

## **Implementasi Pendekatan Holistik untuk Penanggulangan Stunting di Desa Krajan, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo**

**Anggie Pradana Putri<sup>1\*</sup>, Ady Irawan. AM<sup>2</sup>, Endrat Kartiko Utomo<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia,  
57154

<sup>2</sup>Program Studi D3 Keperawatan, Universitas Duta Bangsa Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia,  
57154

<sup>3</sup>Program Studi Profesi Ners, Universitas Duta Bangsa Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia, 57154

E-mail Corespondence: \*anggie.pradana.putri@stikesmus.ac.id

---

**Info Artikel:**

Diterima : 10 Maret 2025

Diperbaiki : 17 Maret 2025

Disetujui : 27 Maret 2025

**Kata Kunci:** Stunting,  
Pengetahuan, Kemampuan  
Praktik, Gizi Seimbang, Edukasi,  
Pendekatan Holistik.

**Abstrak:** Stunting merupakan masalah gizi yang signifikan di Indonesia, berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengimplementasikan pendekatan holistik dalam penanggulangan stunting di Desa Krajan, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo, dengan fokus pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan masyarakat terkait stunting dan pengelolaan gizi untuk balita. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif, menggunakan kuesioner pengetahuan dan observasi praktik pembuatan makanan sehat pada 20 partisipan. Pengetahuan partisipan tentang stunting diukur menggunakan kuesioner, sementara kemampuan praktik diobservasi langsung. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa 55% partisipan memiliki pengetahuan yang baik mengenai stunting, namun 45% masih kekurangan pengetahuan, terutama dalam faktor risiko dan pemantauan gizi anak. Terkait kemampuan praktik, 75% partisipan berhasil melaksanakan praktik pembuatan makanan sehat dan bergizi seimbang dengan benar, sementara 25% mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan nutrisi. Kesimpulan dibutuhkan peningkatan edukasi dan pelatihan yang lebih intensif untuk memperbaiki pemahaman dan keterampilan dalam pencegahan stunting.

**Keywords:** *Stunting, Knowledge, Practical Skills, Balanced Nutrition, Education, Holistic Approach.*

**Abstract:** *Stunting is a significant nutritional problem in Indonesia, affecting children's growth and development. This community service program aims to implement a holistic approach to tackling stunting in Krajan Village, Gatak Subdistrict, Sukoharjo Regency, with a focus on improving community knowledge and skills related to stunting and nutritional management for toddlers.*

---

*The method used is a quantitative approach with a descriptive design, utilizing knowledge questionnaires and observational assessments of healthy food preparation practices among 20 participants. Participants' knowledge of stunting was measured using a questionnaire, while practical skills were directly observed. The results of the community service showed that 55% of participants had good knowledge about stunting; however, 45% still lacked understanding, particularly regarding risk factors and nutritional monitoring for children. In terms of practical skills, 75% of participants successfully performed healthy and balanced food preparation practices correctly, while 25% faced challenges in balancing nutrition. In conclusion, there is a need for more intensive education and training to improve understanding and skills in stunting prevention.*

---

## Pendahuluan

Stunting, yang diakibatkan oleh kekurangan gizi kronis pada anak usia dini, tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat yang mendesak di Indonesia, dengan angka 30.8%. Meskipun beberapa daerah telah menunjukkan perbaikan dalam status gizi anak, prevalensi stunting masih tinggi, terutama di daerah pedesaan (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pengabdi di Desa Krajan, Gatak, Sukoharjo, meskipun tidak memiliki angka gizi balita yang sangat buruk, tetap menghadapi tantangan serius terkait pola asuh dan kebiasaan gizi yang kurang tepat. Pola makan yang tidak seimbang, ketidakpahaman tentang pentingnya ASI eksklusif, serta kurangnya pengetahuan mengenai pemenuhan gizi yang baik dalam tahap tumbuh kembang anak, menjadi faktor-faktor utama yang meningkatkan risiko stunting di desa ini.

