abstract**

*Stunting remains a serious health problem in Indonesia, particularly among toddlers living in rural areas. This community service program aims to empower the people of Rengas Village through the active participation of students participating in the Community Service Program (KKN) in preventing stunting in toddlers. The one-day activity was carried out using a participatory approach involving mothers of toddlers, integrated health post (Posyandu) cadres, village officials, and students. The program included nutrition counseling and cooking demonstrations on healthy food made from local ingredients. Data was collected through observation, interviews, and documentation. The results of the activity showed an increase in mothers' understanding of nutrition and parenting, as well as increased community participation in Posyandu activities. This program demonstrated that the involvement of KKN students can be an effective strategy in community empowerment for stunting prevention at the village level.*

**Keywords** - community empowerment, KKN, stunting prevention, food innovation, Rengas Village

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan lebih rendah dari anak seusianya. Anak stunting lebih rentan terhadap penyakit, dan ketika dewasa berisiko menderita penyakit degeneratif (kondisi medis yang disebabkan oleh kerusakan atau penurunan fungsi sel, jaringan, atau organ tubuh secara bertahap dan irreversibel) Jupri et al., 2022. Penyakit degeneratif biasanya terkait dengan proses penuaan, namun dapat juga disebabkan oleh faktor lain seperti genetik, gaya hidup, atau lingkungan. Dampaknya tidak hanya pada kesehatan, tetapi juga pada kecerdasan anak. WHO menetapkan kriteria stunting berdasarkan tinggi badan yang berada di bawah kurang dari 2 SD dari standar pertumbuhan anak (Valeriani et al., 2022).

Penyebab stunting sangat beragam, mulai dari faktor sosial ekonomi, status gizi ibu saat hamil, penyakit pada bayi, hingga kurangnya asupan gizi. Anak stunting di masa depan berpotensi mengalami hambatan dalam perkembangan fisik dan kognitif (Ramayulis, 2018). Karena itu, intervensi pencegahan sebaiknya dimulai sejak masa remaja (Nugroho et al., 2021). Dengan membekali calon ibu tentang gizi sejak dini, upaya pemenuhan nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dapat lebih optimal. Periode 1000 HPK, sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun, merupakan fase krusial untuk memastikan pertumbuhan yang sehat dan cerdas bagi anak (Laili & Andriani, 2019).

Kementerian Kesehatan RI melalui Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK) mengumumkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 pada 26 Mei 2025. Survei ini menunjukkan prevalensi stunting nasional menurun dari 21,5% (2023) menjadi 19,8% (2024), melampaui target tahunan 20,1%. Menteri Kesehatan, Budi Gunadi Sadikin, menegaskan target penurunan stunting menjadi 14,2% pada 2029, sesuai RPJMN (Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional). Intervensi utama difokuskan pada remaja putri dan ibu hamil, termasuk pemeriksaan kesehatan, pemberian tablet tambah darah, suplementasi gizi, serta peningkatan layanan Posyandu. Kepala BKPK, Prof. Asnawi Abdullah, menambahkan bahwa penurunan stunting 2024 setara dengan pencegahan 337.000 balita dari risiko stunting, melampaui target RPJMN. Meski begitu, masih terdapat disparitas antarprovinsi dan kelompok sosial ekonomi. SSGI 2024 dilakukan di seluruh 38 provinsi dan 514 kabupaten/ kota dengan dukungan lembaga nasional maupun internasional. Hasil survei telah dibukukan dan dapat diakses publik sebagai dasar perencanaan dan evaluasi program.

Dalam upaya menurunkan angka stunting sendiri, berbagai pendekatan telah dilakukan oleh pemerintah desa maupun lembaga swadaya masyarakat, termasuk program intervensi di tingkat desa. Salah satu potensi besar yang dapat dioptimalkan dalam mendukung program tersebut adalah keberadaan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN). Dimana peran dari mahasiswa KKN sendiri dalam pencegahan stunting dapat diwujudkan melalui berbagai kegiatan edukatif dan promotif, seperti penyuluhan gizi, pendampingan ibu hamil dan balita, pelatihan pembuatan makanan sehat berbasis potensi lokal, serta penguatan kapasitas kader posyandu. Kolaborasi antara mahasiswa, pemerintah desa, dan masyarakat setempat menjadi kunci dalam membentuk kesadaran kolektif serta menciptakan lingkungan yang mendukung tingkat turunnya stunting dalam desa itu sendiri.

