



## EDUKASI DAN PENDAMPINGAN SEDERHANA GIZI SEIMBANG BALITA BERBASIS SKRINING AWAL PADA IBU SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI RW 03 KELURAHAN PULO GEBANG KECAMATAN CAKUNG JAKARTA TIMUR

Endah Dian Marlina<sup>1\*</sup>, Yudhia Fratidhina<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta III



\*Corresponding author

Email :

[marlina.endahdian@gmail.com](mailto:marlina.endahdian@gmail.com)

HP: +62 877-1114-0587

### Kata Kunci:

Gizi;

Pendampingan;

Stunting;

Skrining;

### Keywords:

*Nutrition;*

*Mentoring;*

*Stunting;*

*Screening;*

### ABSTRAK

Stunting masih menjadi tantangan penting dalam pembangunan kesehatan anak di Indonesia. Menurut World Health Organization (WHO), stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, serta kurangnya stimulasi psikososial yang memadai, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan. Meskipun prevalensi stunting di Indonesia menunjukkan tren penurunan dari 30,8% pada tahun 2018 menjadi 21,6% pada tahun 2022, angka tersebut masih berada di atas ambang batas WHO, yaitu kurang dari 20%. Di Provinsi DKI Jakarta, prevalensi stunting menurun dari 18,6% pada tahun 2021 menjadi 14,8% pada tahun 2023. Namun demikian, masalah gizi pada balita masih memerlukan perhatian serius. Di Kecamatan Cakung, Jakarta Timur, tercatat 148 anak mengalami stunting, dan wilayah ini menjadi salah satu penyumbang tertinggi kasus stunting di Jakarta Timur. Di Kelurahan Pulo Gebang, upaya pencegahan telah dilakukan melalui Pos Gizi, namun luasnya wilayah serta keterbatasan jangkauan layanan di tingkat RW menjadi tantangan tersendiri. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya yang lebih dekat dengan masyarakat melalui skrining awal pengetahuan ibu dan kader serta pendampingan sederhana mengenai gizi seimbang balita. Kegiatan ini difokuskan pada peningkatan pemahaman tentang pentingnya ASI, pengelolaan MP-ASI, serta pemilihan bahan makanan bergizi untuk mendukung tumbuh kembang balita. Melalui kegiatan ini, diharapkan ibu dan kader memiliki pengetahuan yang lebih baik sehingga mampu berperan aktif dalam pencegahan stunting di lingkungan keluarga dan masyarakat.

### ABSTRACT

*Stunting remains a significant challenge in child health development in Indonesia. According to the World Health*



*Organization (WHO), stunting is a growth and developmental disorder in children caused by chronic malnutrition, recurrent infections, and inadequate psychosocial stimulation, particularly during the first 1,000 days of life. Although the prevalence of stunting in Indonesia has shown a declining trend from 30.8% in 2018 to 21.6% in 2022, this figure is still above the WHO threshold of less than 20%. In DKI Jakarta Province, the prevalence of stunting decreased from 18.6% in 2021 to 14.8% in 2023. However, nutritional problems among toddlers still require serious attention. In Cakung District, East Jakarta, 148 children were recorded as experiencing stunting, making this area one of the highest contributors to stunting cases in East Jakarta. In Pulo Gebang Subdistrict, preventive efforts have been implemented through nutrition posts (Pos Gizi); however, the wide geographic coverage and limited service reach at the RW (neighborhood unit) level remain significant challenges. Based on this condition, more community-proximal efforts are needed through early screening of mothers' and cadres' knowledge, along with simple mentoring on balanced nutrition for toddlers. This activity focuses on improving understanding of the importance of breastfeeding (ASI), complementary feeding (MP-ASI) management, and the selection of nutritious food ingredients to support toddler growth and development. Through this program, it is expected that mothers and cadres will have better knowledge and be able to play an active role in preventing stunting within families and the community.*

## **PENDAHULUAN**

Stunting atau kegagalan pertumbuhan pada balita akibat malnutrisi kronis dan infeksi berulang masih menjadi tantangan social Kesehatan baik global dan nasional yang krusial(1). Manifestasi klinis berupa tinggi badan menurut umur di bawah minus dua standar deviasi (-2 SD) dari kurva pertumbuhan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tidak sekadar merefleksikan gangguan anatomi fisik, tetapi juga berdampak sistemik pada penurunan kapasitas kognitif, disfungsi metabolik, serta penurunan produktivitas jangka panjang saat dewasa (1,2). Di tingkat nasional, Pemerintah Indonesia menargetkan penurunan prevalensi stunting yang agresif. Meskipun secara umum terjadi tren penurunan, daerah perkotaan dengan kepadatan penduduk yang tinggi seperti di wilayah DKI Jakarta masih menyimpan disparitas status gizi yang memerlukan perhatian khusus (3).

