

## Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat dalam Penurunan *Stunting* Melalui Sosialisasi Menu Makanan Bergizi Seimbang

Reza Pratama<sup>1</sup>, Zharifah Zahwa Daulay<sup>2</sup>, Linda Fitria R. Tanjung<sup>3</sup>,  
Syaikah Nabilah Aulia<sup>4</sup>, Sarah Ramadhani<sup>5</sup>, Ulfayani Mayasari<sup>6</sup>,  
Muhammad Ridwan<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7</sup> Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

E-mail: [lindafitria1209@gmail.com](mailto:lindafitria1209@gmail.com)

### Abstrak

*Stunting* merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia, terutama di daerah pedesaan, seperti Desa Namo Mbelin, Langkat. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya pola makan yang seimbang dalam upaya penurunan *stunting* melalui sosialisasi yang melibatkan ibu hamil, calon pengantin, dan balita. Pengabdian ini menerapkan metode dimana data dikumpulkan dengan tahap wawancara, observasi, dan penelaahan dokumen. Hasil dari pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, dari 30% sebelum sosialisasi menjadi 70% setelahnya. Selain itu, masyarakat mulai menerapkan pola makan bergizi seimbang, dengan peningkatan konsumsi protein hewani dan sayuran. Kegiatan demonstrasi memasak, seperti pembuatan bola-bola telur puyuh, berhasil memperkuat pemahaman praktis masyarakat tentang penerapan gizi seimbang. Pengabdian masyarakat ini menyimpulkan bahwa sosialisasi gizi seimbang yang dilakukan efektif dalam rangka meningkatkan pemahaman dan mengubah kebiasaan masyarakat untuk mencegah *stunting*. Dukungan berkelanjutan dari berbagai pihak diperlukan untuk menjaga dampak positif ini dalam jangka panjang.

**Kata Kunci:** *Stunting*, gizi seimbang, sosialisasi

### Abstract

*Stunting* is a serious health issue in Indonesia, particularly in rural areas like Namo Mbelin Village, Langkat. The aim of this research is to enhance public understanding of the importance of a balanced diet in efforts to reduce *stunting* through outreach involving pregnant women, prospective brides, and toddlers. This study employs with a method, where data is collected through interviews, observations, and document reviews. The results show an increase in public knowledge regarding the importance of balanced nutrition, rising from 30% before the outreach to 70% afterward. Additionally, the community has begun to adopt a balanced diet, with increased consumption of animal protein and vegetables. Cooking demonstrations, such as making quail egg balls, effectively reinforced the community's practical understanding of balanced nutrition. The study concludes that the outreach on balanced nutrition was effective in enhancing understanding and changing community habits to prevent *stunting*. Ongoing support from

*various stakeholders is necessary to maintain these positive effects in the long term.*

**Keywords:** *Stunting, balanced nutrition, socialization*

## **Pendahuluan**

*Stunting* masih menjadi permasalahan kesehatan yang serius di Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan yang kerap mengalami keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan dan sumber pangan bergizi. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi kronis yang dialami oleh anak-anak sejak usia dini, yang tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik mereka, tetapi juga mengganggu perkembangan kognitif, motorik, dan sosial-emosional mereka. Anak-anak yang mengalami *stunting* cenderung lebih rentan terhadap penyakit, memiliki kemampuan belajar yang lebih rendah, serta berpotensi mengalami hambatan dalam mencapai produktivitas optimal dimasa dewasa (Hasriani, 2023).

Penanganan *stunting* memerlukan intervensi yang menyeluruh dan berkelanjutan, yang melibatkan berbagai sektor seperti kesehatan, pendidikan, dan ekonomi. Salah satu langkah penting adalah meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, terutama bagi ibu hamil dan anak-anak usia dini, melalui program edukasi gizi, penyuluhan kesehatan, serta pengadaan makanan bergizi di komunitas lokal. Selain itu, diperlukan juga perbaikan pada sistem sanitasi dan akses air bersih, yang memainkan peran penting dalam mencegah infeksi yang dapat memperburuk kondisi gizi anak-anak (Rahman et al., 2023). Kondisi ini menunjukkan betapa pentingnya intervensi dini dan upaya terpadu untuk mencegah *stunting* di Indonesia. Program kesehatan dan edukasi yang melibatkan seluruh lapisan masyarakat, mulai dari orang tua, calon pengantin, hingga tenaga kesehatan di desa, sangat dibutuhkan untuk memastikan anak-anak di wilayah pedesaan mendapatkan asupan gizi yang cukup dan perawatan kesehatan yang memadai. Dengan upaya kolaboratif yang berkelanjutan, angka *stunting* di Indonesia dapat ditekan,

Pemerintah Indonesia telah menempatkan isu *stunting* sebagai salah satu prioritas utama dalam agenda pembangunan nasional. Hal ini tercermin dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024, di mana salah satu target utamanya adalah menurunkan prevalensi *stunting* hingga mencapai maksimum 19% pada tahun 2024. Komitmen ini diwujudkan melalui berbagai program, seperti pemberian bantuan pangan, peningkatan layanan kesehatan ibu dan anak, serta upaya penguatan koordinasi antar lembaga terkait (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Namun, meskipun langkah-langkah penting untuk penanganan *stunting* sudah mulai diterapkan, tantangan yang dihadapi dalam mengatasi *stunting* di Indonesia tetap sangat besar dan kompleks. Salah satu tantangan utama adalah kemiskinan yang masih merajalela, yang seringkali menyebabkan keterbatasan akses terhadap sumber daya dan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan anak yang sehat. Selain itu, kurangnya edukasi mengenai gizi dan kesehatan di kalangan masyarakat juga turut memperburuk situasi, menghambat upaya pencegahan dan penanganan *stunting* secara efektif.

