

Manajemen Ketahanan Keluarga Dalam Upaya Pencegahan dan Penanganan Stunting di Desa Sidokerto Buduran Kabupaten Sidoarjo

Yessy Dessy Arna^{1*}, Inne Soesanti², Loetfia Dwi Rahariyani³

¹ Departemen Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Indonesia, Email: yessydessyarna1976@gmail.com

² Departemen Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Indonesia, Email: insantie@gmail.com

³ Departemen Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Surabaya, Indonesia, Email: rahariyani@yahoo.com

ABSTRACT

The people of Sidokerto Village, especially mothers who have children under five years old, have not been able to modify various food ingredients that meet balanced nutrition and have not been able to provide portions of food that are in accordance with the needs of children's growth and development. The purpose of family resilience management in efforts to prevent and handle stunting is to improve the ability of families to carry out preventive and promotional efforts as early as possible for the prevention and handling of toddlers with stunting problems. Strategies used Identify family knowledge and abilities, especially mothers of toddlers related to Balanced Nutrition in Toddlers, especially Toddlers with Stunting, followed by training on how to prevent and handle stunting in toddlers, cross-program and cross-sector cooperation including Village Apparatus and its Services in realizing family skills, abilities, and skills in family resilience management efforts for the prevention and handling of Stunting, Cadres of the Toddler Posyandu, and Supervision of the progress and achievement of optimizing the role of Toddler Families with BGM and Stunting is carried out once a month by the Community Service Team and the Buduran Health Center. Improper handling will affect children's growth and development in the future, especially stunting will have an impact not only on shorter physiques, but also on their intelligence, productivity and achievement later after adulthood, so that it will be a burden for the State.

Keywords : Toddler; Family; Stunting

ABSTRAK

Masyarakat Desa Sidokerto, khususnya ibu-ibu yang memiliki anak di bawah lima tahun, belum mampu memodifikasi berbagai bahan pangan yang memenuhi gizi seimbang dan belum mampu menyediakan porsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak. Tujuan manajemen ketahanan keluarga dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting adalah untuk meningkatkan kemampuan keluarga dalam upaya melakukan upaya preventif dan promosi sedini mungkin untuk pencegahan dan penanganan balita dengan masalah stunting. Strategi yang digunakan dalam mengidentifikasi pengetahuan dan kemampuan keluarga, khususnya ibu balita terkait Gizi Seimbang pada Balita, khususnya Balita dengan Stunting, dilanjutkan dengan pelatihan tentang cara pencegahan dan penanganan stunting pada Balita, kerja sama lintas program dan lintas sektor termasuk Aparatur Desa dan Jasaannya dalam mewujudkan keterampilan, kemampuan, dan keterampilan keluarga dalam upaya manajemen ketahanan keluarga untuk pencegahan dan penanganan Stunting, Kader Posyandu Balita, dan Pengawasan progres dan capaian optimalisasi peran Keluarga Balita dengan BGM dan Stunting dilaksanakan sebulan sekali oleh Tim Pengabdian kepada Masyarakat dan Puskesmas Buduran. Kesimpulan pengabdian adalah penanganan yang tidak tepat akan mempengaruhi tumbuh kembang anak di masa depan, terutama stunting akan berdampak tidak hanya pada fisik yang lebih pendek, tetapi juga pada kecerdasan, produktivitas dan prestasi mereka nantinya setelah dewasa, sehingga akan menjadi beban bagi Negara.

Kata Kunci : Balita; Keluarga; Stunting

Correspondence : Yessy Dessy Arna

Email : yessydessyarna1976@gmail.com, no kontak (+62 813-3619-7921)

• Received 2 Juli 2025 • Accepted 1 Agustus 2025 • Published 5 Agustus 2025

• e - ISSN : 2961-7200 • DOI: <https://doi.org/10.56742/jpm.v4i2.148>

PENDAHULUAN

Keadaan gizi yang baik merupakan salah satu faktor penting dalam upaya mencapai derajat kesehatan yang optimal [1,2]. Namun, berbagai penyakit gangguan gizi dan gizi buruk akibat tidak baiknya mutu makanan maupun jumlah makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh masing-masing orang masih sering ditemukan diberbagai tempat di Indonesia [3]. Rendahnya status gizi jelas berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Status gizi dapat mempengaruhi kecerdasan, daya tahan tubuh terhadap penyakit, kematian bayi, kematian ibu dan produktivitas kerja [4,5].

