

Pencegahan Stunting pada Balita di Posyandu Murbei Kelurahan Delima Kota Pekanbaru

Violita Dianatha Puteri¹, Ayu Agustin², Isnaini Nur Halimah³, Jumaah⁴, Silvi Yanto⁵, Keysha Anastasia⁶, Astri Walandari Tanjung⁷, Sherli Rindiani⁸, Pivi Herdianti⁹

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9} Kebidanan dan Profesi Bidan Pekanbaru, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Riau, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis : Keysha Anastasia

E-mail: anastasiakeysha3@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan permasalahan gizi kronis pada balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka panjang, infeksi berulang, serta lingkungan dan pola asuh yang kurang mendukung, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampak stunting tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan kognitif, kemampuan belajar, daya tahan tubuh, serta produktivitas di masa dewasa. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai pencegahan stunting melalui penyuluhan kesehatan dengan menggunakan media leaflet di Posyandu Murbei, Kelurahan Delima, Kota Pekanbaru. Metode yang digunakan adalah edukasi kesehatan berbasis kajian literatur yang relevan, dilanjutkan dengan penyuluhan langsung dan pembagian leaflet kepada ibu balita. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan yang didukung dengan media leaflet mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi, menjaga kebersihan lingkungan, serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin. Leaflet terbukti sebagai media edukasi yang praktis, mudah dipahami, dan efektif dalam memperkuat pesan kesehatan di tingkat keluarga.

Kata kunci – Stunting, Balita, Pendidikan Kesehatan, Gizi Anak

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem in toddlers caused by prolonged nutritional deficiencies, recurrent infections, and inadequate environmental and caregiving conditions, particularly during the First 1,000 Days of Life. Its impact affects not only physical growth but also cognitive development, learning ability, immune function, and productivity in adulthood. This community service activity aims to improve mothers' knowledge regarding stunting prevention through health education using leaflet media at Posyandu Murbei, Delima Subdistrict, Pekanbaru City. The method applied was health education based on relevant literature review, followed by direct counseling sessions and leaflet distribution to mothers of toddlers. The results indicate that counseling supported by leaflet media can increase mothers' understanding of the importance of balanced nutrition, exclusive breastfeeding, nutritious complementary feeding, maintaining environmental hygiene, and routine growth monitoring. Leaflets proved to be a practical, easy-to-understand, and effective educational medium in strengthening health messages at the family level.

Keywords - Stunting, Toddler, Health Education, Child Nutrition

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar usianya (Ruaida, 2018). Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, serta pola asuh dan lingkungan yang tidak mendukung dalam jangka waktu lama, terutama pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Amalia et al., 2022).

Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan otak, kemampuan belajar, daya tahan tubuh, serta produktivitas di masa dewasa (Mu'tafi et al., 2024). Anak yang mengalami stunting berisiko memiliki kemampuan kognitif yang lebih rendah dan lebih mudah terserang penyakit, sehingga berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan (Arifuddin et al., 2023).

Stunting di Indonesia masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang cukup serius (Martony, 2023). Berbagai faktor yang menyebabkan tingginya angka stunting, antara lain rendahnya pengetahuan orang tua, keterbatasan ekonomi keluarga, tingkat pendidikan yang rendah, serta akses terhadap pelayanan kesehatan yang belum optimal (Arif et al., 2020). Selain itu, masih banyak orang tua yang menganggap stunting sebagai faktor keturunan, sehingga tidak menyadari bahwa sebagian besar kasus stunting sebenarnya dapat dicegah melalui pemenuhan gizi yang adekuat dan pola asuh yang tepat (Rahayu et al., 2023).

Upaya pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif dan dimulai dari tingkat keluarga. Edukasi kesehatan kepada ibu balita menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai pencegahan stunting (Rahmawati et al., 2024). Posyandu sebagai sarana pelayanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran strategis dalam pelaksanaan edukasi tersebut (Nurhidayah et al., 2019). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui penyuluhan kesehatan menggunakan media leaflet di Posyandu Murbei Kelurahan Delima Kota Pekanbaru.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah ceramah dan diskusi interaktif. Sasaran kegiatan adalah ibu yang memiliki balita di wilayah Posyandu Murbei Kelurahan Delima Kota Pekanbaru pada Kamis, 20 November 2025, mulai pukul 09.00 WIB hingga selesai. Kegiatan dilaksanakan dengan pemberian materi penyuluhan mengenai stunting menggunakan media leaflet. Setelah penyampaian materi, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi guna memperdalam pemahaman. Evaluasi dilakukan melalui tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Perencanaan Kegiatan

Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting pada balita diawali dengan persiapan bersama pihak Posyandu Murbei Kelurahan Delima Kota Pekanbaru. Pada tahap ini dilakukan penentuan waktu dan tempat kegiatan agar dapat dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan rutin Posyandu, sehingga ibu balita dapat mengikuti penyuluhan dengan mudah.

Selain itu, dilakukan diskusi dengan kader Posyandu untuk mengetahui kondisi balita dan pemahaman ibu terkait stunting. Dari hasil diskusi tersebut diketahui bahwa masih ada ibu balita yang belum memahami bahwa stunting merupakan masalah kesehatan serius dan dapat dicegah sejak dini. Oleh karena itu, penyuluhan kesehatan dipilih sebagai kegiatan utama untuk memberikan pemahaman yang jelas dan mudah dipahami oleh ibu balita.

Pada tahap persiapan ini juga disusun materi penyuluhan dan media leaflet. Leaflet dirancang dengan bahasa sederhana, singkat, dan dilengkapi gambar agar mudah dipahami. Isi leaflet meliputi

pengertian stunting, penyebab dan dampak stunting, ciri-ciri anak stunting, serta langkah-langkah pencegahan stunting yang dapat dilakukan di rumah.

Tahap Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan di Posyandu Murbei dan diikuti oleh ibu-ibu yang memiliki balita. Kegiatan berlangsung dalam suasana yang tertib, nyaman, dan mendapat dukungan dari kader Posyandu.



Gambar 1.

Suasana Kegiatan Penyuluhan di Posyandu Murbei

Penyuluhan dimulai dengan penyampaian materi tentang stunting menggunakan metode ceramah yang disertai diskusi. Materi disampaikan dengan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh seluruh peserta. Penjelasan dimulai dari pengertian stunting, penyebab dan dampaknya, hingga cara-cara mencegah stunting melalui pemenuhan gizi, pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi seimbang, serta menjaga kebersihan lingkungan rumah.

Selama kegiatan berlangsung, ibu balita menunjukkan antusiasme yang tinggi. Hal ini terlihat dari perhatian peserta saat pemaparan materi dan keaktifan mereka dalam sesi tanya jawab. Beberapa ibu menanyakan tentang jenis MPASI yang sesuai dengan usia anak, cara memasak makanan bergizi yang sederhana, serta cara memantau pertumbuhan anak di rumah dan di Posyandu.

Pada kegiatan ini juga dibagikan leaflet penyuluhan pencegahan stunting kepada ibu balita. Leaflet berfungsi sebagai media edukasi pendukung yang dapat dibaca kembali di rumah. Dengan desain yang sederhana dan isi yang ringkas, leaflet membantu ibu balita untuk lebih mudah mengingat dan menerapkan pesan-pesan kesehatan yang telah disampaikan.



Gambar 2.

Pemberian Makanan Bergizi (MPASI)

Selain penyuluhan, ibu balita juga diberikan contoh pemberian makanan bergizi untuk anak, salah satunya bubur kacang hijau. Bubur kacang hijau diperkenalkan sebagai contoh MPASI yang mudah dibuat, terjangkau, dan kaya akan protein, energi, serta zat besi yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Ibu balita juga diberikan informasi mengenai variasi MPASI lainnya, seperti sayuran, buah-buahan, ikan, daging, dan telur, serta cara memasak yang sederhana namun tetap bergizi.



Gambar 3.
Pemeriksaan Tumbuh Kembang Balita di Posyandu

Kegiatan di Posyandu juga dilengkapi dengan pemeriksaan tumbuh kembang balita, meliputi penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan. Pemeriksaan ini bertujuan untuk memantau pertumbuhan anak secara rutin dan mendeteksi secara dini adanya tanda-tanda stunting. Selain itu, ibu balita diberikan kesempatan untuk berkonsultasi mengenai kondisi tumbuh kembang anak dan mendapatkan saran terkait gizi dan perawatan anak.