Di kawasan perkotaan seperti Kelurahan Pulo Gebang, Kecamatan Cakung, Jakarta Timur, determinan stunting sering kali bersifat multifaktorial. Selain faktor keterbatasan akses ekonomi terhadap protein hewani berkualitas, salah satu akar masalah yang dominan adalah kesenjangan literasi gizi serta perilaku pengasuhan (*parenting practice*) di tingkat rumah tangga (4). Di tingkat keluarga, peran ibu merupakan determinan paling penting dalam menentukan asupan nutrisi harian balita.

Rendahnya pemahaman ibu mengenai konsep gizi seimbang serta ketidakmampuan mengenali tanda-tanda awal defisit pertumbuhan menjadi hambatan utama dalam pencegahan stunting secara dini (2,4).

Upaya penanggulangan stunting konvensional sering kali bersifat top-down dan berfokus pada intervensi kuratif-rehabilitatif setelah kasus ditemukan oleh fasilitas kesehatan. Padahal, peluang terbaik untuk mencegah dampak irreversibel stunting berada pada deteksi sedini mungkin (5). Salah satu strategi preventif yang efektif adalah memberdayakan ibu melalui skrining mandiri secara sederhana menggunakan alat ukur antropometri dasar atau grafik pemantauan pertumbuhan (KMS) yang dikombinasikan dengan edukasi partisipatif (4,5). Pendekatan skrining awal berbasis keluarga ini memindahkan peran deteksi dini dari petugas kesehatan langsung ke tangan ibu, sehingga meningkatkan *sense of awareness* terhadap status kesehatan anak mereka sendiri (5).

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat berjudul "Edukasi dan Pendampingan Sederhana Gizi Seimbang Balita Berbasis Skrining Awal pada Ibu sebagai Upaya Pencegahan Stunting", tim pelaksana berupaya menjembatani kesenjangan literasi tersebut di wilayah RW 03 Kelurahan Pulo Gebang. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada masih fluktuatifnya capaian status gizi balita di Posyandu setempat serta perlunya penguatan fungsi kader dan keluarga. Melalui transfer pengetahuan yang terstruktur serta pendampingan langsung dalam praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) berbasis gizi seimbang, kegiatan ini diharapkan dapat memandirikan para ibu dalam mengawal tumbuh kembang balita sekaligus berkontribusi nyata dalam memutus rantai stunting di wilayah Jakarta Timur.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam kurun waktu dua bulan, efektif mulai bulan Mei hingga Juni 2026. Rangkaian kegiatan yang meliputi persiapan, koordinasi, hingga pelaksanaan intervensi fisik diselenggarakan di lingkungan RW 03 Kelurahan Pulo Gebang, Kecamatan Cakung, Jakarta Timur. Pemilihan lokasi didasarkan pada analisis situasi pra-kegiatan yang menunjukkan perlunya penguatan literasi gizi dan optimalisasi peran aktif ibu dalam pemantauan pertumbuhan balita secara mandiri di wilayah tersebut.

Mitra yang menjadi sasaran utama dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki balita (usia 12–59 bulan) yang berdomisili di wilayah RW 03 Kelurahan Pulo Gebang dengan jumlah peserta aktif sebanyak 40 orang. Selain itu, kegiatan ini melibatkan 5 orang kader Posyandu setempat sebagai mitra pendamping guna menjaga keberlanjutan (sustainability) program di lapangan. Secara operasional, kegiatan ini digambarkan melalui alur kerja yang memadukan transfer pengetahuan dan psikomotorik.

Secara operasional, kegiatan ini diawali dengan melakukan skrining awal untuk mengukur baseline pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dan stunting melalui pengisian kuesioner terstruktur (pre-test). Langkah ini krusial untuk mengidentifikasi sejauh mana pemahaman para ibu mengenai definisi stunting, dampak buruknya bagi masa depan anak, serta konsep pemenuhan nutrisi yang tepat. Setelah data skrining

pengetahuan terkumpul, tim pelaksana melanjutkan kegiatan dengan memberikan intervensi edukasi secara personal dan kelompok menggunakan media leaflet.