Masyarakat Desa Krajan umumnya memiliki akses terhadap makanan yang cukup, namun kekurangan dalam pemilihan dan pengolahan makanan yang bergizi dapat memengaruhi perkembangan anak secara optimal. Faktor lain yang turut berkontribusi adalah rendahnya kesadaran tentang pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala, serta kebiasaan kurangnya perhatian terhadap aspek sanitasi yang mendukung kesehatan pencernaan. Oleh karena itu, meskipun status gizi di desa ini tidak menunjukkan angka yang sangat rendah, kesalahan dalam pola asuh dan asupan gizi yang tidak memadai tetap berpotensi meningkatkan risiko stunting pada balita (Pradana Putri & Rong, 2021).

Pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan holistik menjadi strategi yang efektif untuk menanggulangi masalah ini (Amin et al., 2024). Dalam pendekatan holistik, peran perawat sebagai agen perubahan sangat krusial, tidak hanya dalam memberikan edukasi tentang pentingnya pola makan sehat, tetapi juga dalam mengedukasi masyarakat mengenai cara-cara pemantauan tumbuh kembang anak dan pentingnya kebersihan serta sanitasi (Agustin, 2024; Jackson et al., 2022). Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan ibu dan keluarga di Desa Krajan dengan pengetahuan yang lebih baik tentang pola asuh yang tepat dan pentingnya konsumsi gizi seimbang, untuk mencegah terjadinya stunting. Dengan pendekatan yang melibatkan berbagai sektor, diharapkan prevalensi stunting di desa ini dapat diturunkan, sekaligus meningkatkan kualitas hidup dan kesehatan anak-anak di masa depan.

## **Metode**

### **Patisipan**

Populasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah keluarga dengan anak usia 0 sampai 5 tahun yang tinggal di Desa Krajan, Gatak, Sukoharjo. Penentuan partisipan ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi meliputi: ibu yang memiliki anak balita (usia di bawah lima tahun), berpotensi mengalami stunting (berdasarkan pengukuran tinggi badan dan berat badan anak), kooperatif selama pelaksanaan pengabdian masyarakat, dapat menulis dan membaca serta berkomunikasi dalam Indonesia. Adapun kriteria eksklusi adalah keluarga yang sudah mendapatkan intervensi dari program lain atau tidak bersedia diikutsertakan dalam pengabdian masyarakat. Jumlah sampel ada 20. Diharapkan dengan jumlah sampel yang terbatas, pengabdian masyarakat dapat mengumpulkan data secara mendalam.

### **Tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat**

#### **Tahap persiapan**

Tahap pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat dilakukan melalui beberapa proses sebagai berikut:

- a. Pada minggu pertama tim melakukan survei ke lokasi mitra, kemudian menggali permasalahan yang ada dan melakukan wawancara kepada kader Posyandu Kelurahan Krajan, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo.

- b. Pada minggu kedua setelah mengidentifikasi masalah di mitra, tim melakukan kajian pustaka yang dapat digunakan untuk acuan materi edukasi selama pengabdian masyarakat di mitra sasaran.
- c. Pada minggu ketiga, tim membuat media edukasi stunting berupa *leaflet* dan *video*.
- d. Tahap minggu keempat tim melakukan *fixing* waktu dan tempat untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi dilanjutkan praktik pembuatan makanan sehat, yang dilakukan secara luring di balai pertemuan Desa Krajan, Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo.

#### **Tahap pelaksanaan**

Pengabdian masyarakat akan dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama yaitu pendidikan kesehatan yang berfokus pada pencegahan dan manajemen stunting dalam bentuk multimedia (PPT dan *leaflet*). Tahap kedua yaitu demonstrasi dan praktik pembuatan makanan sehat dan bergizi seimbang untuk balita. Partisipan meliputi ibu dengan balita di wilayah yang berjumlah 20 orang. Masing-masing implementasi dilakukan dalam 120 menit dengan indikator keberhasilan partisipan dapat mengerti dan memahami tentang pencegahan dan manajemen stunting melalui pemenuhan gizi yang baik dan seimbang. Selain itu, partisipan diharapkan mampu untuk membuat menu sehat bergizi seimbang untuk balita secara mandiri. Adapun dokumentasi implementasi kegiatan pengabdian ini disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan

## **Tahap evaluasi**

Pada tahap akhir pengabdian masyarakat tim akan melakukan evaluasi atau responsi yang dilakukan berupa pengukuran pengetahuan partisipan tentang BAE dan praktik BAE untuk manajemen DM. Instrumen yang digunakan meliputi:

- a. Instrumen survey demografi
- b. Skala pengukuran pengetahuan tentang stunting yang terdiri dari 10 pertanyaan.
- c. Checklist prosedur pembuatan makanan sehat bergizi seimbang.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Karakteristik partisipan**

Karakteristik peserta dalam pengabdian masyarakat ini. Dari 20 peserta, usia rata-rata adalah  $24.56 \pm 2.60$  tahun, dengan rentang usia antara 19 hingga 30 tahun. Rentang usia ini sesuai dengan kelompok usia produktif yang menjadi target sampel. Sebagian besar peserta memiliki tingkat pendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 85%. Hampir seluruh peserta aktif bekerja (75%), dan mayoritas (52%) memiliki pendapatan pada kisaran upah minimum regional, yaitu antara Rp 1.500.000,00 hingga Rp 2.500.000,00 yang disajikan pada Tabel 1.

Rerata kadar gula darah partisipan adalah sebelum dilakukan intervensi adalah  $315 \pm 42.67$  mg/dl. Hanya 18% yang memiliki riwayat DM dalam keluarganya.

**Tabel 1. Karakteristik partisipan**

No.	Karakteristik	Mean $\pm$ SD (range)	N (%)
1	Usia	$37.77 \pm 4.86$ (19-30 tahun)	
2	Pendidikan		
	SMA		17 (85%)
	Perguruan tinggi		3 (15%)
3	Pekerjaan		
	Tidak bekerja		5 (25%)
	Bekerja		15 (75%)
4	Pendapatan		
	<Rp 1.500.000,00		3 (15%)
	Rp1.500.001,00-Rp2.500.000,00		7 (60%)
	Rp2.500.001,00-Rp3.500.000,00		5 (25%)

### **Pengetahuan stunting**

Hasil pengabdian masyarakat terkait pengetahuan tentang stunting yang diukur menggunakan Kuesioner Pengetahuan Stunting yang disusun oleh tim pengabdi. 20

partisipan menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup baik mengenai stunting yang ditunjukan pada Tabel 2. Berdasarkan hasil pengukuran, 55% responden menunjukkan skor yang memadai (skor  $\geq 70\%$  dari total nilai maksimum), yang mencerminkan pemahaman yang baik tentang definisi, faktor risiko, gejala, dan pentingnya pengelolaan stunting. Namun, masih ada 45% responden yang memperoleh skor rendah, yang menunjukkan adanya kekurangan pengetahuan tentang beberapa aspek penting dari stunting, seperti faktor risiko stunting dan pentingnya rutin melakukan pemantauan tinggi badan, berat badan, dan stutus gizi anak. Temuan ini mengindikasikan perlunya peningkatan edukasi dan penyuluhan yang lebih intensif mengenai stunting untuk memperkuat pemahaman masyarakat, terutama terkait dengan pengelolaan jangka panjang dan pencegahan komplikasi.

**Tabel 2. Pengetahuan stunting diantara partisipan**

No.	Pengetahuan	N (%)
1	Tinggi ( $\geq 70$ )	9 (45%)
2	Rendah	11 (55%)

Hasil ini sejalan dengan temuan studi sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Saleh (2021) yang juga menemukan bahwa meskipun sebagian besar ibu memiliki pemahaman dasar tentang stunting, masih ada kesenjangan dalam pemahaman mereka tentang faktor risiko dan pencegahan jangka panjang stunting. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun pengetahuan dasar telah ada, edukasi yang lebih mendalam dan berkelanjutan masih diperlukan untuk memperkuat pemahaman masyarakat (Putri & Rong, 2021).

