



Edukasi Gizi Untuk Meningkatkan Kualitas Hidup Balita Stunting Di Desa Pandan Surat, Kecamatan Sukoharjo, Kabupaten Pringsewu

Nopi Anggista Putri¹, Fitriana², Putri Sheilla³, Septi Wulandari⁴, Olif Delfia Putriani⁵, Nira Rahmawati⁶, Egi Anggraeni⁷, Zalfaa Nisrina⁸, Akhla Salwa⁹, Erni Hardiana¹⁰, Novi Marshanda¹¹

¹⁻¹⁰Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Aisyah Pringsewu, Indonesia

Correspondence author: Zalfaa Nisrina

Email: zalfaanisrina109@gmail.com

Address : Jl. A Yani No. 1 A Tambak Rejo, Kec.Gadingrejo, Kab. Pringsewu, Lampung 35372, Telp. 081367201621

Submitted: 20 Juli 2025, Revised: 27 Juli 2025, Accepted: 3 Agustus 2025, Published: 20 Agustus 2025

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i4.597



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Based on data from the Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI) conducted by the Indonesian Ministry of Health (2022), the prevalence of stunting in Indonesia in 2022 was 21.6%. Stunting is caused by long-term and short-term factors that influence a person's nutritional status, indicating that certain healthy behaviors can influence food consumption and nutrient intake.

Objective: The educational activities in this study aim to increase public understanding of nutritional eating patterns to prevent stunting.

Method: This study used a descriptive method, a research technique that aims to present the characteristics of a population or phenomenon methodically and factually. The knowledge of mothers of stunted toddlers was investigated. The target of community service for this population focused on mothers experiencing stunting.

Results: Based on the results of the pre-test and nutritional evaluation, the average knowledge score increased from 61% to 96.5%. After nutrition education through reading and leaflet distribution, the knowledge of all participants increased. Post-test results showed that all students were in the appropriate category, meaning they understood the material very well and were in the appropriate category with a minimum score of 76%.

In short, this study shows the effectiveness of leaflet-based and interactive learning methods in improving nutritional knowledge of mothers of toddlers..

Keywords: Edukasi, Gizi, Balita, Stunting, Kualitas Hidup

Latar Belakang

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh kembang pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam jangka waktu yang panjang, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan. Anak-anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan yang lebih rendah daripada rata-rata anak seusianya. Stunting tidak hanya memengaruhi perkembangan fisik; tetapi juga dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi seiring waktu. Kondisi ini seringkali disebabkan oleh gizi yang tidak memadai dan infeksi berulang yang tidak ditangani dengan tepat (Kemenkes RI, 2021; Putri & Susilowati, 2020).

Menurut WHO, sekitar 148 juta anak di seluruh dunia menderita stunting pada tahun 2022, dan jumlah ini mungkin meningkat menjadi 150,2 juta anak pada tahun 2024 (WHO, 2023). Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) oleh Kemenkes RI (2022) menyatakan bahwa prevalensi angka stunting di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 21,6%, kemudian pada tahun 2023 angka tersebut mengalami penurunan sebesar 0,1%, menjadi 21,5%. Meski telah terjadi penurunan kejadian, angka ini masih menempatkan Indonesia sebagai negara dengan status stunting kronis. Berdasarkan standar WHO, prevalensi stunting harus berada di angka <20%. Disisi lain, pada tahun 2021 Indonesia dinobatkan sebagai negara dengan kasus stunting pada balita terbanyak kedua se-Asia Tenggara (Setiyawati et al., 2024).

Menurut Survei Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2021, angka stunting di Lampung adalah 18,5%, yang merupakan penurunan signifikan dibandingkan dengan 26,26% yang tercatat pada tahun 2019 (Kemenkes RI, 2022).

Salah satu daerah di Provinsi Lampung yang mengalami stunting adalah Kabupaten Pringsewu. Dalam upaya penanggulangan stunting, Kabupaten Pringsewu menghadapi tantangan yang signifikan (Martony, 2023). Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) Kabupaten Pringsewu tahun 2023, prevalensi stunting di wilayah ini mencapai 19,8%, dengan beberapa kecamatan memiliki angka yang lebih tinggi daripada rata-rata kabupaten (Saputri, 2025).

Penatalaksanaan yang telah dilakukan di Kecamatan Pandan Surat, Kabupaten Sukoharjo yaitu Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang disertai dengan memberikan edukasi gizi kepada ibu yang memiliki balit stunting. Namun, karena kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi pada anak-anak, program PMT ini tidak seefektif yang diharapkan. Untuk mengatasi masalah ini, kami berencana memberikan edukasi gizi kepada ibu yang memiliki balita stunting. Diharapkan dengan menggunakan pendekatan ini, kami dapat meningkatkan kesadaran tentang stunting pada Ibu yang memiliki kemampuan stunting sehingga kami dapat lebih memahami gizi yang diberikan dan meningkatkan standar hidup terkait stunting di Desa Pandan Surat.

