

## Program Pemberdayaan Masyarakat untuk Pencegahan Stunting melalui Edukasi, Kebun Gizi, dan PMT Inovatif di Desa Plumbon

Teti Anggita Safitri<sup>1</sup>, Firmansyah<sup>2</sup>, Muhammad Ardi Indra Fata<sup>3</sup>, Iis Wahyuningsih<sup>4</sup>, Nadila Amanda<sup>5</sup>, Pungky Elisa Nanda Tarisma<sup>6</sup>, Riski Novita Sari<sup>7</sup>, Mega Sri Rahayu<sup>8</sup>, Maulida Intan Purnama<sup>9</sup>, Vanes Oktadela Kurniasih<sup>10</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta

<sup>2</sup>Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta,

<sup>3</sup>Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta,

<sup>4</sup>Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta,

<sup>5</sup>Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta,

<sup>6</sup>Program Studi Administrasi Publik, Fakultas Ekonomi Ilmu Sosial dan Humaniora, Universitas Aisyiyah,

<sup>7</sup>Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta,

<sup>8</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta,

<sup>9</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta,

<sup>10</sup>Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah, Yogyakarta,

\*Email : [devanfahmi123@gmail.com](mailto:devanfahmi123@gmail.com)

### Abstrak

Masalah stunting masih menjadi isu kesehatan yang signifikan di berbagai daerah di Indonesia, termasuk di Pedukuhan Plumbon, Kulon Progo. Penelitian ini bertujuan untuk memberdayakan masyarakat melalui edukasi mengenai stunting, pengembangan kebun gizi, serta inovasi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berupa puding daun kelor. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan masyarakat dengan pendekatan campuran. Edukasi dilakukan kepada 30 ibu balita melalui seminar interaktif, sementara kebun gizi dikembangkan secara partisipatif. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu balita tentang stunting, serta penurunan prevalensi risiko stunting melalui PMT dan kebun gizi. Temuan ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis komunitas dapat menjadi solusi efektif untuk pencegahan stunting di daerah pedesaan.

**Kata Kunci:** stunting; pemberdayaan masyarakat; kebun gizi; PMT; daun kelor.

### *Community Empowerment Program for Stunting Prevention through Education, Nutrition Gardens, and Innovative PMT in Plumbon Village*

#### *Abstract*

*Stunting remains a significant health issue in many regions of Indonesia, including Pedukuhan Plumbon, Kulon Progo. This study aims to empower the community through education on stunting, the development of nutrition gardens, and innovative supplementary feeding (PMT) in the form of moringa leaf pudding. The research method used is community action research with a mixed-method approach. Education was provided to 30 mothers of toddlers through interactive seminars, while the nutrition garden was developed collaboratively. The results show an increase in maternal knowledge about stunting and a decrease in stunting risk prevalence through PMT and nutrition gardens. These findings indicate that community-based interventions can be an effective solution for stunting prevention in rural areas.*

**Keywords:** *stunting; community empowerment; nutrition garden; PMT; moringa leaves.*

## 1. Pendahuluan

Desa plumbon, padukuhan plumbon, kecamatan temon, Kabupaten Kulon Progo terdapat 300 jiwa dengan 97 perumahan dan 2 kasus stunting. Mayoritas penduduk padukuhan plumbon bekerja di sektor pertanian dan pegawai swasta. Potensi pertanian yang ada di desa ini karena terdapat lahan pertanian yang luas. Padukuhan plumbon berdasarkan data Kelurahan Plumbon, angka stunting di padukan plumbon pada tahun 2024 tercatat sebanyak 2 balita yang menderita malnutrisi (Stunting). Pencegahan stunting yang telah dilakukan sebelumnya adalah Pemberian Makanan Tambahan (PMT) balita yang telah dilakukan pemerintah, pencegahan stunting perlu dilakukan untuk mengedukasi masyarakat untuk menurunkan kasus stunting. Edukasi yang dilakukan sebagai penanganan stunting mengingat kasus stunting sangat berdampak besar dalam pertumbuhan anak, dampak yang terjadi dapat mengakibatkan permasalahan kesehatan gizi yang terjadi di Indonesia. Kejadian stunting di Indonesia masih menjadi masalah besar dengan prevalensi stunting yang cukup tinggi 21,6% berdasarkan hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Stunting pada balita dapat merugikan perkembangan dan produktivitas otak di masa mendatang, gangguan metabolisme tubuh terganggu pada anak (Saputra et al., 2023). Perkembangan stunting akan terlambat dan tidak sesuai dengan potensi yang dimilikinya akibat masalah gizi kronis atau kurangnya asupan nutrisi yang tidak seimbang (ardaeriyahma, 2023).

Stunting merupakan masalah gizi kronik yang dapat menyebabkan kondisi kesehatan pada bayi serta pertumbuhan terganggu, hal tersebut dapat terjadi karena adanya faktor status gizi ibu hamil, asupan gizi yang kurang, serta kondisi sosial (Rohmah et al., 2022). Upaya program pencegahan stunting ini difokuskan pada balita 100 Hari Pertama Kehidupan (HPK), periode 100 HPK ini disebut dengan "Periode Emas". Dampak-dampak yang terjadi akibat terjadinya stunting dapat ditimbulkan pada saat periode emas atau 100 HPK (Fitriami, 2022).