Edukasi mengenai stunting menjadi sangat penting karena pengetahuan yang memadai dapat mendorong masyarakat untuk mengambil tindakan preventif dan kuratif (Amaha & Woldeamanuel, 2021). Edukasi yang berkelanjutan dapat meningkatkan kesadaran orang tua tentang pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak, termasuk pengukuran tinggi badan, berat badan, dan status gizi secara rutin, yang merupakan langkah kunci dalam pencegahan stunting (Sm & Nj, 2019). Selain itu, penyuluhan yang intensif dan berbasis komunitas dapat memperbaiki pengetahuan orang tua, terutama dalam hal perubahan pola makan dan pola asuh yang mendukung pertumbuhan anak yang optimal (Jeong & Franchett, 2021). Dalam konteks ini,

peningkatan edukasi di tingkat desa, terutama bagi keluarga dengan anak usia 0-5 tahun, sangat krusial untuk mengurangi prevalensi stunting di masa depan.

### **Kemampuan praktik pembuatan makanan sehat dan bergizi seimbang**

Hasil pengabdian masyarakat mengenai kemampuan praktik pembuatan makanan sehat dan bergizi seimbang untuk balita pada 20 partisipan menunjukkan variasi dalam tingkat kemampuan peserta (Tabel 3). Berdasarkan observasi dan penilaian yang dilakukan selama pelaksanaan, sebagian besar partisipan menunjukkan kemampuan yang baik dalam melaksanakan praktik secara tepat.

**Tabel 3. Kemampuan partisipan dalam praktik pembuatan makanan sehat dan bergizi seimbang**

No.	Kemampuan praktik	N (%)
1	Baik	15 (75%)
2	Mengalami kesulitan	5 (25%)

Hasil pengabdian masyarakat mengenai kemampuan praktik pembuatan makanan sehat dan bergizi seimbang untuk balita menunjukkan bahwa mayoritas partisipan (75%) berhasil melaksanakan praktik dengan baik dan sesuai instruksi yang diberikan. Hal ini mencerminkan pemahaman yang cukup baik dari peserta mengenai pentingnya menyediakan makanan bergizi seimbang untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita. Kemampuan ini sangat penting, karena pola makan yang tepat dan bergizi pada usia dini memiliki peran yang sangat besar dalam pencegahan masalah gizi, termasuk stunting.

Namun, temuan ini juga menunjukkan adanya variasi dalam kemampuan praktik di antara partisipan. Sebanyak 25% partisipan mengalami kesulitan dalam mengatur keseimbangan nutrisi dalam satu sajian. Masalah ini sering muncul karena kurangnya pemahaman atau keterampilan dalam menyeimbangkan berbagai jenis bahan makanan yang memiliki kandungan gizi berbeda, yang diperlukan untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Kesulitan ini sejalan dengan temuan dalam studi Budiana dan Ratna (2023) yang menyebutkan bahwa banyak orang tua atau pengasuh balita menghadapi tantangan dalam menyiapkan menu yang seimbang, meskipun mereka mengetahui pentingnya asupan gizi yang baik.

Meskipun ada kesulitan awal, sebagian besar partisipan yang mengalami hambatan menunjukkan kemajuan setelah diberikan latihan dan pendampingan. Hal ini menunjukkan bahwa dengan pelatihan yang tepat dan pembelajaran praktis, peserta

dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam menyiapkan makanan yang bergizi seimbang. Studi oleh Nathania et al. (2025) juga mendukung temuan ini, yang menyatakan bahwa penyuluhan yang berkelanjutan dan berbasis praktik dapat meningkatkan keterampilan ibu dalam menyiapkan makanan sehat dan bergizi untuk anak-anak mereka.

Kemampuan untuk menyiapkan makanan bergizi seimbang memerlukan pengetahuan dasar tentang komponen makanan yang mendukung kesehatan anak, seperti karbohidrat, protein, lemak sehat, vitamin, dan mineral (Kesari & Noel, 2025). Oleh karena itu, penting untuk terus memberikan pelatihan yang tidak hanya berfokus pada teori, tetapi juga pada praktik langsung, sehingga partisipan dapat lebih percaya diri dan terampil dalam mempersiapkan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak (Budiana & Ratna, 2023; Jeong & Franchett, 2021).