Disparitas akses terhadap layanan kesehatan yang memadai juga menjadi faktor signifikan yang memperburuk kondisi ini, karena tidak semua wilayah di Indonesia memiliki fasilitas kesehatan yang memadai atau tenaga kesehatan yang cukup terampil. Oleh karena itu, untuk memastikan keberhasilan dan keberlanjutan program penanganan stunting di masa depan, dibutuhkan kolaborasi yang lebih erat dan terkoordinasi antara pemerintah, masyarakat, lembaga swadaya masyarakat, sektor swasta, dan semua pihak terkait lainnya. Kerja sama ini diharapkan dapat menciptakan strategi yang lebih komprehensif dan efektif dalam mengatasi berbagai faktor penyebab stunting serta memastikan bahwa setiap anak Indonesia dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal.

Menurut data dari Kementerian Kesehatan, prevalensi *stunting* di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 21,5 persen, hanya mengalami penurunan sebesar 0,1 persen dibandingkan tahun sebelumnya yang sebesar 21,6 persen. Menteri Kesehatan Budi menjelakan bahwa salah satu alasan minimnya Penurunan *stunting* terhambat karena belum adanya model implementasi yang efektif untuk program-program yang telah ditetapkan. Dikatakan bahwa terdapat kendala dalam pelaksanaan di lapangan, yang menyebabkan program pencegahan *stunting* tidak berjalan secara optimal. Masalah ini diperkirakan terjadi di hampir seluruh wilayah Indonesia. (Utaminingsyas, 2020). Saat ini, Kementerian Kesehatan sedang melakukan evaluasi terhadap isu ini, dengan fokus khusus pada anak-anak yang tergolong mengalami *wasting* dan memiliki risiko tinggi terkena *stunting*. Diharapkan protokol pencegahan *stunting* yang optimal dapat diterapkan dengan efektif (Rochmatun Hasanah et al., 2023).

*Stunting* merupakan masalah gizi kronis pada anak usia dibawah 5 tahun yang ditandai dengan tinggi badan yang pendek (kegagalan pertumbuhan) dibandingkan dengan anak pada usia yang sama. Kondisi ini berdampak besar terhadap tumbuh kembang anak, baik secara fisik maupun mental. Mengatasi masalah *stunting* memerlukan pendekatan yang komprehensif, termasuk meningkatkan kesadaran Masyarakat (Boucot & Poinar Jr., 2010). Dengan meningkatkan kesadaran, masyarakat akan lebih termotivasi untuk mengubah perilaku yang tidak mendorong tumbuh kembang anak, seperti Penyediaan pangan yang kurang akan gizi, akses yang terbatas terhadap air bersih, dan kondisi sanitasi yang tidak memadai (Maryati et al., 2023). Masyarakat yang memiliki pemahaman tentang pentingnya pencegahan *stunting* cenderung lebih terbuka untuk berpartisipasi aktif dalam program-program yang bertujuan menurunkan angka *stunting*. Salah satu langkah strategis yang dapat diambil dalam upaya pencegahan *stunting* di tingkat akar rumput adalah mensosialisasikan pentingnya menu gizi seimbang. Sosialisasi ini tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga mendorong keterlibatan langsung masyarakat dalam merencanakan dan menyusun menu makanan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan keluarga, namun tetap terjangkau dan mudah diakses di lingkungan desa.

Program ini secara khusus menitikberatkan pada pentingnya partisipasi aktif masyarakat dalam setiap aspek pelaksanaannya, dari tahap perencanaan hingga

implementasi. Ini dimulai dengan melibatkan warga dalam penyusunan menu yang sesuai dengan kebutuhan gizi mereka serta memastikan bahwa menu tersebut dapat dipraktikkan dengan mudah dalam kehidupan sehari-hari. Dengan cara ini, masyarakat tidak hanya terlibat secara langsung dalam proses pengambilan keputusan, tetapi juga mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang pola makan yang sehat dan bagaimana cara menerapkannya secara mandiri dalam rutinitas mereka. Selain itu, program ini memanfaatkan sumber daya lokal yang tersedia di desa, seperti bahan makanan tradisional dan keahlian lokal, yang tidak hanya membuat program ini lebih relevan secara budaya dan ekonomis, tetapi juga meningkatkan kemungkinan penerimaan dan keberhasilan di tingkat komunitas. Dengan pendekatan ini, diharapkan masyarakat setempat dapat merasa lebih memiliki dan bertanggung jawab terhadap kesehatan mereka sendiri, sehingga meningkatkan efektivitas dan keberlanjutan program.

Pendekatan yang menggabungkan antara pengetahuan gizi dengan pemanfaatan sumber daya lokal ini telah terbukti efektif dalam meningkatkan status gizi anak-anak, terutama di daerah pedesaan. Selain itu, pendekatan ini juga memiliki potensi untuk memberikan dampak jangka panjang, karena pengetahuan yang dibagikan dan diterapkan oleh masyarakat akan diturunkan dari satu generasi ke generasi berikutnya. Dengan demikian, diharapkan siklus *stunting* yang kerap terjadi pada generasi sebelumnya dapat diputus, dan anak-anak di desa dapat tumbuh dengan lebih sehat dan berkembang secara optimal (Selvi et al., 2022).

Ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan *stunting* pada anak balita, yang terbagi menjadi dua kategori yaitu faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung mencakup kekurangan gizi pada ibu, kelahiran prematur, pemberian makanan yang kurang tepat, serta kurangnya pemberian ASI eksklusif. Sementara itu, faktor tidak langsung meliputi akses terhadap layanan kesehatan, tingkat pendidikan, kondisi sosial budaya, dan kebersihan lingkungan. (Nasution IS, 2022). *Stunting* menjadi masalah serius karena meningkatkan risiko penyakit dan kematian. Selain itu, *stunting* dapat memengaruhi perkembangan otak, yang berakibat pada keterlambatan motorik dan gangguan pertumbuhan mental anak (LPPM STIKes Hang Tuah Pekanbaru., 2015).

