



## KONSELING KESEHATAN SEBAGAI UPAYA PENANGGULANGAN STUNTING DI KOMUNITAS RW 01 KELURAHAN CIBEBER

Muhamad Irshan<sup>1</sup>

Universitas Islam Bandung<sup>1</sup>



\*Corresponding author

Muhamad Irshan

Email :

[muhamadirshan14@gmail.com](mailto:muhamadirshan14@gmail.com)

HP: 087781119959

### Kata Kunci:

Stunting;  
Konseling Kesehatan;  
Pengabdian masyarakat;

### Keywords:

Stunting;  
Health Counseling;  
Community Service;

### ABSTRAK

Stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan kronis pada balita akibat kekurangan gizi yang terjadi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini memberikan dampak signifikan pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kesehatan jangka panjang anak. Faktor-faktor utama penyebab stunting meliputi rendahnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, buruknya sanitasi, dan kurangnya pola asuh yang baik. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu-ibu PKK RW 01 Kelurahan Cibeber tentang pentingnya pola makan bergizi, perilaku hidup sehat, dan sanitasi lingkungan. Melalui konseling kesehatan berbasis komunitas, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran peserta tentang pencegahan stunting dan memotivasi perubahan perilaku menuju kehidupan yang lebih sehat. Selain itu, interaksi langsung dengan peserta memungkinkan penyampaian materi secara efektif dan sesuai kebutuhan masyarakat. Meski terdapat kendala partisipasi dan waktu pelaksanaan yang terbatas, kegiatan ini membuktikan efektivitas pendekatan berbasis komunitas dalam mengurangi risiko stunting.

### ABSTRACT

*Stunting is a condition of chronic growth disorders in toddlers due to malnutrition that occurs in the First 1000 Days of Life (HPK). This condition has a significant impact on physical growth, cognitive development, and long-term health of children. The main factors causing stunting include low public knowledge about nutrition, poor sanitation, and lack of good parenting patterns. This community service program aims to improve the understanding of PKK RW 01 mothers in Cibeber Village about the importance of nutritious diets, healthy living behaviors, and environmental sanitation. Through community-based health counseling, this activity succeeded in increasing participants' awareness of*



*stunting prevention and motivating behavioral changes towards a healthier life. In addition, direct interaction with participants allows for effective delivery of materials according to community needs. Although there are obstacles to participation and limited implementation time, this activity proves the effectiveness of a community-based approach in reducing the risk of stunting.*

## PENDAHULUAN

Stunting adalah salah satu permasalahan kesehatan yang signifikan di dunia, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Stunting ditandai dengan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar untuk usia tertentu, akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun. Periode ini dikenal sebagai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), di mana kebutuhan gizi anak sangat penting untuk mendukung tumbuh kembang optimal.

Berdasarkan data WHO, stunting memengaruhi sekitar 478 juta anak di seluruh dunia. Di Indonesia, prevalensi stunting telah menunjukkan tren penurunan dari 24,4% pada 2021 menjadi 21,6% pada 2022. Namun, angka ini masih cukup tinggi dibandingkan dengan target nasional sebesar 14% pada 2024. Faktor penyebab stunting sangat kompleks, melibatkan kekurangan gizi, buruknya sanitasi, infeksi berulang, serta pola asuh yang tidak memadai.

Dampak dari stunting bersifat multidimensi, meliputi keterbatasan fisik, penurunan kapasitas kognitif, serta potensi ekonomi yang lebih rendah di masa dewasa. Oleh karena itu, pencegahan stunting membutuhkan pendekatan yang komprehensif. Program pengabdian masyarakat ini dirancang untuk menjawab tantangan tersebut dengan fokus pada edukasi gizi, perbaikan pola asuh, dan peningkatan kesadaran sanitasi di tingkat komunitas.

Program pengabdian masyarakat ini memiliki tujuan utama untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pencegahan stunting, khususnya pada ibu-ibu PKK RW 01 Kelurahan Cibeber. Program ini bertujuan memberikan pemahaman mendalam tentang penyebab, dampak, dan langkah pencegahan stunting, serta membangun keterampilan dalam menyusun pola makan bergizi dan menjaga kebersihan lingkungan. Dengan pendekatan ini, diharapkan masyarakat dapat menerapkan perilaku hidup sehat secara konsisten untuk mendukung penurunan prevalensi stunting di komunitas mereka.