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Rengas, Kecamatan Kedungwuni, Kabupaten Pekalongan, dirancang untuk mengimplementasikan model intervensi ini. Program ini secara spesifik menargetkan ibu-ibu yang memiliki anak penderita stunting, dengan fokus pada edukasi gizi dan demonstrasi memasak makanan bergizi dari bahan-bahan lokal. Program ini berlandaskan pada teori pembelajaran sosial oleh Bandura (1977), yang menyatakan bahwa individu dapat belajar dan mengadopsi perilaku baru melalui observasi, imitasi, dan praktik langsung. Dengan mendemonstrasikan cara mengolah makanan bergizi dan memungkinkan partisipan untuk mempraktikkannya, program ini bertujuan untuk menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan. Keterlibatan aktif dari ibu-ibu diharapkan dapat meningkatkan rasa percaya diri dan kemandirian mereka dalam menyiapkan makanan yang optimal bagi anak-anak mereka.

Dengan demikian, tujuan utama dari penelitian pengabdian ini adalah untuk menganalisis efektivitas peran mahasiswa KKN dalam memberdayakan ibu yang memiliki anak penderita stunting

di Desa Rengas. Penelitian ini akan mengkaji sejauh mana program yang dilaksanakan berhasil meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan praktis para ibu dalam pemenuhan nutrisi anak, serta menganalisis dampak dari pendekatan partisipatif yang diterapkan. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan bagi pengembangan model intervensi stunting yang efektif dan berkelanjutan di daerah pedesaan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian ini menggunakan pendekatan partisipatif (*participatory action*), dimana masyarakat desa, kader posyandu, dan mahasiswa KKN berkolaborasi dalam merancang dan melaksanakan program pencegahan stunting. Jenis kegiatan termasuk edukasi terhadap praktik gizi dan kesehatan balita. Kegiatan dilaksanakan di Desa Rengas, Kecamatan Kedungwuni, Kabupaten Pekalongan. Waktu pelaksanaan program pada hari Jumat, 15 Agustus 2025 pukul 08.00-11.00 WIB bertempat di Balai Desa Lama. Subjek dari kegiatan ini yaitu Ibu balita sebagai sasaran utama, kader posyandu, perangkat desa, dan mahasiswa KKN sebagai pelaksana kegiatan.

Metode kegiatan dilakukan dalam beberapa tahapan sebagai berikut: a) Identifikasi masalah dan potensi wilayah, dimana melakukan survei awal dan wawancara dengan kader posyandu dan perangkat desa serta pengumpulan data awal terkait angka balita stunting; b) Perencanaan Program bersama, dimana fokus kegiatan diarahkan pada edukasi gizi, peningkatan pemanfaatan pangan lokal, dan pola asuh balita; c) Pelaksanaan kegiatan, beberapa kegiatan utama meliputi: penyuluhan gizi dan pencegahan stunting bagi ibu balita serta demo masak makanan bergizi seimbang menggunakan bahan lokal.

Teknik pengumpulan data terdiri dari wawancara semi-terstruktur, observasi langsung, dan dokumentasi kegiatan. Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan pengetahuan dan sikap masyarakat sebelum dan sesudah program dilaksanakan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan program pengabdian masyarakat di Desa Rengas, Kecamatan Kedungwuni, Kabupaten Pekalongan pada tanggal 15 Agustus 2025 bertujuan untuk memberdayakan ibu yang memiliki anak penderita stunting. Berdasarkan observasi awal, ditemukan adanya pengetahuan yang terbatas di kalangan ibu dan keluarga mengenai gizi seimbang serta pola asuh yang optimal untuk anak, yang sering kali menjadi akar masalah stunting. Kondisi ini sejalan dengan temuan Bappenas (2020) yang menunjukkan bahwa stunting masih menjadi masalah serius di Indonesia, sering kali disebabkan oleh faktor edukasi dan akses informasi yang terbatas di tingkat masyarakat pedesaan. Oleh karena itu, program ini dirancang khusus untuk memberikan edukasi praktis dan mendemonstrasikan pengolahan makanan bergizi yang mudah diakses dan terjangkau bagi para ibu tersebut (Wibowo, 2021).

