

**PENINGKATAN KESEHATAN
MASYARAKAT: PENCEGAHAN
STUNTING DI DUSUN SEDOGAN,
TEMPEL, SLEMAN DAERAH ISTIMEWA
YOGYAKARTA**

KD Rahayu¹, Fathonah Susanti², V.B. Yudha Santana³
Fakultas Ekonomi Universitas Janabadra
Jl. Tentara Rakyat Mataram No 55-57 Yogyakarta
kusmaryati@janabadra.ac.id

Info Artikel

Diterima: 29-01-2026	Direvisi: 22-01-2026	Disetujui: 2-02-2026
-----------------------------	-----------------------------	-----------------------------

Abstrak - Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan balita, khususnya di wilayah pedesaan. Sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat, mahasiswa Universitas Janabadra (UJB) bersama dosen pendamping melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) tematik selama dua bulan di Dusun Sedogan, Kecamatan Tempel, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, dengan fokus pada peningkatan kesehatan masyarakat melalui pencegahan stunting pada balita. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan stunting serta mendukung pemenuhan gizi balita. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan kepada orang tua balita dan kader posyandu, serta pemberian makanan pendamping balita yang bergizi. Program ini dilaksanakan melalui kolaborasi dengan posyandu setempat sebagai mitra utama. Hasil kegiatan menunjukkan meningkatnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, pola asuh yang tepat, dan pemantauan pertumbuhan balita secara rutin. Selain itu, kegiatan pemberian makanan pendamping mendapat respons positif dari masyarakat. Dapat disimpulkan bahwa program KKN tematik ini berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting melalui pendekatan edukatif dan partisipatif berbasis masyarakat.

Kata Kunci : Penyuluhan, Stunting, Balita

Abstracts - Stunting remains a major public health problem that affects the growth and development of children under five, particularly in rural areas. As a form of community service, students of Universitas Janabadra (UJB), accompanied by supervising lecturers, carried out a thematic Community Service Program (Kuliah Kerja Nyata/KKN) for two months in Sedogan Hamlet, Tempel Sub-district, Sleman Regency, Special Region of Yogyakarta. This program focused on improving community health through the prevention of stunting among toddlers. The objective of this activity was to increase public knowledge and awareness regarding stunting prevention and to support adequate nutritional intake for children under five. The methods implemented included health education sessions for parents and local posyandu cadres, as well as the provision of nutritious complementary foods for toddlers. The program was conducted in collaboration with the local posyandu as the main community partner. The results indicated an improvement in community understanding of the importance of balanced nutrition, appropriate parenting practices, and regular monitoring of child growth. In addition, the complementary feeding activities received positive responses from the community. In conclusion, this thematic KKN program contributed to stunting prevention efforts through an educational and participatory community-based approach.

Keywords: Counselling, Stunting, Toddlers

I. PENDAHULUAN

Berdasar data Badan Pusat Statistik terbaru (semester I tahun 2025), penduduk Indonesia berjumlah 284, 4 juta jiwa, dan 22, 7 juta diantaranya adalah Balita (anak usia 0-4 tahun). Dari data tersebut, Indonesia memiliki tanggung jawab besar terhadap masyarakat, khususnya balita karena sampai akhir tahun 2025, Indonesia masih menduduki peringkat tinggi di Asia tenggara, terkait Balita mengalami Stunting yakni peringkat kedua atau ketiga tertinggi, dengan prevalensi sekitar 21, 5% pada tahun 2022. Target pemerintah pada tahun 2025 menurunkan angka prevalensi Stunting tersebut menjadi sekitar 19%. Artinya saat ini balita yang mengalami stunting berjumlah sekitar 4,3 juta jiwa. Angka yang masih sangat tinggi. Bermula dari keprihatinan tersebut, maka mahasiswa Universitas Janabadra Yogyakarta (UJB) yang sedang melakukan