## METODE PELAKSANAAN

Keguatan ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan penelitian tindakan (Action Research) yang memungkinkan evaluasi intervensi secara langsung. Lokasi kegiatan adalah RW 01 Kelurahan Cibeber, dengan pelaksanaan di Gedung Fakultas Farmasi Universitas Jenderal Achmad Yani (Unjani) pada 13 Oktober 2024. Partisipan utama terdiri dari 30 ibu PKK, 20 mahasiswa Magister Farmasi, dan 7 dosen Fakultas Farmasi Unjani.

Kegiatan diawali dengan wawancara kepada peserta untuk memahami tingkat pengetahuan awal mereka tentang stunting. Selama kegiatan, peserta menerima

materi edukasi melalui sesi konseling yang interaktif, menggunakan media seperti poster, diagram, dan diskusi kelompok. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi selama kegiatan, serta dokumentasi hasil diskusi.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta terkait stunting. Sebelum program, sebagian besar peserta menganggap stunting hanya berkaitan dengan masalah tinggi badan anak. Namun, setelah konseling, mereka memahami bahwa stunting disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk gizi buruk, sanitasi yang buruk, serta pola asuh yang kurang tepat. Peserta juga menjadi lebih sadar akan pentingnya 1000 HPK sebagai periode kritis dalam pertumbuhan anak.

Hasil observasi terhadap peserta yang diwawancarai langsung memberikan gambaran sebagai berikut:

- Visual: Peserta menunjukkan perhatian yang tinggi terhadap materi yang ditampilkan dalam bentuk gambar atau diagram. Saat diberikan contoh visual tentang perbedaan anak dengan gizi baik dan gizi buruk, mereka terlihat serius mengamati dan memahami informasi tersebut.
- Auditori: Peserta mendengarkan dengan seksama saat tim memberikan penjelasan. Mereka juga sering mengangguk sebagai tanda mengerti, dan sesekali mengajukan pertanyaan untuk memperjelas informasi yang diberikan.
- Kinestetik: Beberapa peserta terlihat mencatat poin-poin penting dari materi yang disampaikan, menunjukkan bahwa mereka berusaha mengingat informasi untuk diterapkan. Salah satu peserta bahkan membagikan pengalamannya sendiri tentang pola makan anaknya selama sesi diskusi.
- Ekspresi: Selama sesi wawancara, ekspresi peserta menunjukkan keterlibatan emosional. Ada yang terlihat antusias dengan materi, terutama saat diberikan informasi baru yang relevan dengan pengalaman mereka. Namun, ada pula yang sempat menunjukkan kebingungan, tetapi hal ini teratasi setelah diberikan penjelasan ulang.

Meskipun perubahan perilaku secara signifikan sulit diukur dalam waktu singkat, observasi menunjukkan beberapa indikasi positif. Salah satu ibu menyatakan akan segera mulai memperbaiki pola makan anaknya dengan menambahkan sayur dan protein dalam menu harian. Peserta lain mengaku akan lebih memperhatikan kebersihan lingkungan rumah, terutama dalam penyediaan air bersih.

Kendala Partisipasi: Beberapa ibu PKK tidak dapat hadir karena kegiatan lain yang mendesak, sehingga jumlah peserta yang diwawancarai terbatas.

- Komunikasi Beragam: Tidak semua peserta memiliki cara belajar yang sama, sehingga tim harus menyesuaikan pendekatan sesuai dengan karakteristik peserta. Misalnya, beberapa ibu lebih memahami melalui contoh langsung (kinestetik), sementara yang lain membutuhkan penjelasan verbal lebih banyak.
- Waktu Terbatas: Durasi konseling tidak cukup untuk menggali lebih dalam setiap masalah individu peserta, sehingga diperlukan tindak lanjut di masa mendatang.