### **Implementasi Program dan Partisipasi Masyarakat**

Program ini diimplementasikan melalui pendekatan partisipatif, di mana mahasiswa KKN tidak hanya bertindak sebagai fasilitator, tetapi juga berkolaborasi dengan kader Posyandu. Tahap awal fokus pada sosialisasi tentang pentingnya gizi seimbang dan nutrisi yang dibutuhkan anak stunting, khususnya selama seribu hari pertama kehidupan. Metode penyampaian materi dibuat interaktif dan menggunakan media visual yang menarik agar mudah dipahami. Respon para ibu sangat positif, ditunjukkan dengan antusiasme mereka dalam sesi tanya jawab dan diskusi. Mereka merasa materi yang disampaikan relevan dan menjawab banyak pertanyaan yang selama ini belum terjawab mengenai kondisi anak-anak mereka.



**Gambar 1.**

Bidan Desa menyampaikan sambutan



**Gambar 2.**

Penyampaian materi oleh mahasiswa KKN

Selanjutnya, program inti berupa demonstrasi memasak makanan anti-stunting dilaksanakan. Resep-resep yang dipilih berbasis bahan-bahan lokal seperti jagung, tahu, ayam, wortel, dan sebagainya. Dimana menu yang dibuat adalah nugget jagung dan dimsum ayam kulit sawi. Mahasiswa mendemonstrasikan cara mengolah bahan-bahan tersebut menjadi menu makanan yang lezat dan bergizi untuk anak-anak mereka. Selama sesi demo, ibu-ibu secara aktif terlibat, tidak hanya mengamati tetapi juga mencoba mempraktikkan langsung. Keterlibatan aktif ini sangat krusial, karena menurut Bandura (1977), pembelajaran sosial (*social learning*) melalui observasi dan imitasi merupakan cara yang efektif untuk mengubah perilaku. Dengan melihat dan mempraktikkan sendiri, ibu-ibu lebih mungkin mengadopsi resep dan kebiasaan gizi baru di rumah.



**Gambar 3.**

Demonstrasi masak oleh mahasiswa KKN

Bahan-bahan yang dibutuhkan untuk membuat kedua menu makanan pencegah stunting tersebut, antara lain: Ayam, jagung, sawi, labu, tahu, dan telur. Sedangkan Alat yang digunakan alat yang digunakan untuk membuat, diantaranya: pengukus, wajan, spatula, blender, pisau, mangkok, dan piring. Berikut tahapan dalam pembuatan makanan pencegah stunting:

1. Nugget Jagung

- a) Masukkan jagung manis, bawang putih, bawang merah, garam, merica bubuk, ketumbar, tahu, maizena, terigu, dan telur.
- b) Masukkan parutan wortel dan cincangan seledri.
- c) Olesi loyang dengan minyak, dan masukan adonan ke dalam loyang setelah itu dikukus selama 30menit.
- d) Lalu diamkan di suhu ruang.
- e) Siapkan tepung roti dan tepung basah
- f) Setelah adonan didiamkan potong sesuai selera.
- g) Masukkan adonan ke tepung basah, selanjutnya ke tepung panir.
- h) Goreng samapi kuning kecoklatan.
- i) Nugget jagung siap disajikan.

2. Dimsum Ayam Sawi Putih

- a) Tumis bawang putih halus dan potongan daun bawang.
- b) Masukkan ke dalam chopper daging ayam giling dan bumbu tumis.
- c) Masukkan parutan wortel, labu siam, saos tiram, tepung tapioka, garam, kaldu jamur, dan garam ke dalam adonan. Lalu aduk rata.
- d) Rebus sawi putih sampai matang, lalu rendam di air dingin, dan tiriskan sawi hingga kering.
- e) Tipiskan bagian tengah sawi, dan potong sawi secara horizontal menjadi 2 bagian.
- f) Lalu masukan adonan dan gulung.
- g) Tambahkan wortel diatasnya, kukus dimsum hingga matang.
- h) Dimsum siap disajikan.