Tujuan

Meningkatkan kualitas hidup balita stunting di Desa Pandan Stunting dengan memberikan edukasi kepada ibu tentang pemenuhan gizi

Metode

Pada tahap ini, tim akan melakukan survei pendahuluan untuk menentukan permasalahan yang dihadapi masyarakat sebelum kegiatan dimulai. Tujuan program akan ditentukan. Para ibu di wilayah mitra yang memiliki balita dengan stunting akan menjadi salah satu sasarannya. Program ini akan dirancang dengan materi konseling yang jelas dan bermanfaat. Konseling mitra akan menjadi langkah awal dalam program ini. Untuk mengedukasi para ibu tentang pentingnya gizi

bagi anak-anak stunting, tim akan bertemu dengan mereka di Posyandu. Tujuan evaluasi pelaksanaan program adalah untuk menentukan seberapa baik konseling telah disampaikan.

Hasil

Table 1. Presentase Hasil Kuesioner

Responden	Nilai pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan (%)	Nilai pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan (%)
R1	70%	100%
R2	70%	100%
R3	80%	100%
R4	80%	100%
R5	60%	90%
R6	80%	100%
R7	20%	80%
R8	20%	70%
R9	60 %	90%
R10	90%	100%
R11	70%	100%
R12	90%	100%
R13	0%	100%
R14	100%	100%
R15	70%	100%
R16	50%	90%
R17	60%	100%
R18	70%	100%
R19	60%	90%
R20	70%	100%

Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 61% menjadi 96,5% berdasarkan respons kuesioner sebelum dan sesudah konseling gizi. Pemahaman seluruh peserta meningkat setelah edukasi gizi yang diberikan melalui konseling dan pembagian leaflet. Dengan skor $\geq 76\%$, hasil post-test menunjukkan bahwa setiap peserta berada dalam kelompok baik, yang menunjukkan bahwa mereka memiliki pemahaman yang sangat baik terhadap materi yang disampaikan.

Diskusi

Edukasi gizi secara signifikan meningkatkan pemahaman ibu tentang balita, terbukti dari peningkatan skor pengetahuan sebesar 35,5% setelah intervensi. Temuan studi Fadilah & Kartika (2022) yang mengungkapkan bahwa edukasi gizi secara signifikan memengaruhi pengetahuan ibu, yang pada gilirannya memengaruhi status gizi dan konsumsi makanan anak, sejalan dengan hal ini.

Dari 20 responden: 1. Lima belas responden mengalami peningkatan skor menjadi 100%.

2. Skor lima orang meningkat menjadi 80–90%.

Hal ini menunjukkan bahwa setiap peserta memahami sepenuhnya informasi yang disampaikan. Buklet yang dibagikan dan percakapan yang hidup selama sesi tanya jawab merupakan elemen pendukung lainnya. Selain memperoleh lebih banyak pengetahuan, peserta

juga menunjukkan perubahan sikap, seperti keinginan yang lebih besar untuk menyediakan makanan sehat bagi anak-anak mereka. Hal ini penting karena, menurut Putri & Susilowati (2020), angka stunting dapat diturunkan secara lebih efektif dengan pengetahuan yang lebih luas, tetapi tidak dengan perubahan perilaku. Peserta dalam latihan ini menunjukkan keinginan untuk memodifikasi praktik pengasuhan anak mereka, terutama untuk memastikan pola makan seimbang, selain memahami pentingnya gizi. Menurut teori domain kognitif Bloom, pengetahuan merupakan langkah awal menuju pengembangan sikap dan perilaku, yang pada gilirannya memengaruhi perilaku yang meningkatkan kesehatan.

Sebuah studi oleh Relica & Mariyati (2022) mendukung hal ini, menunjukkan bahwa pendidikan gizi berbasis masyarakat secara langsung meningkatkan kemampuan mengasuh anak dan menurunkan risiko malnutrisi. Selain itu, sebuah studi oleh Ariestiningsih dkk. (2022) menemukan bahwa kombinasi leaflet, konseling langsung, dan praktik lapangan dasar merupakan cara yang bermanfaat untuk pendidikan kesehatan masyarakat, terutama dalam situasi stunting. Hal ini didukung oleh pendekatan edukasi yang digunakan.

Diharapkan bahwa pemahaman yang diperluas ini akan memengaruhi penyesuaian perilaku dalam perawatan bayi sehari-hari, pemberian makan, dan kebersihan. Hal ini dapat menurunkan angka stunting seiring waktu. Intervensi edukasi berbasis masyarakat merupakan komponen penting dari upaya internasional untuk mengurangi stunting, menurut WHO (2023). Di Desa Pandan Surat, pemahaman para ibu meningkat berkat program edukasi gizi. Banyak responden berada dalam kategori kurang dan cukup sebelum intervensi, tetapi mayoritas berada dalam kategori baik setelah program edukasi gizi. Hal ini menggambarkan efektivitas strategi pengajaran dan mendukung hipotesis serta temuan penelitian sebelumnya.