Melalui sosialisasi menu makanan dengan gizi seimbang dapat mengurangi permasalahan *stunting* sebagai isu kesehatan masyarakat yang harus diperhatikan. *Stunting* yang ditandai dengan tinggi badan anak yang kurang dari standar usia, merupakan dampak jangka panjang dari kekurangan gizi kronis pada masa awal kehidupan (Mustika & Syamsul, 2018). Tentu kondisi ini dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Kekurangan gizi yang berkepanjangan dapat menghambat perkembangan fisik anak, menyebabkan masalah pertumbuhan yang dapat berlanjut hingga dewasa, serta mempengaruhi kemampuan mereka untuk mencapai potensi penuh dalam hal kinerja akademis dan keterampilan kognitif. Dampak jangka panjang dari masalah ini tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik dan mental anak dalam waktu dekat, tetapi juga dapat

mempengaruhi kualitas hidup mereka di masa depan, termasuk kemampuan mereka untuk berpartisipasi secara produktif dalam masyarakat dan ekonomi. Dengan kata lain, kekurangan gizi yang tidak diatasi dengan baik dapat membatasi peluang dan prospek hidup anak, yang akhirnya dapat berkontribusi pada siklus kemiskinan dan ketidakberdayaan yang berkepanjangan.

Anak yang mengalami stunting tidak hanya menghadapi masalah pertumbuhan fisik, seperti postur tubuh yang lebih pendek dibandingkan anak seusianya, tetapi juga berisiko tinggi mengalami keterlambatan yang signifikan dalam perkembangan otak. Stunting dapat mengakibatkan penurunan volume otak, yang berdampak negatif pada berbagai aspek fungsi kognitif, termasuk kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah yang kompleks, kemampuan belajar, konsentrasi, serta daya ingat jangka pendek maupun jangka panjang. Akibatnya, anak yang mengalami stunting sering kali kesulitan dalam mengikuti pelajaran di sekolah, yang pada gilirannya dapat memengaruhi prestasi akademis mereka secara keseluruhan. Selain itu, keterlambatan perkembangan otak ini juga berpotensi menghambat kemampuan anak untuk berinteraksi secara sosial dengan teman sebaya dan mengekspresikan emosi mereka dengan baik. Gangguan perkembangan sosial-emosional ini dapat memengaruhi kepercayaan diri, keterampilan komunikasi, dan kemampuan anak dalam membangun hubungan yang sehat dengan orang lain di masa depan. Oleh karena itu, dampak stunting tidak hanya dirasakan dalam jangka pendek, tetapi juga berlanjut hingga dewasa, yang dapat membatasi peluang anak untuk meraih potensi maksimal mereka di berbagai aspek kehidupan (Yuwanti et al., 2021).

Selain itu, anak yang mengalami stunting cenderung menghadapi kesulitan yang signifikan dalam hal berkonsentrasi dan mempertahankan fokus, yang merupakan keterampilan dasar untuk pembelajaran yang efektif. Ketidakmampuan untuk berkonsentrasi dengan baik mengakibatkan anak sering kali tidak mampu menyerap informasi dengan optimal selama proses belajar di sekolah. Kondisi ini diperburuk oleh kesulitan dalam berkomunikasi, baik secara verbal maupun nonverbal, yang membuat anak kesulitan mengekspresikan pikiran, perasaan, atau memahami instruksi dan materi pelajaran dari guru. Akibatnya, hambatan-hambatan ini memperburuk keterlambatan dalam perkembangan kognitif dan kemampuan pembelajaran anak secara keseluruhan (Maryati et al., 2023).

Nutrisi sangat penting bagi anak, Pemenuhan nutrisi pada anak, terutama selama masa pertumbuhan awal, sangat penting untuk memastikan perkembangan yang optimal. Protein, sebagai komponen utama dalam pembentukan sel dan jaringan tubuh, berperan penting dalam mendukung pertumbuhan fisik serta perkembangan otot dan organ vital. Selain itu, asam folat, yang dikenal sebagai vitamin B9, sangat penting untuk pembentukan DNA dan RNA, yang memungkinkan pembelahan sel yang cepat dan pertumbuhan yang sehat. Kekurangan asam folat pada anak dapat menyebabkan masalah perkembangan, termasuk kelainan pada pembentukan tabung saraf (Rahayu et al., 2018).

Selain protein dan asam folat, nutrisi penting lainnya seperti zat besi, kalsium, dan

vitamin D juga berperan dalam mendukung perkembangan tulang, fungsi otak, dan sistem kekebalan tubuh anak. Zat besi, misalnya, penting untuk pembentukan *hemoglobin* dalam darah, yang membantu mengangkut oksigen ke seluruh tubuh, termasuk otak. Kalsium dan vitamin D bekerja bersama-sama untuk memastikan pertumbuhan tulang yang kuat dan sehat, mengurangi risiko patah tulang atau masalah kesehatan lainnya di kemudian hari. Dengan memastikan anak mendapatkan asupan nutrisi yang seimbang, kita membantu mereka tumbuh menjadi individu yang sehat, cerdas, dan memiliki kekebalan tubuh yang kuat (Mustika & Syamsul, 2018).

Sosialisasi ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman masyarakat serta meningkatkan keterampilan mereka dalam merencanakan dan menyajikan makanan yang kaya akan nutrisi esensial, seperti protein, vitamin, dan mineral. Program ini menekankan pentingnya gizi seimbang sebagai dasar pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal, dengan memberikan informasi yang jelas dan praktis mengenai peran setiap komponen gizi dalam tubuh serta cara mudah mengintegrasikannya ke dalam pola makan sehari-hari (Goenawan et al., 2019).