Leaflet yang dibagikan dirancang secara visual dengan grafis yang menarik, ringkas, dan menggunakan bahasa awam yang mudah dipahami. Di dalam leaflet tersebut memuat informasi esensial mengenai porsi ideal "Isi Piringku" untuk balita, sumber protein hewani lokal yang terjangkau, serta tanda-tanda waspada deteksi dini stunting. Sembari memegang leaflet masing-masing, para ibu dipandu dalam sesi diskusi interaktif, di mana tim pelaksana menguraikan perbedaan fungsi zat tenaga, zat pembangun, dan zat pengatur untuk menunjang tumbuh kembang anak.

Selama fase pendampingan di bulan ketiga, kepatuhan ibu dalam mengaplikasikan informasi dari leaflet tersebut divalidasi di rumah masing-masing menggunakan lembar food recall 24 jam sederhana yang diverifikasi langsung oleh kader Posyandu. Seluruh rangkaian kegiatan ini dirancang untuk mengubah perilaku ibu dari yang semula belum terpapar informasi akurat menjadi lebih literat, sadar gizi, dan proaktif dalam menyajikan menu gizi seimbang guna mencegah risiko stunting pada balitanya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan didapatkan baseline data untuk pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada anak, dilanjutkan dengan pendampingan menggunakan leaflet.

Tabel. Distribusi Tingkat Pengetahuan Ibu dan Kader sebelum dilakukan kegiatan

Tingkat Pengetahuan Ibu dan Kader	n (Ibu: 40)	%
Baik	15	37,5
Cukup	13	32,5
Kurang	12	30
Jumlah	40	100

Data pada Tabel tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden sebelum diberikan intervensi edukasi masih memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori Cukup (32,5%) dan Kurang (30,0%). Secara akumulatif, terdapat 62,5% responden yang belum memiliki pemahaman yang optimal (Baik) mengenai konsep gizi seimbang dan patofisiologi stunting. Kondisi ini menegaskan perlunya intervensi edukasi yang terstruktur dan aplikatif di wilayah tersebut.

Pengetahuan ibu dan kader merupakan fondasi utama dalam pembentukan perilaku pengasuhan gizi yang tepat di tingkat rumah tangga. Hasil skrining awal dalam kegiatan ini mengindikasikan bahwa lebih dari separuh responden (62,5%) belum memiliki pengetahuan yang adekuat mengenai gizi seimbang dan stunting. Fenomena ini sejalan dengan berbagai literatur di negara berkembang yang menunjukkan bahwa rendahnya literasi gizi pada pengasuh primer menjadi salah satu determinan proksimal tingginya risiko stunting pada balita (6,4). Ibu dengan pengetahuan gizi yang terbatas cenderung kurang mampu menyusun menu makanan yang padat zat gizi, khususnya dalam pemenuhan protein hewani yang sangat krusial untuk pertumbuhan linear anak (4).

Kesenjangan pengetahuan yang ditemukan di lapangan umumnya berkaitan dengan salah kaprah mengenai manifestasi stunting. Banyak orang tua di wilayah urban masih menganggap bahwa kondisi fisik anak yang pendek semata-mata merupakan faktor keturunan (genetik) yang tidak dapat diintervensi (7). Padahal, faktor lingkungan dan kecukupan asupan nutrisi selama Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) memegang peran hingga 80% dalam menentukan tinggi badan optimal anak (6,7). Di samping itu, pemahaman mengenai porsi ideal "Isi Piringku" sering kali keliru, di mana karbohidrat masih mendominasi piring makan balita dibandingkan dengan zat pembangun seperti ikan, telur, atau daging (8).

Penggunaan media leaflet sebagai instrumen edukasi pasca-skrining dalam kegiatan pengabdian ini terbukti menjadi strategi yang efektif untuk menjembatani kesenjangan informasi tersebut. Leaflet memiliki keunggulan berupa kombinasi teks ringkas dan visualisasi grafis yang menarik, sehingga mampu menyederhanakan konsep medis yang kompleks—seperti perbedaan zat pengatur, pembangun, dan tenaga—menjadi panduan praktis sehari-hari (9). Pembelajaran berbasis visual dan diskusi interaktif ini menstimulasi kognitif responden lebih baik dibandingkan metode ceramah satu arah (8,9).