Secara keseluruhan, meskipun ada sedikit kesulitan dalam pengaturan keseimbangan nutrisi pada sebagian partisipan, hasil ini menegaskan pentingnya latihan dan bimbingan dalam meningkatkan kemampuan praktis masyarakat. Untuk memperbaiki hasil ini, diperlukan program pelatihan yang lebih intensif dan berkelanjutan yang menekankan pada praktik langsung di dapur, sehingga pengetahuan yang diperoleh dapat diterapkan dengan lebih efektif dalam kehidupan sehari-hari.

## **Kesimpulan**

Pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar masyarakat Desa Krajan memiliki pengetahuan yang memadai mengenai stunting, masih terdapat gap dalam pemahaman mengenai faktor risiko dan pentingnya pemantauan status gizi anak. Mayoritas partisipan juga menunjukkan kemampuan yang baik dalam praktik pembuatan makanan sehat dan bergizi, meskipun sebagian mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan nutrisi. Implikasi dari temuan ini adalah perlunya penyuluhan dan pelatihan yang lebih intensif dan berkelanjutan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan masyarakat, terutama dalam pengelolaan gizi jangka panjang dan pencegahan stunting. Rekomendasi dari pengabdian

masyarakat ini adalah melanjutkan dan memperkuat program edukasi yang melibatkan pendekatan holistik serta memberikan pendampingan langsung dalam praktik sehari-hari, agar dapat lebih efektif mengurangi angka stunting di masa depan.

## **Ucapan Terima Kasih**

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada masyarakat dan kader kesehatan di wilayah Krajan Gatak Sukoharjo, dan *stakeholders* yang telah mendukung dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

## **Referensi**

- Agustin, D. A. (2024). The Role of Nurses in Providing Health Education to The Family About The Children Enteral Nutrition. *International Journal of Advancement in Life Sciences Research*, 1(2), 13–19. <https://doi.org/doi:10.31632/ijalsr.2018v01i02.003>
- Amaha, N. D., & Woldeamanuel, B. T. (2021). Maternal factors associated with moderate and severe stunting in Ethiopian children: Analysis of some environmental factors based on 2016 demographic health survey. *Nutrition Journal*, 20(1), 18. <https://doi.org/10.1186/s12937-021-00677-6>
- Amin, S., Laksana, A. P., & Rohman, A. (2024). *Upaya Penurunan Angka Stunting melalui Pendekatan Holistik di Desa Japan Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus*. 6(2).
- Budiana, I., & Ratna, D. (2023). Peningkatan Pengetahuan Orang Tua Tentang Stunting Melalui Pendidikan Holistik Berbasis Kesehatan. *Eastasouth Journal of Impactive Community Services*, 01(02), 94–102.
- Jackson, J., Maben, J., & Anderson, J. E. (2022). What are nurses' roles in modern healthcare? A qualitative interview study using interpretive description. *Journal of Research in Nursing*, 27(6), 504–516. <https://doi.org/DOI:10.1177/17449871211070981>
- Jeong, J., & Franchett, E. E. (2021). Parenting interventions to promote early child development in the first three years of life: A global systematic review and meta-analysis. *Plos Medicine*, 18(5), 1–51. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003602>
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2021*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kesari, A., & Noel, J. Y. (2025). *Nutritional Assessment*. StatPearls Publishing. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK580496/>
- Nathania, Pranatali Natasya Kristian, Ammar Zaky Munawar, Naufal Daffa Ulhaq, Imelda Safana Hidayat, & Siti Nurul Iftitah. (2025). Pemberdayaan Ibu Sebagai Strategi Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan dan Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Bergizi Bagi Balita di Desa Girirejo. *Faedah : Jurnal Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 179–190. <https://doi.org/10.59024/faedah.v3i1.1302>

- Pradana Putri, A., & Rong, J.-R. (2021). Parenting Functioning in Stunting Management: A Concept Analysis. *Journal of Public Health Research*, 10(2), jphr.2021.2160. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2160>
- Saleh, A. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting: A Systematic Review. *Gac Sanit.*, 35(S2), S576–S582.
- Sm, G., & Nj, M. (2019). Nutritional interventions for preventing stunting in children (birth to 59 months) living in urban slums in low- and middle-income countries (LMIC) (Review). *Cochrane Database of Systematic Reviews*.