Melalui sosialisasi yang dilakukan secara efektif, diharapkan masyarakat dapat menjadi lebih proaktif dalam memenuhi kebutuhan gizi anak-anak mereka, terutama pada usia dini, ketika fase pertumbuhan sangat cepat dan menentukan masa depan kesehatan mereka. Sosialisasi ini mencakup penyampaian informasi yang jelas dan terperinci mengenai pentingnya nutrisi yang baik, serta cara-cara praktis untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, masyarakat juga diberikan panduan tentang cara menyiapkan menu makanan yang bergizi dengan memanfaatkan bahan-bahan lokal yang mudah ditemukan di sekitar desa. Panduan ini dirancang untuk membantu mereka memahami bagaimana mengkombinasikan bahan-bahan tersebut dengan cara yang seimbang dan sehat. Langkah ini sangat penting karena tidak hanya memastikan bahwa makanan sehat tidak hanya sekadar menjadi konsep teoretis, tetapi juga menjadi hal yang nyata, terjangkau, dan mudah diakses oleh seluruh lapisan masyarakat, terutama mereka yang tinggal di daerah pedesaan dengan keterbatasan akses terhadap berbagai sumber daya dan informasi. Dengan cara ini, diharapkan dapat tercipta perubahan yang signifikan dalam pola makan dan kesehatan anak-anak, yang akan berdampak positif pada perkembangan mereka dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Dengan menerapkan pendekatan ini, diharapkan akan terjadi perbaikan yang signifikan dalam pola makan keluarga, yang pada gilirannya akan berkontribusi pada penurunan prevalensi stunting di masyarakat. Pemanfaatan bahan lokal yang kaya nutrisi tidak hanya memberikan manfaat langsung dalam meningkatkan kesehatan individu, tetapi juga berfungsi sebagai alat pemberdayaan bagi masyarakat untuk menjadi mandiri dalam menyediakan makanan yang bergizi bagi keluarga mereka. Melalui pemahaman dan penerapan cara-cara praktis dalam memanfaatkan bahan-bahan lokal, masyarakat dapat mengembangkan kebiasaan makan yang sehat dan berkelanjutan. Selain itu, upaya ini juga mendukung keberlanjutan jangka panjang dengan memastikan bahwa kebiasaan

makan yang sehat dan pola hidup yang baik dapat diwariskan kepada generasi mendatang. Dengan cara ini, diharapkan masalah stunting dapat ditekan secara signifikan di masa depan, menghasilkan dampak positif yang bertahan lama dan memberikan kontribusi terhadap kesehatan dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan.

Kegiatan ini merupakan hasil dari kolaborasi yang komprehensif antara Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) Provinsi Sumatera Utara dan Kelompok Kuliah Kerja Nyata (KKN) 107 Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Kolaborasi ini dilaksanakan di Desa Namo Mbelin dengan tujuan utama untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan *stunting*. Acara ini dihadiri oleh berbagai pihak yang memiliki peran penting dalam pengendalian penduduk dan kesehatan masyarakat, yaitu Dinas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kabupaten Langkat, Pengawas Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kecamatan Kuala, Koordinator Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) Puskesmas Kuala, Koordinator Gizi Puskesmas Kuala, Bidan Desa, serta Kader Posyandu dari desa Namo Mbelin. Selama acara, dilakukan berbagai kegiatan sosialisasi yang bertujuan untuk memberikan informasi yang mendalam dan praktis mengenai langkah-langkah pencegahan *stunting*, serta untuk memotivasi masyarakat agar lebih aktif dalam menjaga kesehatan dan gizi anak-anak mereka. Sosialisasi ini dirancang untuk mendukung dan memperkuat misi pemerintah dalam mengatasi masalah *stunting*, yang merupakan salah satu tantangan kesehatan utama di Indonesia. Kegiatan ini diselenggarakan dengan partisipasi yang antusias dari masyarakat lokal dan pihak-pihak terkait, bertempat di Desa Namo Mbelin, Kecamatan Kuala, Kabupaten Langkat, pada tanggal 19 Agustus 2024. Keberhasilan acara ini diharapkan dapat memberikan dampak positif yang berkelanjutan bagi kesehatan dan kesejahteraan anak-anak di wilayah tersebut.

Pengabdian masyarakat yang dilakukan dan analisis yang mendalam mengenai isu *stunting* telah dilakukan secara luas dan dipublikasikan melalui berbagai artikel ilmiah serta karya akademik di perguruan tinggi, yang menunjukkan bahwa *stunting* adalah masalah kesehatan yang kompleks dan multidimensi. Solusi untuk permasalahan *stunting* memerlukan pendekatan yang terintegrasi, yang mencakup berbagai aspek seperti kesehatan, gizi, pendidikan, dan faktor sosial ekonomi. Oleh karena itu, pendekatan yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengakomodasi teori serta data dan fakta yang diungkapkan dalam latar belakang tulisan ini, sehingga dapat memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai isu tersebut.

Fokus utama dari pembahasan dan pengabdian Masyarakat ini adalah pada upaya penyadaran masyarakat mengenai pentingnya penurunan angka stunting, dengan penekanan khusus pada desa Namo Mbelin. Pengabdian masyarakat ini secara mendalam mengeksplorasi berbagai aspek pelaksanaan sosialisasi yang dirancang untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola makan bergizi seimbang sebagai salah satu strategi utama dalam mengatasi dan mengurangi prevalensi stunting yang tinggi di daerah tersebut. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai kebutuhan nutrisi yang memadai, dengan penekanan pada

bagaimana pola makan yang seimbang dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

Program sosialisasi ini tidak hanya menyampaikan informasi teoritis mengenai pentingnya asupan gizi yang tepat, tetapi juga berfokus pada pengajaran cara-cara praktis yang dapat diterapkan oleh masyarakat dalam kehidupan sehari-hari mereka. Ini termasuk pelatihan tentang bagaimana memilih bahan makanan yang bergizi, cara mengolah makanan dengan metode yang sehat, dan tips untuk mengatur pola makan yang seimbang. Selain itu, sosialisasi ini juga melibatkan aktivitas yang mendorong partisipasi aktif masyarakat, seperti demonstrasi memasak, lokakarya tentang gizi, dan diskusi kelompok, yang bertujuan untuk memperkuat pemahaman dan keterampilan mereka dalam menerapkan kebiasaan makan sehat.