Masalah gizi di Indonesia yang terbanyak adalah gizi kurang [6]. Anak balita (0-5 tahun) merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi atau termasuk salah satu kelompok masyarakat yang rentan gizi. Di negara berkembang anak-anak umur 0-5 tahun merupakan golongan yang paling rawan terhadap gizi. Anak-anak biasanya menderita bermacam-macam infeksi serta berada dalam status gizi rendah. Anak usia 12-23 bulan merupakan anak yang masuk dalam kategori usia 6-24 bulan dimana kelompok umur tersebut merupakan saat periode pertumbuhan kritis dan kegagalan tumbuh (*growth failure*) mulai terlihat [7]. *Underweight* dapat diartikan sebagai berat badan rendah akibat gizi kurang. *Underweight* adalah kegagalan bayi untuk mencapai berat badan ideal, yang kemudian juga bisa mempengaruhi pertumbuhan tinggi badan, sesuai usianya, dalam jangka waktu tertentu. Gangguan ini bisa disebabkan karena bayi kekurangan energi dan zat-zat gizi yang dibutuhkan sesuai usianya. Status gizi anak dapat dipengaruhi oleh dua hal yaitu asupan makanan yang kurang dan penyakit infeksi [8,9].

Asupan energi yang kurang dapat menyebabkan ketidakseimbangan negatif akibatnya berat badan lebih rendah dari normal atau ideal [10]. Protein yang juga merupakan zat gizi makro mempunyai fungsi sebagai bagian kunci semua pembentukan jaringan tubuh. Pertumbuhan dan pertahanan hidup terjadi pada

manusia bila protein cukup dikonsumsi [11].

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas keluarga dalam mengelola ketahanan keluarga melalui edukasi, pendampingan, dan pemberdayaan berbasis potensi lokal guna mencegah dan menangani kasus stunting secara berkelanjutan di Desa Sidokerto, Kecamatan Buduran, Kabupaten Sidoarjo.

METODE

Metode kegiatan yang akan dilaksanakan pada pengabdian masyarakat terkait pendampingan Ibu Balita dan keluarga pada upaya pengelolaan ketahanan keluarga untuk Pencegahan dan Penanganan Stunting adalah Diskusi, ceramah dan Tanya Jawab, demonstrasi dan redemonstrasi serta supervise kemandirian keluarga pada kemampuan 3 M (Memilih, Mengolah, dan Menyajikan) makanan. Adapun tahapan metode kegiatan yang akan dilakukan adalah :

1. Identifikasi pengetahuan dan kemampuan Keluarga khususnya Ibu Balita terkait Nutrisi Seimbang pada Balita :
 - a. Pengertian gizi seimbang dan pemilihan bahan makanan gizi seimbang
 - b. Tanda dan gejala Balita Kurang Gizi
 - c. Dampak dari Kekurangan Nutrisi
 - d. Gejala dini masalah pertumbuhan dan perkembangan balita akibat gizi buruk
 - e. Upaya 3 M (Memilih, Mengolah, dan Menyajikan) makanan untuk anak usia Balitadengan BGM dan *Stanting*
 - f. Teknik pemberian makan pada anak
 - g. Pemanfaatan Posyandu Balita
2. Kerjasama lintas program dan lintas sektor termasuk Perangkat Desa dan Jajarannya dalam mewujudkan ketampilan, kemampuan, dan ketrampilan keluarga pada upaya pengelolaan ketahanan keluarga untuk pencegahan dan penanganan Stunting, Kader Posyandu Balita di Desa Sidokerto :
 - a. Sosialisasi program Posyandu Balita
 - b. Pemasangan poster Peduli Balita Sehat Bebas BGM dan Stunting

c. Perencanaan tindakan preventif dan promotif pada pencegahan dan penanganan Balita BGM dan *Stunting*.