Kuliah Kerja Nyata (KKN) pada bulan Oktober dan November 2025 mengajukan tema "Peningkatan kesehatan Masyarakat melalui Posyandu dan pencegahan Stunting Balita di Dusun Sedogan, Tempel, Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta". Dusun Sedogan berpenduduk 684 jiwa, terdiri dari 353 laki-laki dan 331 perempuan. 45% berpendidikan SMA, 24% Lulus SD, 14% lulus SMP. Masyarakat dusun Sedogan mayoritas bermata pencaharian sebagai petani, buruh, wiraswasta dan swasta (Administrator, 2023) Dusun ini juga merupakan sentra salak, sehingga hasil perkebunan salak juga menjadi penopang ekonomi masyarakat. Dari latar belakang ekonomi masyarakat yang relatif rendah tersebut, maka para mahasiswa KKN UJB berinisiasi mendorong masyarakat untuk lebih lagi mendukung program pemerintah dalam penurunan angka stunting nasional, khususnya di dusun Sedogan. Pemahaman masyarakat tentang Stunting pada Balita dan bagaimana cara pencegahannya merupakan langkah kongkret mensukseskan penurunan prevalensi angka stunting riil di lapangan. Sebenarnya selama ini Pemerintah telah memiliki program posyandu yang menjadi sarana dalam pemantauan tumbuh kembang balita, pemberian edukasi mengenai gizi, mendeteksi gizi buruk maupun stunting balita, namun nampaknya belum efektif di beberapa daerah. Keberhasilan program posyandu juga sangat dipengaruhi oleh kualitas dan pemahaman para pengurus dan kader dalam pemantauan tumbuh kembang balita ((Noprida et al., 2022), (Nuzula et al., 2023). Jika masyarakat paham tentang pentingnya Posyandu bagi balita, maka akan mendukung program tersebut ((Lara, n.d.). Program Posyandu yang dilaksanakan setiap bulan, dilakukan dengan cara pemeriksaan rutin dan pemberian makanan tambahan bergizi kepada balita dan ibu hamil maupun menyusui. Pada pemerintahan presiden Prabowo sejak tahun 2024, posyandu lebih diefektifkan lagi agar masyarakat mendapatkan manfaat yang maksimal. Peran kader posyandu sangat berpengaruh terhadap keberhasilan memantau kesehatan ibu hamil dan balita(Faiqah et al., 2022). Bahkan posyandu tidak hanya bagi balita dan ibu menyusui, namun juga bagi masyarakat lanjut usia (manula).

Program kerja mahasiswa KKN tematik UJB mendukung Posyandu yang berlangsung di dusun Sedogan. Pada tahap awal para mahasiswa melakukan observasi kepada masyarakat dusun Sedogan untuk mendapatkan data dan informasi tentang kondisi eksisting balita di lapangan. Pertemuan dengan pendapat dilakukan dengan pengurus Posyandu dusun Sedogan. Hasil pertemuan dijadikan dasar untuk menyusun program kerja, antara lain adalah memberikan edukasi kepada para ibu balita tentang pentingnya asupan gizi seimbang bagi ibu hamil dan menyusui dan pemberian gizi seimbang kepada balita (Setiawan et al., n.d.), memotivasi para ibu balita untuk melakukan pemeriksaan rutin ke posyandu dan pemberian menu tambahan yakni penambahan gizi bagi balita yang aktif tercatat pada Posyandu bulanan di dusun Sedogan. Mahasiswa KKN UJB menjadi mitra posyandu untuk meningkatkan partisipasi kunjungan posyandu oleh orangtua balita (Tiyas, 2024)

II. METODE PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Sebelum melaksanakan program, mahasiswa perlu mengikuti beberapa tahapan. Tahap pertama adalah memberikan penjelasan kepada ibu-ibu yang memiliki anak balita mengenai pentingnya pengawasan kesehatan dan perkembangan anak melalui program Posyandu. Dalam fase ini, dengan bantuan pengurus posyandu, para ibu berkumpul untuk mengikuti sesi penyuluhan dan memperoleh informasi tentang pentingnya melindungi anak dari ancaman stunting. Dalam sesi tersebut, dijelaskan tentang pengertian stunting. Para profesional kesehatan mengungkapkan bahwa stunting merupakan masalah pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi berkepanjangan dan infeksi yang sering terjadi, dicirikan oleh tinggi badan yang tidak memenuhi standar yang ditetapkan oleh kementerian terkait kesehatan. (Maulidina, n.d.) Sedangkan, menurut Kementerian Kesehatan(Kemenkes, 2024), stunting didefinisikan sebagai anak balita yang memiliki nilai z-score di bawah -2. 00 SD (stunted) dan di bawah -3. 00 SD (*severely stunted*).