### **Dampak dan Hasil yang Dicapai**

Dampak dari program ini dapat dilihat dari beberapa indikator. Pertama, terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran para ibu mengenai stunting dan nutrisi yang dibutuhkan anak-anak mereka. Hal ini diukur melalui evaluasi lisan dan observasi terhadap diskusi yang berlangsung, di mana para ibu mulai menggunakan terminologi gizi yang tepat dan menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya variasi makanan. Kedua, program ini berhasil menumbuhkan rasa keberdayaan di kalangan ibu-ibu. Mereka merasa lebih percaya diri dalam menyiapkan makanan bergizi dan terinspirasi untuk berbagi pengetahuan ini dengan tetangga mereka yang menghadapi masalah serupa.

Selain itu, keberhasilan program ini tidak terlepas dari kolaborasi yang kuat antara mahasiswa dan perangkat desa. Kemitraan ini menciptakan keberlanjutan program, di mana kader Posyandu untuk melanjutkan kegiatan serupa secara mandiri setelah program KKN selesai. Ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif tidak hanya memberikan transfer pengetahuan, tetapi juga membangun kapasitas dan kemandirian masyarakat, sejalan dengan prinsip-prinsip pemberdayaan (Freire, 1970).

### **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa KKN di Desa Rengas melalui demo masak sebagai upaya pencegahan stunting pada balita telah memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya para ibu balita, mengenai pentingnya asupan gizi seimbang. Melalui pendekatan partisipatif dan edukatif, masyarakat tidak hanya mendapatkan pemahaman teoritis, tetapi juga keterampilan praktis dalam mengolah makanan bergizi dari bahan pangan lokal yang mudah diperoleh dan terjangkau.

Peran aktif mahasiswa dalam memberikan edukasi gizi dan praktik memasak sehat terbukti mampu meningkatkan antusiasme serta keterlibatan warga. Hal ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara mahasiswa KKN dan masyarakat desa dapat menjadi strategi efektif dalam mendukung program pemerintah untuk menurunkan angka stunting. Kegiatan ini diharapkan dapat berkelanjutan melalui kader-kader kesehatan desa dan menjadi model pemberdayaan masyarakat dalam bidang kesehatan gizi anak.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bappenas. (2020). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024*.
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the Oppressed*. New York: Herder and Herder.
- Halim, N. H., Augustiya, T., Safitri, D., Septiani, N., Kamila, G. S., Al Mukhtar, I., ... & Rahman, R. A. (2025). Kuliah Kerja Nyata (KKN) Gerakan Mahasiswa Peduli Stunting dengan Sosialisasi dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Di Desa Paseh Kidul, Kecamatan Paseh, Kabupaten Sumedang: Pengabdian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 4(1), 5395-5400.
- Moh. Slamet Untung. 2019. *Metodologi Penelitian Teori dan Praktik Riset Pendidikan dan Sosial*. Yogyakarta: Litera
- Nugroho, R. A., Rahmadi, A., Islamiati, I., Mustari, A., Salim, M. E., Framita, E., ... & Ismawati, B. M. (2021). Edukasi Pencegahan Stunting melalui Program KKN KLB 46 Universitas Mulawarman di Desa Mulupan, Muara Bengkal, Kutai Timur, Indonesia. *Intervensi Komunitas*, 2(2), 100-106.
- Nauval, I. A., Ramadhani, V. M., & Zaelani, M. A. (2022). Sosialisasi Program Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Oleh Kkn Universitas Islam Batik Surakarta Di Desa Cetan Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Sidoluhur*, 2(02), 168-176.
- Slamet, A. (2022). Peran Komunitas dalam Program Gizi Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 45-58.
- Wibowo, B. (2021). Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Pencegahan Stunting. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 5(2), 112-125.