3. Supervisi :

Supervisi kemajuan dan capaian optimalisasi peran Keluarga Balita dengan BGM dan *Stunting* dilakukan sebulan sekali oleh Tim Pengmas dan Puskesmas Buduran. Melakukan evaluasi atas capaian dan hambatan yang dialami oleh keluarga pada upaya 3 M (Memilih, Mengolah, dan Menyajikan) makanan yang tepat untuk anak Balita dengan BGM dan *Stunting* sebagai bentuk upaya pengelolaan ketahanan keluarga untuk pencegahan dan penanganan *Stunting*.

HASIL

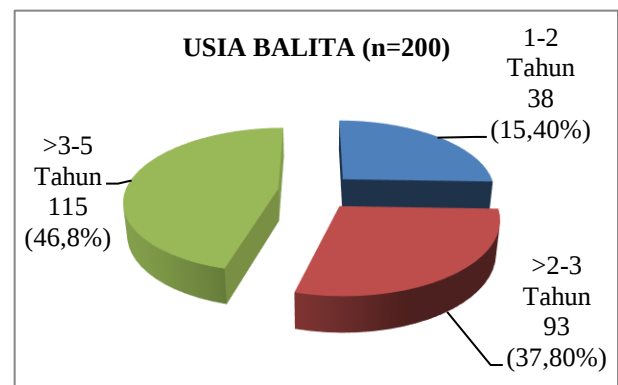
Pengabdian kepada masyarakat ini telah terlaksana pada bulan April – Mei 2025. Pelaksanaan kegiatan Program Pengembangan Desa Mitra (PPDM) di Wilayah Kerja Puskesmas Buduran dan Desa Sidokerto diawali dengan tahap pengkajian kondisi kesehatan BALITA di Wilayah Desa Sidokerto, diketahui dari 246 anak balita 28 anak diantaranya mengalami status gizi berada pada Bawah Garis Merah (BGM) dan 4 Balita *Stunting*. Desa Sidokerto memiliki 8 Posyandu BALITA dengan 50 Kader Kesehatan. Diketahui dari 246 BALITA, 38 anak (15,44%) berusia 1-2 Tahun, anak berusia >2 tahun-3 tahun sebanyak 93 anak (37,80%) berusia >3 tahun-5 tahun berjumlah 115 anak (46,76%) >3 tahun-5 tahun.

Tahap Selanjutnya pada kegiatan pelatihan pemberdayaan masyarakat melalui peningkatan kemampuan keluarga dan Kader Kesehatan terkait pengelolaan ketahanan keluarga pada upaya pencegahan dan penanganan *Stunting* mengenai peningkatan kemampuan keluarga dalam upaya melakukan upaya preventif dan promotif sedini mungkin untuk tindakan pencegahan dan penanganan Balita dengan masalah *Stunting* di Desa Sidokerto Buduran Kabupaten Sidoarjo. Strategi yang digunakan dengan penilaian Pre dan Post Test terkait

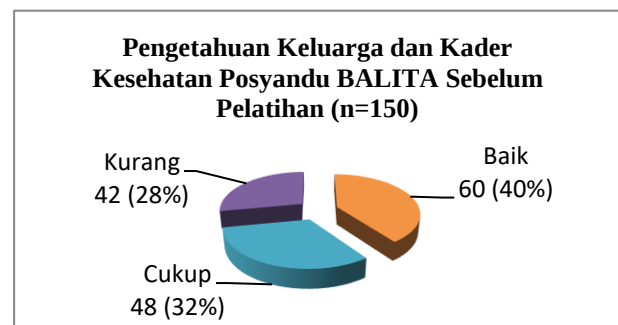
pemahaman Keluarga yang memiliki anak usia BALITA dan Kader Kesehatan Posyandu pada upaya pencegahan dan penanganan *Stunting*, demonstrasi dan Re-demonstrasi pengolahan dan penyajian makanan kudapan untuk BALITA, dan pemberian makanan tambahan bagi keluarga yang memiliki anak dengan *Stunting*.