Masalah kekurangan gizi sudah muncul sejak ibu hamil. (Maulidina, n.d.) Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa stunting merupakan isu pertumbuhan yang dialami oleh anak-anak kecil, mengakibatkan perkembangan mereka tidak sesuai dengan ukuran seharusnya, memberi pengaruh baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 tahun 2021). Dalam jangka pendek, stunting akan tampak pada anak berusia 2 tahun, dengan ciri-ciri seperti tinggi badan rata-rata anak yang berada di bawah standar teman sebayanya dan perkembangan kognitif yang sangat lambat. Di sisi lain, dampak jangka panjang dapat membuat anak tersebut di masa dewasa lebih rentan terhadap penyakit serius seperti diabetes, obesitas, penyakit jantung, stroke, dan lain-lain.

Penyebab utama terjadinya stunting pada anak adalah kurangnya asupan protein dari sumber hewani, seperti daging ayam, ikan, dan telur. Selain itu, kondisi kebersihan yang tidak memadai, seperti rumah yang tidak memiliki toilet, dan kebiasaan mandi serta mencuci di sungai, turut memperburuk situasi ini. Faktor lain yang memperparah kondisi adalah keterbatasan akses terhadap air bersih, di mana terlihat adanya kekurangan sumber air bersih, baik dari sumur maupun dari layanan PDAM. Masyarakat dengan tingkat pendidikan yang rendah seringkali tidak memiliki informasi yang cukup mengenai kesehatan dan gizi (Tamim, 2023), ditambah dengan persoalan kemiskinan dan sulitnya mengakses layanan kesehatan (Pusat Data dan Teknologi Informasi Kementerian Kesehatan).

Dalam kegiatan penyuluhan kepada masyarakat di desa Sedogan, dijelaskan bahwa jika seorang anak terdiagnosis stunting, langkah yang harus diambil oleh orang tua adalah melakukan terapi dengan memberikan makanan yang bergizi serta suplemen tambahan seperti Vitamin A, Zinc, Zat besi, Kalsium, dan Yodium (Tim, 2023). Selain itu, menjaga pola hidup yang bersih dan sehat juga sangat penting. Setelah penyuluhan selesai, tahap berikutnya adalah tahap kedua, yang melibatkan observasi secara langsung dan pencatatan terhadap balita, termasuk mengukur tinggi badan dan berat badan, membandingkan serta mencatat pertumbuhan balita yang berada di R8 desa Sedogan, Sleman. Data dan informasi yang diperoleh akan digunakan sebagai dasar untuk menghitung jumlah pemberian makanan tambahan pada tanggal posyandu yang sudah disepakati (13 November 2025). Setelah berdiskusi dengan pengurus posyandu setempat, disepakati bahwa mahasiswa akan menyediakan makanan tambahan seperti susu, buah, dan camilan bergizi yang dapat meningkatkan nafsu makan balita, sebagai makanan pendamping.



Gambar 1 Mahasiswa KKN UJB membantu Posyandu balita di R8 dusun Sedogan

Tahap ketiga adalah Mahasiswa KKN menyerahkan makanan tambahan kepada pengurus posyandu untuk dibagikan kepada balita yang datang untuk penimbangan dan pencatatan perkembangan pertumbuhannya. Program bantuan makanan pendamping ini sangat berdampak positif meningkatkan tingkat partisipasi masyarakat dalam posyandu.



Gambar 2 Pemberian simbolis makanan tambahan oleh Mahasiswa

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program KKN UJB ini memberikan kontribusi yang baik bagi masyarakat di dusun Sedogan, terutama bagi para ibu yang memiliki balita, karena mereka kini memahami betapa pentingnya program posyandu. Selain itu, mereka juga menjadi lebih peduli terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, bahkan sejak masa kehamilan. Hal ini terjadi akibat cara mahasiswa mendekati masyarakat dengan mengedepankan pentingnya kreativitas ibu dalam menyediakan makanan bergizi yang tidak harus mahal (Jago, 2019). Ada beberapa contoh bahan makanan yang bergizi, mudah dijangkau dan juga terjangkau harganya seperti yang berikut ini:

Tabel 1. Contoh makanan bergizi dan manfaatnya

Nama makanan	Kandungan gizi	Manfaat bagi balita
Telur ayam	Protein tinggi, lemak sehat, kolin, vitamin D	Mendukung pembentukan otot, kemajuan otak, serta kekuatan fisik.
Tempe kedelai	Protein nabati, zat besi, kalsium, probiotik	Mendukung perkembangan tulang serta menjaga pencernaan yang baik.
Tahu kedelai	Protein, kalsium, fosfor	Mendukung perkembangan tulang dan gigi, mudah dicerna oleh anak kecil.
Ikan kembung/lele/ikan sungai	Protein, omega-3, vitamin B12	Mendukung kemajuan otak dan kecerdasan
Hati ayam	Zat besi, vitamin A, vitamin B12	Menghindari anemia serta mendukung perkembangan sel-sel tubuh. (Cukup 1–2 kali dalam seminggu)
Ubi jalar	Karbohidrat, serat, vitamin A	Sumber energi dan menjaga kesehatan mata
Bayam	Zat besi, folat, vitamin C, Vit K, Magnesium	Meningkatkan pembentukan sel darah merah dan meningkatkan sistem imun, menurunkan tekanan darah, serta memperkuat kerangka tulang.
Wortel	Vitamin A, beta-karoten, serat.	Mendukung kesehatan penglihatan dan sistem kekebalan tubuh.
Kacang hijau	Protein, zat besi, magnesium	Mendukung perkembangan otot dan menghindari defisiensi zat besi.
Daun kelor (moringa oleifera)	Protein nabati, kalsium, zat besi, Vit A, C, E, kalium dan antioksidan	Mendorong perkembangan tulang, gigi, menghindari anemia, memperkuat sistem imun, mendukung perkembangan otak, serta meningkatkan tinggi dan berat badan anak kecil.
Ceker ayam	Kolagen, protein, kalsium, fosfor, magnesium, gelatin, asam amino.	Mendukung perkembangan tulang, sendi, bermanfaat bagi kesehatan kulit, jaringan tubuh, dan meningkatkan selera makan.

Dalam program penyuluhan gizi, dijelaskan bahwa sebaiknya bahan makanan diperoleh dalam kondisi segar, lalu dimasak hingga menjadi lembut agar balita dapat dengan mudah mengunyahnya. Untuk menjaga kesehatan balita dalam jangka panjang, disarankan kepada ibu untuk tidak memberikan makanan atau minuman yang mengandung: tingkat gula yang tinggi, garam, dan Monosodium Glutamat (penyedap rasa). Dengan demikian, makanan bergizi tidak perlu mahal, tergantung pada kreativitas para ibu dalam mempersiapkan dan menyajikannya untuk anak-anak tercinta. Berdasarkan informasi dari kementerian Kesehatan, berikut adalah cara untuk mencegah stunting: 1) Sejak kehamilan, ibu hamil hendaknya mengonsumsi makanan bergizi dan secara rutin memeriksakan kesehatan dirinya ke dokter atau bidan. 2) Bayi sebaiknya mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan, karena kandungan whey dan kolostrum dalam ASI dapat meningkatkan sistem imun bayi serta mencegah terjadinya stunting. 3) Makanan pendamping ASI yang sesuai dengan kebutuhan gizi berdasarkan saran dokter harus diberikan mulai bayi berusia 6 bulan. 4) Selalu periksa pertumbuhan bayi, termasuk berat badan dan tinggi badan, ke puskesmas atau posyandu (Lulu Lukyani, 2021)

IV. KESIMPULAN

Posyandu balita memiliki peran strategis sebagai garda terdepan dalam upaya peningkatan kesehatan anak usia dini dan pencegahan stunting di Indonesia. Keberhasilan pelaksanaan program posyandu sangat ditentukan oleh kapasitas, kompetensi, dan kinerja kader serta pengurus posyandu sebagai pelaksana utama di tingkat masyarakat. Kader posyandu yang memiliki pemahaman memadai tentang kesehatan masyarakat, sikap yang komunikatif, serta keterampilan dalam pemantauan kegiatan posyandu terbukti berkontribusi positif terhadap partisipasi ibu balita dan ibu hamil dalam pemanfaatan layanan kesehatan dasar.