Melibatkan kader Posyandu bersama para ibu dalam satu forum edukasi juga memberikan dampak multiplikatif. Kader berfungsi sebagai agen perubahan (agent of change) di tingkat akar rumput yang akan merawat keberlanjutan program melalui pemantauan pasca-kegiatan (4). Ketika ibu dan kader memiliki persepsi serta tingkat pengetahuan yang sama tingginya, hambatan komunikasi dalam pemantauan tumbuh kembang balita di Posyandu dapat diminimalkan. Peningkatan literasi ini pada akhirnya diharapkan dapat mengubah perilaku pengasuhan dari yang bersifat pasif-reaktif menjadi proaktif-preventif dalam mengawal status gizi balita demi mewujudkan generasi bebas stunting (6,7).



Gambar 1. Pendaftaran Peserta



Gambar 2. Peserta saat mengikuti diberikan edukasi



Gambar 3. Proses Skringing Ibu



Gambar 4. Setelah diberikan Edukasi

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil skrining awal dan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di RW 03 Kelurahan Pulo Gebang, dapat disimpulkan bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu dan kader mengenai gizi seimbang dan stunting sebelum intervensi masih berada dalam kategori kurang optimal, yaitu sebesar 62,5% (kategori cukup 32,5% dan kurang 30,0%). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan literasi gizi yang berpotensi memengaruhi kualitas pengasuhan anak.

Pelaksanaan intervensi melalui metode skrining pengetahuan yang dilanjutkan dengan edukasi interaktif menggunakan media leaflet terbukti menjadi strategi yang efektif dan aplikatif. Pendekatan ini mampu menyederhanakan informasi kesehatan yang kompleks mengenai stunting dan konsep "Isi Piringku" menjadi panduan praktis yang mudah dipahami oleh tingkat rumah tangga.

Melalui integrasi peran antara ibu sebagai pengasuh utama dan kader Posyandu sebagai pendamping di lapangan, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran kritis serta komitmen bersama. Peningkatan pemahaman ini diharapkan dapat mengubah perilaku pengasuhan menjadi lebih proaktif dalam mendeteksi dini serta memenuhi kebutuhan gizi seimbang balita, sebagai upaya nyata dan berkelanjutan dalam pencegahan stunting di wilayah Jakarta Timur.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pelaksana pengabdian masyarakat menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktorat Penyediaan Tenaga Kesehatan / Poltekkes Kemenkes Jakarta III selaku institusi naungan yang telah memberikan dukungan moral, administratif, maupun fasilitas sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar.

Apresiasi dan terima kasih yang tulus juga kami haturkan kepada Kepala Kelurahan Pulo Gebang, Ketua RW 03 beserta jajaran pengurusnya, Puskesmas Kelurahan setempat, serta seluruh kader Posyandu yang telah memfasilitasi tempat, perizinan, dan membantu mobilisasi sasaran. Terakhir, terima kasih mendalam kami sampaikan kepada seluruh ibu balita di wilayah RW 03 Kelurahan Pulo Gebang atas partisipasi aktif, antusiasme, dan kerja samanya selama rangkaian kegiatan edukasi

dan pendampingan ini berlangsung demi mewujudkan generasi yang sehat dan bebas stunting.

### DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Stunting in a nutshell [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2024 [cited 2026 Jun 25]. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/item/malnutrition>
2. de Onis M, Branca F. Childhood stunting: a global perspective. *Maternal & Child Nutrition*. 2016;12(S1):12-26.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI; 2024.
4. Beal T, Tumilowicz A, Sutrisna A, Izwardy D, Neufeld LM. A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*. 2018;14(4):e12617.
5. Black RE, Victora CG, Walker SP, Bhutta ZA, Christian P, de Onis M, et al. Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*. 2013;382(9890):427-51.
6. Vaivada T, Akseer N, Akseer S, Somaskandan A, Stefopoulos M, Bhutta ZA. Stunting in childhood: an overview of global burden, trends, determinants, and interventions. *American Journal of Clinical Nutrition*. 2020;112(Suppl 2):777S-791S
7. Prendergast AJ, Humphrey JH. The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*. 2014;34(4):250-265
8. Permatasari TAE, Chadirin Y, Khomsan A, Anwar S. Application of "Isi Piringku" (My Plate) educational media on nutritional knowledge and dietary intake among mothers of stunted children in urban areas. *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics*. 2022;10(2):85-94.
9. WHO guidelines on nutritional care and support for patients with tuberculosis. Geneva: World Health Organization; 2018. (Note: Diadaptasi untuk prinsip efektivitas media cetak visual dalam intervensi gizi masyarakat).