Setelah penyampaian materi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Ibu balita terlihat aktif bertanya dan berbagi pengalaman, terutama terkait pemberian ASI eksklusif, jenis MPASI yang sesuai dengan usia anak, serta cara memantau pertumbuhan anak di rumah maupun di Posyandu. Diskusi ini membantu ibu balita memahami materi secara lebih jelas dan sesuai dengan kondisi yang mereka hadapi sehari-hari.

Hasil Kegiatan

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan penyuluhan pencegahan stunting di Posyandu Murbei, diperoleh beberapa hasil sebagai berikut:

1. **Meningkatnya Pengetahuan Ibu Balita**
Setelah mengikuti penyuluhan, ibu balita lebih memahami pengertian stunting, penyebab, dampak, serta cara mencegah stunting sejak dini.
2. **Meningkatnya Kesadaran akan Pentingnya Gizi Anak**
Ibu balita menjadi lebih sadar akan pentingnya pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi seimbang, serta menjaga kebersihan lingkungan rumah untuk mencegah infeksi yang dapat memicu stunting.
3. **Leaflet Membantu Pemahaman dan Peningkat di Rumah**
Leaflet yang dibagikan membantu ibu balita memahami materi penyuluhan dan dapat digunakan sebagai bahan bacaan ulang di rumah, sehingga pesan pencegahan stunting dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

4. Pemantauan Tumbuh Kembang Anak Lebih Optimal

Melalui pemeriksaan rutin di Posyandu, ibu balita menjadi lebih peduli terhadap pemantauan berat dan tinggi badan anak sebagai langkah deteksi dini stunting.



Gambar 4.
Foto Bersama

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting pada balita di Posyandu Murbei Kelurahan Delima Kota Pekanbaru berjalan dengan baik dan mampu meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai stunting dan upaya pencegahannya. Metode ceramah yang dilengkapi dengan media leaflet terbukti efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan. Ibu balita menjadi lebih memahami pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, MPASI bergizi, serta pemantauan tumbuh kembang anak secara rutin sebagai langkah pencegahan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, H., Ulfa, M., Yanti, D., & Zainab, S. (2022). *Psikopatologi Anak dan Remaja*. Syiah Kuala University Press.
- Arif, S., Isdijoso, W., Fatah, A. R., & Tamyis, A. R. (2020). Tinjauan Strategis Ketahanan Pangan dan Gizi di Indonesia. *Jakarta: SMERU Research Institute*.
- Arifuddin, A., Prihatni, Y., Setiawan, A., Wahyuni, R. D., Nur, A. F., Dyastuti, N. E., & Arifuddin, H. (2023). Epidemiological Model of Stunting Determinants in Indonesia. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2), 224–234.
- Hutabarat, E. N. (2022). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Journal of Health and Medical Science*, 158–163.
- Martony, O. (2023). Stunting di Indonesia: Tantangan dan solusi di era modern. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734–1745.
- Mu'tafi, A., Firdaus, Z., Romadhona, F., Mubarok, I. S., Agung, A. H., Wahyuni, A. N., Larasati, R., Nurhidayat, Y. K. H., Ma'arif, S., & Aufa, A. (2024). Membangun Generasi Cerdas di Desa BINANGUN: Menuju Masa Depan Gemilang dengan Gizi Seimbang dan Bebas Stunting. *CENDEKIA: Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah*, 1(9), 589–597.
- Nurhidayah, I., Hidayati, N. O., & Nuraeni, A. (2019). Revitalisasi posyandu melalui pemberdayaan kader kesehatan. *Media Karya Kesehatan*, 2(2).
- Rahayu, S., Fajrin, R., & Rumah, P. P. (2023). *Pola asuh orang tua dengan kejadian stunting pada balita*. Penerbit Pustaka Rumah C1nta.

- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225–229.
- Rahmawati, S., Yati, S. R., Sholihah, P. D., & Aviva, R. (2024). Membangun Kesadaran Stunting Di Indonesia: Program Edukasi Komprehensif Oleh Kelompok Pengabdian Masyarakat UIN Sunan Ampel Surabaya. *Social Studies in Education*, 2(1), 59–74.
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 hari pertama kehidupan mencegah terjadinya stunting (gizi pendek) di indonesia. *Global Health Science*, 3(2), 139–151.