Dengan pendekatan ini, diharapkan masyarakat tidak hanya mendapatkan pengetahuan yang mendalam tentang pentingnya gizi, tetapi juga merasa lebih percaya diri dan termotivasi untuk mengimplementasikan perubahan positif dalam pola makan mereka. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengidentifikasi bagaimana sosialisasi yang efektif dapat berkontribusi pada perubahan perilaku di tingkat komunitas dan, pada gilirannya, membantu mengurangi angka stunting secara signifikan. Dengan memfasilitasi akses yang lebih baik ke informasi dan sumber daya yang dibutuhkan untuk menerapkan pola makan yang sehat, pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti terhadap upaya pengentasan *stunting* di desa Namo Mbelin dan wilayah sekitarnya.

Dengan melibatkan berbagai pihak seperti tenaga medis, kader posyandu, dan tokoh masyarakat, pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengevaluasi seberapa efektif sosialisasi menu makanan bergizi seimbang dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat serta dampaknya terhadap penurunan angka *stunting* di desa tersebut. Harapannya, hasil dari pengabdian masyarakat ini tidak hanya dapat memberikan kontribusi signifikan dalam mengatasi masalah stunting di tingkat lokal, tetapi juga memberikan wawasan berharga yang dapat diterapkan dalam skala yang lebih luas, sehingga mendukung upaya pemerintah dan lembaga kesehatan dalam pengentasan masalah *stunting* secara keseluruhan.

Dalam karya tulis ini, penekanan utama juga diberikan pada pembahasan dan analisis terkait pencegahan dan penanganan stunting, khususnya pada kelompok ibu hamil dan ibu yang memiliki balita. Hal ini dikarenakan periode kehamilan dan masa pertumbuhan awal anak merupakan fase kritis yang menawarkan jendela peluang (*window of opportunity*) untuk melakukan intervensi gizi yang efektif. Pada periode ini, adanya intervensi yang tepat dan segera dapat sangat mempengaruhi kesehatan dan status gizi ibu serta anak, dan berpotensi mencegah terjadinya kondisi gizi buruk atau kekurangan gizi kronis yang dapat berlanjut menjadi *stunting* pada balita. Dalam konteks ini, karya tulis ini berusaha untuk membahas secara mendalam berbagai pendekatan dan strategi pencegahan yang dapat diterapkan pada ibu hamil dan ibu dengan balita, guna memastikan bahwa mereka memperoleh asupan gizi yang memadai dan seimbang.

Pembahasan ini mencakup evaluasi terhadap program-program gizi yang ada, intervensi yang telah diterapkan, serta pengidentifikasian tantangan dan hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaan program tersebut. Selain itu, analisis ini juga menyoroti pentingnya pendidikan gizi dan dukungan sosial dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi yang tepat untuk mendukung kesehatan mereka dan perkembangan optimal anak-anak mereka.

Dengan menganalisis efektivitas berbagai intervensi gizi yang diterapkan selama periode kritis ini, diharapkan dapat dihasilkan rekomendasi berbasis bukti yang praktis dan aplikatif untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang mendalam mengenai cara-cara untuk memperbaiki status gizi ibu hamil dan ibu balita, serta mengurangi prevalensi *stunting* dalam masyarakat. Dengan demikian, hasil dari karya tulis ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat secara umum dan mendukung upaya pemerintah serta lembaga kesehatan dalam mengatasi dan mengurangi masalah *stunting* secara efektif dan berkelanjutan.

## Metode

Pengabdian masyarakat yang dilakukan secara terperinci untuk menggambarkan secara mendalam upaya yang dilakukan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat guna menurunkan angka *stunting* di Desa Namo Mbelin. Sosialisasi yang dilakukan pada 19 Agustus 2024 berfokus pada pentingnya penerapan menu makanan dengan gizi seimbang dan dilaksanakan di aula kantor desa, dengan subjek utama terdiri dari ibu hamil, calon pengantin, mahasiswa KKN, dan anak balita. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan penelaahan dokumen. Wawancara bertujuan untuk memperoleh pemahaman langsung dari subjek terkait persepsi dan pengalaman mereka mengenai gizi seimbang serta peranannya dalam mencegah *stunting*. Observasi langsung dilakukan untuk mengamati keterlibatan dan respons subjek selama kegiatan sosialisasi berlangsung. Penelaahan dokumen digunakan untuk menambah konteks dan memperkuat temuan dari wawancara dan observasi.

Dalam hal ini, perincian analisis tersebut dilakukan melalui proses seleksi data, penyajian informasi dalam bentuk naratif, serta penarikan kesimpulan yang menyeluruh berdasarkan data yang terkumpul. Dalam hal ini, instrumen meliputi panduan wawancara, lembar observasi, dan catatan lapangan, yang dirancang untuk menangkap dinamika sosial dan aspek budaya yang memengaruhi perilaku masyarakat dalam hal gizi.

## Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi mengenai upaya peningkatan kesadaran masyarakat dalam penurunan *Stunting* melalui sosialisasi menu makanan bergizi seimbang didapatkan hasil bahwa langkah pertama dalam upaya peningkatan kesadaran masyarakat tentang *stunting* di Desa Namo Mbelin adalah melalui sosialisasi.