BALITA datang ke POSYANDU sejumlah 200 orang, hampir seluruhnya anak BALITA diantar oleh ibunya yaitu sebanyak 188 anak (94%), Pendidikan terakhir orang tua balita sebagian besar adalah SMA yaitu sebanyak 166 orang (83%), dan sebagian besar berusia rata-rata >25-40 tahun (73,5%).

Kader Kesehatan Posyandu BALITA sejumlah 50 orang seluruhnya adalah perempuan dengan pendidikan terakhir sebagian besar SMA dan berusia rata-rata >40-50 tahun.



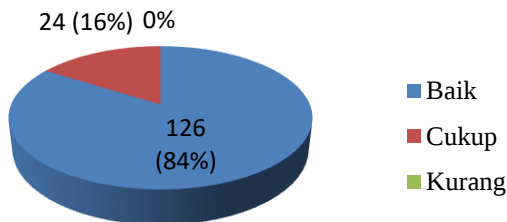
Data Demografi Anak Usia BALITA di Desa Sidokerto Buduran Sidoarjo hampir setengah dari 200 anak usia BALITA berusia >3-5 tahun yaitu sebanyak 115 anak (46,8%).



Tingkat pengetahuan Keluarga dan Kader Posyandu BALITA Sebelum dilakukan pelatihan tentang upaya melakukan tindakan preventif dan promotif sedini mungkin untuk pencegahan dan

penanganan masalah *Stunting* pada Balita hampir setengah dari Keluarga dan Kader Posyandu BALITA sebanyak 60 orang (40%) berpengetahuan baik.

Pengetahuan Kader Posyandu BALITA Setelah Pelatihan (n=150)



Tingkat pengetahuan Keluarga dan Kader Posyandu BALITA Setelah dilakukan pelatihan tentang upaya melakukan tindakan preventif dan promotif sedini mungkin untuk pencegahan dan penanganan *Stunting* pada Balita sebagian besar dari Keluarga dan Kader Posyandu BALITA sebanyak 126 orang (84%) berpengetahuan baik.

Adapun dokumentasi kegiatan pengabdian ini dapat dilihat pada gambar berikut.



PEMBAHASAN

Selama kegiatan pelatihan dan diskusi tentang peningkatan kemampuan dan kemandirian keluarga/Ibu Balita dan Kader Kesehatan pada upaya pengelolaan ketahanan keluarga untuk pencegahan dan penanganan *Stunting* dilaksanakan di Balai Desa Sidokerto. Tampak Keluarga yang memiliki anak Balita dalam hal ini Ibu dan Kader kesehatan tampak antusias dan aktif memberikan pendapat dan tanya jawab saat diskusi berlangsung.

Pada kegiatan Posyandu Balita, terutama peran meja 4 Penyuluhan Gizi pada keluarga yang mengantar Balita datang pada kegiatan Posyandu. Orang tua tampak kooperatif saat diberikan masukan terkait upaya pengelolaan ketahanan keluarga untuk pencegahan dan penanganan *Stunting*.

Pada tahap demonstrasi makanan pendamping pada balita terlihat keluarga dalam hal ini ibu tampak antusias dan ikut terlibat pada kegiatan tersebut. Banyak hal yang ditanyakan oleh para ibu terkait tambahan protein dan sayuran yang dapat di masukkan dalam bahan olahan makanan pendamping Balita dengan membuat smpol yang berkualitas, menarik, dan digemari oleh anak.

Kegiatan pelatihan dan diskusi yang dilakukan di Balai Desa Sidokerto merupakan bagian dari strategi pendekatan pemberdayaan keluarga dan kader dalam penguatan ketahanan keluarga sebagai upaya pencegahan dan penanganan *stunting*. Tingginya partisipasi dan antusiasme para ibu Balita serta kader kesehatan menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif berbasis komunitas sangat efektif dalam

meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi dan pola asuh anak yang sehat.