Berdasarkan temuan Tabel 1, skor rata-rata pengetahuan ibu meningkat dari 61% sebelum konseling menjadi 96,5% setelahnya. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi gizi berhasil meningkatkan pengetahuan ibu tentang stunting, terbukti dengan peningkatan sebesar 35,5%..

Kesimpulan

Berikut adalah temuan program penyuluhan gizi yang dilaksanakan di Desa Pandan Surat, Kabupaten Sukoharjo, Kabupaten Pringsewu, dengan tujuan meningkatkan kualitas hidup balita stunting. Program penyuluhan ini menunjukkan hasil positif, yaitu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pola makan seimbang bagi tumbuh kembang balita, terutama bagi ibu balita stunting. Program penyuluhan ini merupakan salah satu cara untuk menciptakan dan menyebarkan sumber daya edukasi sederhana tentang pentingnya gizi balita.

Daftar Pustaka

1. AC, NDD, and Mariana R. *Journal of Community Health Issues*, 2021;1(1), The Association between Stunting Incidence and Basic Sanitation in the Yosomulyo Community Health Centre Work Area, Metro District, Metro City Centre.
2. Andi Iffah Cahyaniputri Rezki, Najamuddin, and Darmawansyih Muhammad Sadik Sabry, Rosdianah Rahim, and Andi Palancoi. (2024). *Journal of Medicine and Health*, Vol. 20, No. 1: The Association Between Environmental Health Factors and the Prevalence of Toddler Stunting in the Kassi-Kassi Community Health Centre Area. FA, LED, and Nisa SK. Toddler stunting incidence and clean water sanitation. *Public Health Research and Development in Indonesia*, 2(1), 2021.
3. Has, D. F. S., Ardianto-Kurniawan, G., Widodo, F., Firyal, R. N., & Fauzana, A. (2022) Ariestiningsih, E. S. The "Strong String" program is being implemented in Dahanrejo Village,

Kebomas District, Gresik Regency, in order to prevent stunting. Creativity in Community Service

In 2024, Rahmawati, E. The association between the prevalence of stunting in toddlers in the Sukoharjo Community Health Centre, Pringsewu Regency, 2024, and the knowledge of mothers regarding balanced nutrition [Thesis, Poltekkes, Ministry of Health, Tanjungkarang]. p=show_detail&id=10242 in <https://repository.poltekkes-tjk.ac.id/index.php>

4. In 2020, Ariani, M. A review of the literature on the factors that contribute to toddler stunting. *Journal of Midwifery and Nursing*, 11(1), 172–186; *Health Dynamics*. dksm.v11i1.559 <https://doi.org/10.33859>
5. Kartika, L., and R. N. Fadilah (2022). The first 1,000 days of life are a time for stunting prevention. *Journal of Andalas Public Health*, 16(1), 45–51.
6. Kemenkes RI. (2022). Buku saku hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.
7. Mariyati, M., and D. Relica (2022). Mothers of Toddlers in Stunting-Prone Areas: Nutrition Education and Behavioural Changes. *Journal of Public Health Sciences*, 13(2), 115–121.
8. Martony. O. (2023), Stunting di Indonesia: Tantangan Dan Solusi Di Era Modern. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734-1745.
9. Putri, P. M. S., Saputri, L. A., Zarreta, A. M., Romadlona, N. A., Humairo, M. V., & Pahlevi, R. (2022). At Mawar Integrated Health Post (Posyandu Mawar), toddler cadres receive training on anthropometric measurements for the prevention of early stunting. *PROMOTIF: Community Service Journal* Regency Health Office of Pringsewu. (2022). e-PPGBM, 2022. Pringsewu Regency Health Profile 2022. Nutrition Monitoring Report for Toddlers at Pringsewu Regency. Health Information System for Nutrition.
- Setiyawati, M. E., Ardhiyanti, L. P., Hamid, E. N., Muliarta, N. A. T., & Raihanah, Y. J. (2024). Studi Literatur: Keadaan dan penanganan Stunting di Indonesia. *IKRA ITH*
10. Susilowati, S., and A. P. Putri (2020). Risk factors for toddler stunting. *Journal of Nutrition and Health in Indonesia*, 12(2), 89-96
- Wahid K. Water, Sanitation, and Hygiene (WASH) Analysis of Toddler Stunting Incidence in Mamuju Regency. Hasanuddin University, Makassar, 2020.
- WHO, 2023. Important Information and Techniques for Reducing Childhood Stunting. World Health Organisation. Children's stunting [<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail>]
- Children's stunting (<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail>)