Salah satu pendekatan yang digunakan adalah penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang untuk mencegah *stunting* pada anak. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, didapatkan bahwa sosialisasi ini memberikan dampak positif terhadap pemahaman masyarakat. Hasil dari kerjasama antara mahasiswa KKN 107 UIN Sumatera Utara dengan BKKBN dalam pencegahan *stunting* di Desa Namo Mbelin menunjukkan dampak yang signifikan. Kegiatan sosialisasi yang dilaksanakan, termasuk penyuluhan dan diskusi interaktif dengan narasumber ahli, berhasil meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dengan menghadirkan salah satu perwakilan BKKBN Provinsi Sumatera Utara sebagai narasumber, masyarakat diberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai *stunting*, yang dijelaskan sebagai kondisi yang dapat menghambat pertumbuhan anak secara fisik dan kognitif jika tidak ditangani dengan baik. Selain itu, pihak BKKBN juga memperkenalkan aplikasi Elsimit kepada calon pengantin (CATIN) yang hadir dalam sosialisasi. Aplikasi ini memungkinkan masyarakat untuk mendeteksi faktor risiko *stunting* secara dini, serta menyediakan informasi tentang kesehatan pernikahan dan kehamilan. Pengenalan aplikasi ini memberikan kemudahan bagi calon ibu dan keluarga dalam mencegah *Stunting* sebelum kelahiran anak.



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi (Sumber: Tim Pengabdian, 2024)

Anak balita, yaitu mereka yang berusia 1-5 tahun, berada dalam fase penting pertumbuhan dan perkembangan manusia. Periode ini merupakan tahap krusial yang mempengaruhi keberhasilan perkembangan pada fase-fase kehidupan selanjutnya. Pada usia ini, pertumbuhan terjadi dengan sangat cepat dan tidak dapat diulang, sehingga sering disebut sebagai masa "golden age" yang penting untuk mendapatkan perhatian khusus karena berdampak pada kualitas kesehatan di masa mendatang. Di fase ini, perkembangan anak, baik dari segi fisik, psikologis, mental, maupun sosial, berlangsung sangat pesat. Anak balita termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap berbagai penyakit. Salah satu cara untuk meningkatkan kesehatan mereka adalah dengan memberikan makanan yang bergizi serta imunisasi. Pada tahap ini, anak-anak

memerlukan asupan nutrisi yang lengkap untuk mendukung perkembangan fisik dan otak. Masa balita merupakan periode yang sangat penting, sehingga kebutuhan gizi mereka harus terpenuhi dengan optimal, baik dari segi jumlah maupun kualitas (Priyono, 2020).

Kolaborasi antara berbagai pemangku kepentingan dapat mendukung program percepatan penurunan *stunting*, misalnya melalui pelatihan untuk tenaga kesehatan dan kader kesehatan, serta program intervensi sensitif dan promotif, seperti penyediaan air bersih dan sanitasi, bantuan pangan non tunai, serta rumah pangan lestari, di samping intervensi spesifik. Berdasarkan panduan yang diterbitkan oleh Direktorat Jenderal Pembangunan dan Pemberdayaan Masyarakat Desa mengenai fasilitasi dan konvergensi pencegahan *stunting* di desa, masyarakat perlu diperkuat perannya dalam hal pendataan, pemantauan, serta advokasi (koordinasi, konvergensi, dan regulasi) untuk mencegah *stunting* di desa, sejalan dengan upaya pembangunan desa dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan.

Keterlibatan mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) 107 dari Universitas Islam Negeri Sumatera Utara dalam program ini mencakup berbagai aspek penting dari penyuluhan kesehatan, termasuk penyampaian materi yang komprehensif terkait pentingnya pemenuhan nutrisi bagi ibu hamil dan bayi. Program ini berfokus pada memastikan bahwa ibu hamil dan ibu dengan bayi mendapatkan asupan gizi yang seimbang dan memadai, yang mencakup elemen-elemen penting seperti protein, asam folat, zat besi, kalsium, dan vitamin D.

Penyampaian materi ini dilakukan dengan pendekatan yang mendalam, komprehensif, dan berbasis bukti ilmiah, sehingga masyarakat dapat memahami dengan jelas dan detail bagaimana berbagai jenis nutrisi penting, seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral, secara langsung berkontribusi pada kesehatan ibu selama masa kehamilan serta perkembangan optimal bayi mereka, baik secara fisik maupun mental. Sosialisasi ini juga menekankan pentingnya nutrisi yang seimbang selama masa kehamilan dan menyusui, termasuk makanan kaya zat besi dan kalsium yang mendukung pembentukan tulang dan jaringan pada janin. Selain itu, mahasiswa KKN tidak hanya memberikan edukasi secara teoretis, tetapi juga menyertakan praktik langsung melalui demonstrasi memasak makanan bergizi, agar masyarakat dapat menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi yang diberikan juga menjelaskan secara rinci tentang peran krusial nutrisi, khususnya dalam mendukung perkembangan otak dan kemampuan kognitif anak sejak usia dini, yang sangat penting dalam mencegah terjadinya stunting dan memaksimalkan potensi tumbuh kembang anak di masa depan. Dengan cara ini, masyarakat dapat lebih menyadari bahwa upaya pencegahan stunting tidak hanya bergantung pada asupan makanan harian, tetapi juga pada pola hidup sehat secara keseluruhan.

Melalui pendekatan yang berbasis pada penyuluhan dan pendidikan ini, diharapkan masyarakat desa Namo Mbelin dapat lebih memahami dan menerapkan prinsip-prinsip gizi yang baik dalam kehidupan sehari-hari mereka. Dengan demikian,

diharapkan bahwa program ini tidak hanya akan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi, tetapi juga akan berkontribusi secara signifikan dalam mengurangi risiko *stunting* di desa tersebut. Keterlibatan aktif mahasiswa KKN dalam proses ini berperan penting dalam menyebarkan informasi yang tepat dan mendukung perubahan perilaku yang positif di tingkat komunitas.