Strategi yang dapat diterapkan dengan cara memberikan materi tambahan agar peserta dapat mempelajari lebih lanjut setelah kegiatan. Memastikan setiap peserta memahami informasi yang disampaikan dengan melakukan evaluasi singkat setelah sesi konseling.

Selain peningkatan pengetahuan, terdapat perubahan perilaku positif di kalangan peserta. Beberapa ibu mulai mengaplikasikan pola makan bergizi dalam keluarga, seperti menambahkan sayur, protein, dan buah dalam menu harian. Mereka juga mulai memahami pentingnya ASI eksklusif dan memberikan MPASI bergizi untuk bayi. Dalam aspek sanitasi, peserta menyadari perlunya menjaga kebersihan lingkungan rumah dan akses terhadap air bersih untuk mencegah penyakit infeksi yang dapat menghambat pertumbuhan anak.

Namun, program ini juga menghadapi beberapa tantangan. Tidak semua ibu PKK dapat hadir karena keterbatasan waktu akibat kesibukan pribadi. Selain itu, durasi kegiatan yang terbatas menjadi kendala dalam menyampaikan seluruh materi secara mendalam. Meski demikian, kendala ini diatasi dengan memberikan materi tambahan berupa modul yang dapat dipelajari di rumah serta melakukan evaluasi singkat untuk memastikan pemahaman peserta.

## KESIMPULAN

Konseling kesehatan berbasis komunitas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu-ibu PKK RW 01 Kelurahan Cibeber tentang stunting, gizi, dan sanitasi. Kegiatan ini juga mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju pola hidup sehat yang lebih baik. Meski terdapat kendala dalam partisipasi dan waktu pelaksanaan, hasil kegiatan menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dapat menjadi langkah strategis dalam mendukung program penurunan prevalensi stunting nasional.

Untuk meningkatkan keberlanjutan dampak program, disarankan adanya tindak lanjut berupa pendampingan secara berkala kepada masyarakat. Kegiatan serupa juga dapat diperluas ke komunitas lain untuk menjangkau lebih banyak keluarga. Selain itu, penggunaan media digital seperti video edukasi dan aplikasi

daring dapat menjadi solusi untuk menjangkau peserta yang tidak dapat hadir secara langsung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Rahayu, A., S.KM., M.PH., Yulidasari, F., S.KM., M.PH., Putri, A.O., S.KM., M.Kes., & Anggraini, L., S.KM. (2018). *Study Guide – Stunting dan Upaya Pencegahannya bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. Hadianor, S.KM. (Ed.). CV Mine. ISBN: 978-602-52833-1-4.
- Samsuddin, S.Kep., Ns., M.Kep., Festilia, S., Agusanty, S.Gz., MPH., Desmawati, Dr. dr., M.Gizi., Kurniatin, L.F., S.ST., M.Keb., Bahriyah, B.F., S.Tr.Keb., M.Keb., Wati, I., S.ST., M. (2023). *Stunting*. Sabilu, Y., Prof. Dr., M.Si., Rosyanti, Dr. L., S.Kep., Ns., M.Kes., & Nasruddin, Dr. N.I., M.Kes., M.Gizi. (Eds.). EUREKA MEDIA AKSARA. ISBN: 978-623-151-018-1.
- Sandjojo, E. P. (2017). *Buku Saku Desa dalam Penanganan Stunting*. Jakarta
- World Health Organization (WHO). (2025). *Reducing Stunting in Children: Equity Considerations for Achieving the Global Nutrition Targets 2025*. Geneva: WHO.
- Febriyeni, N.C., M.Kep., Maulinda, N.D., M.Kep., Lontaan, B.A., S.Pd., S.Tr.Keb., M.Kes., Mangun, M., SSiT., MPH., Suprapti, D., S.Tr.Keb., M.Kes., Dewi, I.M., S.Kep., Ns., M.Kep., Lewa, A.F., Dr., SKM., MPH., & Syahleman, R., S.Kep., Ns., M.Kep. (2023). *Stunting*. La Ode Alifariki, S.Kep., Ns., M.Kes., & Hajri, W.S., S.Kep., Ns., M.Kes. (Eds.). PUSTAKA AKSARA. ISBN: 978-623-8230-95-2.