Partisipasi aktif para ibu dalam sesi diskusi dan tanya jawab memperlihatkan adanya kebutuhan informasi yang tinggi mengenai praktik pengasuhan dan penyediaan makanan bergizi di rumah tangga. Kegiatan ini juga menjadi ruang bagi kader kesehatan untuk lebih memahami kendala serta persepsi masyarakat seputar praktik pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), serta pola konsumsi keluarga sehari-hari.

Pelaksanaan penyuluhan gizi di meja 4 Posyandu menunjukkan peran strategis kegiatan rutin tersebut dalam menyampaikan pesan kesehatan yang bersifat preventif. Melalui edukasi langsung kepada keluarga yang mengantar anak ke Posyandu, pesan gizi dapat disampaikan secara tepat sasaran, terutama mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, konsumsi protein hewani, dan kebersihan makanan. Sikap kooperatif dari para orang tua selama sesi penyuluhan juga mencerminkan adanya hubungan yang baik antara petugas Posyandu dan masyarakat.

Kegiatan demonstrasi pembuatan makanan pendamping menjadi momen penting dalam meningkatkan keterampilan praktis ibu-ibu dalam mengolah makanan sehat bagi balita. Melalui pendekatan ini, peserta tidak hanya menerima informasi, tetapi juga secara langsung mempraktikkan cara mengolah bahan makanan yang bergizi, terjangkau, dan disukai anak. Antusiasme ibu-ibu dalam berdiskusi tentang variasi bahan seperti tambahan protein (telur, tahu, ayam, ikan) dan sayuran lokal (bayam, wortel, daun kelor) menunjukkan adanya keinginan untuk menerapkan perubahan pola konsumsi di tingkat rumah tangga [12–14].

Kegiatan demonstrasi seperti pembuatan "sempol sehat" menjadi sarana efektif untuk mengatasi tantangan rendahnya nafsu makan anak balita dengan menyajikan makanan dalam bentuk yang menarik dan mudah dikonsumsi. Dengan pelibatan aktif ibu-ibu dalam proses tersebut, kegiatan ini berkontribusi langsung pada

peningkatan kapasitas keluarga dalam menyediakan asupan gizi yang sesuai kebutuhan tumbuh kembang anak [15].

Meskipun kegiatan berjalan dengan lancar dan mendapatkan respons positif, terdapat beberapa hambatan yang dihadapi selama pelaksanaan program. Salah satunya adalah keterbatasan waktu yang dimiliki oleh beberapa ibu balita karena harus membagi waktu antara kegiatan rumah tangga dan mengikuti pelatihan. Selain itu, masih ada sebagian peserta yang kurang percaya diri dalam mengolah bahan makanan bergizi karena minimnya pengalaman dan keterampilan memasak yang sehat. Untuk mengatasi hambatan tersebut, tim pengabdian mengadopsi pendekatan yang lebih fleksibel dengan menyediakan sesi pelatihan tambahan secara informal setelah kegiatan utama selesai, serta membagikan bahan edukasi berupa video resep dan panduan praktis pengolahan MP-ASI yang mudah diikuti di rumah. Selain itu, kader kesehatan dilibatkan lebih aktif sebagai pendamping lokal agar dapat memberikan bimbingan lanjutan secara berkelanjutan kepada ibu-ibu di lingkungan mereka masing-masing.

SIMPULAN

Dari hasil pendekatan, pelatihan, dan demonstrasi pengolahan makanan pendamping Balita terutama sebagai upaya pertahanan keluarga dengan masalah stunting pada anak, orang tua dalam hal ini ibu dan kader kesehatan bersinergi dan bekerjasama untuk memantau, mencegah, dan mengatasi masalah stunting bersama-sama. Peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu dan kader kesehatan pada upaya ketahanan keluarga untuk mencegah dan mengatasi stunting sangat diperlukan.

Pengabdian yang dilaksanakan mampu menambah pengetahuan, keterampilan, pengalaman, wawasan dan semangat bagi peserta untuk mengembangkan kemampuan melakukan pencegahan dan mengatasi masalah stunting pada anak Balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Kepala Desa Sidokerto, kader kesehatan, ibu Balita, dan civitas akademika dosen dan mahasiswa dari poltekkes kemenkes Surabaya. Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada tahun 2024.