Hal ini sejalan dengan temuan di lapangan bahwa *stunting* adalah kondisi di mana pertumbuhan tinggi badan anak terhambat atau lebih pendek dari standar usianya akibat kekurangan gizi kronis, terutama selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang mencakup masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Kondisi ini dapat memberikan dampak negatif terhadap perkembangan fisik dan kognitif anak di masa depan. Tinggi badan yang terhambat atau *stunting* berkaitan erat dengan perkembangan kecerdasan. Anak yang mengalami *stunting* cenderung mengalami keterlambatan dalam perkembangan kognitif, yang dapat memengaruhi kemampuan belajar serta performa akademis di kemudian hari. Selain itu, *stunting* juga berpengaruh buruk pada kemampuan motorik, bahasa, dan fungsi sosial anak. Kurangnya nutrisi tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik tetapi juga pada perkembangan otak selama masa-masa kritis pertumbuhan tersebut.

Hasil dari kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran masyarakat tentang *stunting*, tetapi juga mendorong partisipasi aktif mereka dalam program kesehatan yang diselenggarakan di desa. Peningkatan partisipasi warga dalam pemeriksaan kesehatan rutin dan kegiatan posyandu menunjukkan bahwa masyarakat mulai menerapkan pengetahuan yang mereka peroleh selama sosialisasi, yang berpotensi untuk terus menurunkan angka *stunting* di Desa Namo Mbelin.

Dalam hal ini sebelum pelaksanaan sosialisasi, hanya 30% masyarakat Namo Mbelin yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang pentingnya gizi seimbang. Kementerian kesehatan Menyebutkan bahwa ada berbagai langkah yang dapat diambil untuk mencegah *stunting*, salah satunya adalah dengan memastikan pemenuhan kebutuhan gizi secara optimal selama masa kehamilan. Langkah ini terbukti efektif dalam mencegah *stunting* pada anak. Selain itu, Kemenkes juga merekomendasikan agar perempuan hamil secara rutin menjalani pemeriksaan kesehatan untuk memastikan kondisi kesehatan ibu dan bayi (Maryati et al., 2023).

Namun, setelah kegiatan sosialisasi, angka tersebut meningkat menjadi 70%. Peningkatan pengetahuan ini didukung oleh teori bahwa penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat mengenai topik kesehatan yang spesifik, termasuk gizi seimbang.

Selain peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang, masyarakat Desa Namo Mbelin juga telah secara aktif menerapkan prinsip-prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari mereka. Upaya ini dilakukan tidak hanya dalam skala individu, tetapi juga dalam lingkup keluarga dan komunitas. Hal ini terbukti dari perubahan positif dalam pola makan masyarakat, dengan adanya peningkatan konsumsi sayuran segar, protein hewani seperti daging, ikan, dan telur,

serta beragam jenis makanan bergizi lainnya, termasuk sumber karbohidrat yang sehat, kacang-kacangan, dan buah-buahan. Perubahan ini mencerminkan kesadaran yang lebih tinggi mengenai pentingnya variasi makanan yang kaya akan vitamin, mineral, dan zat gizi lain yang dibutuhkan oleh tubuh.

Masyarakat juga memulai kebiasaan baru seperti mengurangi konsumsi makanan olahan yang tinggi gula dan garam, serta menggantinya dengan makanan yang lebih sehat dan alami. Usaha mereka dalam memperbaiki pola makan keluarga menunjukkan komitmen yang kuat untuk meningkatkan kualitas hidup dan mencegah masalah kesehatan, seperti stunting dan malnutrisi, terutama pada anak-anak dan ibu hamil. Perubahan perilaku ini didorong oleh pemahaman baru yang diperoleh melalui berbagai sosialisasi dan demonstrasi langsung yang dilakukan di desa, yang membantu masyarakat lebih memahami bagaimana menerapkan prinsip-prinsip gizi seimbang secara praktis. Pada akhirnya, hal ini diharapkan tidak hanya berdampak pada perbaikan status kesehatan individu, tetapi juga memberikan kontribusi positif terhadap kesejahteraan seluruh komunitas Desa Namo Mbelin dalam jangka panjang.

Salah satu contoh konkrit dari penerapan gizi seimbang ini dapat dilihat melalui kegiatan demonstrasi pembuatan bola-bola telur puyuh, yang melibatkan partisipasi langsung dari masyarakat. Kegiatan ini tidak hanya memberikan contoh praktis tentang cara menyiapkan makanan yang mudah dan cepat, tetapi juga memastikan bahwa makanan yang disajikan memenuhi kebutuhan gizi anak-anak secara efektif. Bola-bola telur puyuh, yang dibuat selama demonstrasi tersebut, merupakan pilihan makanan yang kaya akan protein dan nutrisi penting, serta mudah disiapkan di rumah.

Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi tetapi juga memberikan solusi praktis yang dapat diimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari. Implementasi dari prinsip-prinsip gizi seimbang ini berperan penting dalam mendukung kesehatan anak-anak dan mengurangi risiko *stunting* di desa Namo Mbelin, serta memperkuat komitmen masyarakat terhadap penerapan pola makan yang lebih sehat. Hasil dari kegiatan ini juga sejalan dengan pengabdian masyarakat yang menyebutkan bahwa metode demonstrasi memasak efektif meningkatkan pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang, terutama dalam konteks pencegahan *stunting*. Melalui kegiatan ini, peserta mendapatkan edukasi langsung tentang penyusunan makanan bergizi seimbang, yang dapat meningkatkan keterampilan dalam mempersiapkan makanan sehat, seperti Nugget Ceria sebagai makanan tambahan ASI (MP-ASI) tanpa bahan pengawet. Metode ini terbukti berdampak positif terhadap peningkatan pengetahuan gizi, terutama bagi ibu-ibu yang menjadi target sosialisasi (Asnaningsih, 2024). Pemahaman yang lebih baik tentang nutrisi dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari merupakan langkah penting untuk menurunkan angka *stunting* di desa tersebut.

Peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat ini menunjukkan bahwa program sosialisasi yang dilakukan efektif dalam meningkatkan kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang. Meskipun demikian, diperlukan dukungan

berkelanjutan dari pihak-pihak terkait untuk memastikan bahwa perubahan ini dapat dipertahankan dalam jangka panjang. Upaya monitoring dan penyuluhan lanjutan akan membantu dalam menjaga keberhasilan program ini serta memastikan penurunan angka *stunting* yang berkelanjutan.



Gambar 2. Olahan Makanan Pencegahan *Stunting* (Sumber: Tim Pengabdian, 2024)

## Simpulan

Berdasarkan dari analisis upaya peningkatan kesadaran masyarakat dalam penurunan *stunting* melalui sosialisasi menu makanan bergizi seimbang di Desa Namo Mbelin menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi yang dilakukan oleh mahasiswa kuliah kerja nyata (KKN) kelompok 107 UIN Sumatera Utara, berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang terkait penanganan dan pencegahan kasus *stunting* di Indonesia. Dengan terlaksananya sosialisasi pencegahan *stunting* ini, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan tentang pentingnya gizi seimbang pada ibu hamil dan balita, yakni angka sebelumnya 30% yang meningkat menjadi 70%.

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh masyarakat melalui program ini telah berpengaruh positif pada penerapan pola makan bergizi dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hal ini terlihat dari peningkatan konsumsi sayuran dan protein hewani, yang merupakan indikator nyata dari perubahan pola makan menuju pilihan yang lebih sehat. Salah satu contoh konkret dari penerapan prinsip gizi seimbang ini adalah kegiatan demonstrasi pembuatan olahan makanan bola-bola telur puyuh, yang tidak hanya memberikan metode praktis bagi masyarakat untuk menyiapkan makanan bergizi tetapi juga menunjukkan efektivitas dari pendekatan berbasis praktik langsung.

Kegiatan demonstrasi ini membuktikan bahwa metode praktis seperti ini dapat sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya nutrisi. Dengan menyediakan contoh nyata dan mudah diikuti, masyarakat dapat lebih

mudah mengimplementasikan prinsip-prinsip gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari mereka. Hasil dari program ini mendukung teori bahwa penyuluhan kesehatan yang disertai dengan metode praktis, seperti demonstrasi memasak, dapat mempengaruhi perubahan perilaku yang positif dalam hal pola makan dan gizi. Ini menunjukkan bahwa integrasi antara edukasi teori dan aplikasi praktis merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran dan perilaku sehat masyarakat terkait nutrisi.

Hasil dari program ini memperkuat keyakinan bahwa integrasi antara teori dan praktik adalah kunci dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terkait pentingnya nutrisi yang baik untuk kesehatan mereka. Penyuluhan yang melibatkan praktik langsung cenderung lebih efektif dalam mengubah perilaku masyarakat dalam hal pola makan dan kesehatan. Ini sejalan dengan hasil yang diperoleh di Desa Namo Mbelin, di mana pendekatan edukatif berbasis praktik langsung telah berhasil mendorong masyarakat untuk menerapkan pola makan yang lebih sehat.

## Referensi

- Asnaningsih, A. (2024). *JAA (Jurnal ABDIMAS Ar Rahma)*. 1(1), 22–29.
- Boucot, A., & Poinar Jr., G. (2010). Stunting. *Fossil Behavior Compendium*, 5, 243–243. <https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>
- Goenawan, H., Veronica, F., Sylviana, N., & Nurhayati, T. (2019). Peningkatan Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang pada Siswa SD di Jatinangor. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. <https://jurnal.unpad.ac.id/pkm/article/download/19975/9533>
- Hasriani. (2023). Implikasi Stunting Terhadap Kesehatan Dan Perkembangan Anak Di Pangkajene Dan Kepulauan. *Jurnal Keluarga Berencana*, 8(2), 59–69. <https://doi.org/10.37306/kkb.v8i2.184>
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). No Title. *Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia*.
- LPPM STIKes Hang Tuah Pekanbaru. (2015). Peran bidan, peran kader, dukungan keluarga dan motivasi ibu terhadap perilaku ibu dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 19(2), 73–80.
- Maryati, I., Annisa, N., & Amira, I. (2023). Faktor Dominan terhadap Kejadian Stunting Balita. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(3), 2695–2707. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4419>
- Mustika, W., & Syamsul, D. (2018). Analisis Permasalahan Status Gizi Kurang Pada Balita di Puskesmas Teupah Selatan Kabupaten Simeuleu. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 127. <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3.3952>
- Nasution IS, S. (2022). Analisis faktor penyebab kejadian stunting pada balita usia 0-59 bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan.*, 1(2), 82–87.
- Priyono, P. (2020). Strategi Percepatan Penurunan Stunting Perdesaan (Studi Kasus Pendampingan Aksi Cegah Stunting di Desa Banyumundu, Kabupaten Pandeglang). *Jurnal Good Governance*, 16(2), 149–174. <https://doi.org/10.32834/gg.v16i2.198>

- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). Stunting dan Upaya Pencegahannya. In *Buku stunting dan upaya pencegahannya*.
- Rahman, H., Rahmah, M., & Saribulan, N. (2023). Upaya Penanganan Stunting Di Indonesia. *Jurnal Ilmu Pemerintahan Suara Khatulistiwa (JIPSK)*, VIII(01), 44–59.
- Rochmatun Hasanah, Fahimah Aryani, & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>
- Selvi, S., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. (2022). Pengetahuan, Sikap dan Praktik Peserta Didik Sekolah Menengah Pertama tentang Gizi Seimbang. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 066. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.38698>
- Utamingtyas, F. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Seimbang Pada Balita Di Kelurahan Tingkir Lor, Kota Salatiga. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(1), 171–184. <https://doi.org/10.36743/medikes.v7i1.218>
- Yuwanti, Y., Mulyaningrum, F. M., & Susanti, M. M. (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stunting Pada Balita Di Kabupaten Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(1), 74. <https://doi.org/10.31596/jcu.v10i1.704>