Selain itu, peningkatan kapasitas kader melalui pelatihan berkelanjutan dan pembaruan informasi terkait kesehatan ibu dan anak menjadi faktor penting dalam memperkuat efektivitas program posyandu. Pelatihan tersebut tidak hanya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan teknis kader, tetapi juga memperkuat motivasi dan kepercayaan diri mereka dalam menjalankan tugas. Dengan demikian, penguatan sumber daya manusia posyandu secara berkelanjutan merupakan strategi kunci dalam mendukung keberhasilan program kesehatan masyarakat, khususnya dalam upaya menurunkan prevalensi stunting pada balita secara berkelanjutan dan berkelanjutan di Indonesia.

V. REFERENSI

- Administrator. (2023). *data Kependudukan Dusun Sedogan*. <https://www.dusunsedogan.web.id/data-penduduk>).
- Dewi, I., & Sumi, S. S. (2024). *Pemberdayaan Kader Posyandu Balita melalui Program Pelatihan Deteksi Dini Pertumbuhan dan Perkembangan pada Balita di Desa Panaikang Abstrak*. 5(1), 175–179.
- Faiqah, Z. Al, Suhartatik, S., Gizi, M., Masyarakat, F. K., & Airlangga, U. (2022). *Peran Kader Posyandu Dalam Pemantauan Status Gizi Balita : Literature Review*.
- Jago, L. (2019). *Lontar : Journal of Community Health Fakultas Kesehatan Masyarakat - Universitas Nusa Cendana Lontar : Journal of Community Health Volume 01 Nomor 01 , Maret 2019 Fakultas Kesehatan Masyarakat - Universitas Nusa Cendana*. 01, 2015–2019.
- Kemenkes, A. (2024). *Stunting*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/defisiensi-nutrisi/stunting>
- Lara, S. C. (n.d.). *Perilaku Kunjungan Posyandu Balita The Relationship Between Mothers' Knowledge About Integrated Service Post With Behavior Of Visiting Integrated Service Post For Toddlers Service Post For Toddlers Abstrak*. 4–8.
- Lulu Lukyani. (2021, September). *5 Cara Mencegah Stunting Menurut Kemenkes*. https://www.kompas.com/sains/read/2021/09/29/133200523/5-cara-mencegah-stunting-menurut-kemenkes?lgm_method=google&google_btn=onetap&page=1
- Maulidina, A. (n.d.). *Setiap dari Kita Dapat Mengambil Peran Besar Mencegah Stunting!* <https://Ayosehat.Kemkes.Go.Id/>. Retrieved January 25, 2026, from <https://ayosehat.kemkes.go.id/setiap-dari-kita-dapat-mengambil-peran-besar-mencegah-stunting>
- Noprida, D., Polapa, D., & Imroatun, T. (2022). *Pengaruh Pelatihan Kader Posyandu Terhadap Peningkatan Pengetahuan Tentang Skrining Pertumbuhan dan Perkembangan Balita dengan KPSP Wilayah Pasar Rebo*. 01(02), 62–68.
- Nuzula, R. F., Arfan, N. A., & Ningrum, S. (2023). *Peran Kader Terhadap Upaya Peningkatan Status Gizi Balita Di Posyandu*. 01, 1–4.
- Setiawan, I., Studi, P., Publik, A., Tinggi, S., & Administrasi, I. (n.d.). *Efektivitas Program Posyandu Balita Dalam*. 343–350.
- Tamim, H. (2023). *Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu tentang Gizi dengan Status Gizi pada Balita di Posyandu Abung Timur Wilayah Kerja Puskesmas Bumi Agung Kabupaten Lampung Utara Tahun 2020 (Relationship between Education Level and Mother ' s Knowledge of Nutrition with Nutritional Status of Toddlers at the East Abung Posyandu in the Working Area of the Bumi Agung Health Center , North Lampung Regency in 2020)*. 2(2), 77–83.
- Tim. (2023). *7 Cara Mencegah Stunting Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan*. 26 November 2025. <https://www.nutriclub.co.id/artikel/tumbuh-kembang/1-tahun/pencegahan-stunting>
- Tiyas, D. W. (2024). *Peningkatan Partisipasi Kunjungan Posyandu Balita Melalui Penguatan Dukungan Mitra Dwi Wahyuning Tiyas*. 1(11), 3052–3056.