DAFTAR PUSTAKA

1. Helmyati S, Atmaka DR, Wisnusanti SU, Wigati M. Stunting: Permasalahan dan Penanganannya. UGM press; 2020. [[View at Publisher](#)]
2. Munir Z, Audyna L. Pengaruh edukasi tentang stunting terhadap pengetahuan dan sikap ibu yang mempunyai anak stunting. J Keperawatan Prof. 2022;10(2):29–54. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Prawirohartono EP. Stunting: Dari Teori Dan Bukti Ke Implementasi Di Lapangan. UGM PRESS; 2021. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
4. Lee A, Akbar NRNP, Handayani V, Luwia JA, Owen K, Suli E, et al. Service Learning: Pencegahan Stunting. Zahir Publishing; 2022. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Arimaswati A, Nasruddin NI, Tien T, Aritrina P, Al Haddad Y. Penyuluhan Stunting Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat di Kecamatan Nambo Kota Kendari. J Pengabdian Meambo. 2022;1(2):183–7. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Gejir IN, Kencana IGS, Artawa IMB, Suanda IW. Implementasi Proses Pembelajaran dalam Penyuluhan Kesehatan Bagi Tenaga Kesehatan. Media Nusa Creative (MNC Publishing); 2021. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Pipitcahyani TI, Husni E, Alfiah S, Kasiati K, Isfentiani D, CP D, et al. Edukasi Kader tentang Gizi Seimbang Ibu Hamil dan Balita dalam Upaya Pencegahan Stunting. Int J Community Serv Learn. 2024;8(1):86–92. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Ernawati A. Media Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting. J Litbang Media Inf Penelitian, Pengemb dan IPTEK. 2022;18(2):139–52. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Elrifda S. Penguatan Terintegrasi Desa Sayang Balita di Desa Penyengat Olak Kabupaten Muaro Jambi. J Pengabdian Meambo. 2023;2(2):77–83. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Salma WO, Hidayanty H, Muchtar F, Nirmala F, Saputra SK. PKM Terintegrasi MBKM Kolaborasi Nasional; “Kampung Bajo Sehat” di Desa Mekar Kecamatan Soropia, Kabupaten Konawe. J Pengabdian Meambo. 2023;2(2):62–70. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Anggraeni ZEY, Kurniawan H, Yasin M, Aisyah AD. Hubungan berat badan lahir, panjang badan lahir dan jenis kelamin dengan kejadian stunting. Indones J Heal Sci. 2020;12(1):51–6. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Sukmawati S, Fauzi A, Mustafa AR. Edukasi Pemberian Makanan Tambahan Anak Balita. J Kreat Pengabdian Kpd Masy. 2024;7(5):2035–44. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Kadafi A, Pratama BD, Christiana R, Wardani SY, Nurfaizin A, Setiawan O, et al. Upaya pencegahan stunting dengan edukasi pentingnya ASI, MPASI dan makanan bergizi. J Abdimas Bina Bangsa. 2023;4(1):41–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Emmaria R, Sinaga K, Manurung B, Tobing RAL, Lubis RD, Sihombing PA. Edukasi penanganan dan pencegahan gizi kurang pada balita di wilayah kerja Puskesmas Rantang Kota Medan tahun 2024. J Pengabdian Kolaborasi dan Inov IPTEKS. 2024;2(4):1309–14. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]

15. Syarif Hidayatullah, Nabilla A. Suryono, Victorian H. Azizi, Indri Amelia, Ummi Rohimah, Nova A. Ramadhani, Riyo T. P. Dewannibilla A. Suryono, Victorian H. Azizi, Indri Amelia, Ummi Rohimah, Nova A. Ramadhani RTPD. Efektivitas Edukasi Gizi Berbasis Pangan Lokal dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Siswa SMP, Kabupaten Lembata, Nusa Tenggara Timur. *J Surya Masy.* 2025;7(2). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]