Universitas Aisyiyah Yogyakarta sebagai salah satu perguruan tinggi yang berada di wilayah yogyakarta mengadakan program kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN), program kegiatan yang dilakukan salah satunya untuk pencegahan stunting dengan melakukan edukasi masyarakat terkait pencegahan stunting dan implementasi pembuatan puding daun kelor untuk alternatif pencegahan stunting menggunakan bahan dasar pangan lokal. Tujuan adanya program kegiatan ini adalah sebagai edukasi ibu balita dalam pencegahan stunting dan pengetahuan cara pembuatan daun kelor yang bermanfaat untuk mencegah stunting. Program kegiatan ini dapat membantu pemerintah menurunkan prevalensi kasus stunting di masyarakat, meningkatkan kualitas hidup balita sebagai investasi bagi negara. Manfaat yang di dapat dalam program tersebut adalah memberikan pemahaman yang baik pada masyarakat terkait stunting, gambaran stunting, dampak stunting serta pencegahan stunting dengan mengenalkan olahan daun kelor terutama pada desa yang memiliki kasus stunting yang tinggi. Program ini dapat meningkatkan pengetahuan ibu dan calon ibu mengenai keseimbangan asupan gizi anak.

Dalam konteks penelitian ini, dilakukan pengembangan kebun gizi yang melibatkan masyarakat sebagai upaya untuk menyediakan makanan bergizi yang mudah diakses dan berkelanjutan. Telaah pustaka menunjukkan bahwa daun kelor memiliki kandungan gizi tinggi yang efektif dalam mendukung pertumbuhan anak, sehingga digunakan sebagai bahan inovatif dalam PMT.

## 2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan masyarakat dengan pendekatan campuran, yang melibatkan komponen kualitatif dan kuantitatif. Tempat penelitian berada di Pedukuhan Plumbon, Kecamatan Temon, Kulon Progo, dengan subjek penelitian adalah 30 ibu balita, balita yang berisiko stunting, serta kader kesehatan setempat.

Data dikumpulkan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu balita terkait stunting. Selain itu, dilakukan observasi partisipatif, wawancara mendalam dengan kader dan perangkat desa, serta dokumentasi proses kegiatan.

### Tahap Penelitian:

1. **Persiapan:** Penyusunan modul edukasi, bahan presentasi, dan pertemuan dengan kader serta perangkat desa.

2. **Pelaksanaan:** Seminar edukasi, pembuatan kebun gizi, dan pelatihan pembuatan PMT puding daun kelor.
3. **Evaluasi:** Mengukur perubahan pengetahuan ibu balita dan evaluasi perkembangan kebun gizi serta penggunaan PMT.

#### **Teknik Analisis Data:**

- **Kuantitatif:** Analisis pre-test dan post-test menggunakan statistik deskriptif.
- **Kualitatif:** Wawancara dan observasi dianalisis secara tematik untuk memahami persepsi dan pengalaman peserta.

### **3. Hasil dan Pembahasan**

#### **3.1. Hasil**

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) tematik stunting di Padukuhan Plumbon, Kecamatan Temon, Kabupaten Kulon Progo berhasil mencapai beberapa hasil yang signifikan dalam upaya pencegahan stunting di masyarakat. Kegiatan ini difokuskan pada edukasi dan pelaksanaan kebun gizi sebagai solusi jangka panjang dalam pemenuhan gizi balita.

Sebelum kegiatan dimulai, Banyak masyarakat mengatakan belum mengetahui pengetahuan awal ibu balita mengenai stunting, gizi seimbang, dan cara pencegahan stunting. Hal ini menunjukkan bahwa sedikit ibu balita yang memiliki pemahaman dasar tentang stunting. Sebagian besar ibu balita tidak mengetahui bahwa stunting dapat dicegah dengan pemberian makanan yang bergizi dalam 1000 hari pertama kehidupan anak.

Setelah pelaksanaan edukasi dan sosialisasi, dilakukan peningkatan pengetahuan ibu balita. Hasilnya menunjukkan bahwa banyak peserta memiliki pemahaman yang baik tentang stunting, termasuk penyebab, dampak, dan cara pencegahannya. Kegiatan edukasi yang dilakukan secara intensif dan menggunakan alat bantu visual, seperti leaflet dan video, membantu peserta lebih memahami materi yang disampaikan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan & Nurhadi (2019) yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita secara signifikan.

Selain itu, program **kebun gizi** yang dilaksanakan sebagai bagian dari kegiatan KKN ini mendapatkan respon positif dari masyarakat. Ibu balita yang berpartisipasi dalam program ini aktif memanfaatkan kebun gizi untuk menanam sayuran seperti bayam, kangkung, dan kacang hijau. Hasil panen kebun gizi dimanfaatkan oleh keluarga untuk memenuhi kebutuhan gizi sehari-hari, khususnya bagi balita. Program ini berkontribusi terhadap ketersediaan sumber pangan lokal yang sehat dan bergizi bagi masyarakat desa. Berdasarkan penelitian Siregar & Susilawati (2020), partisipasi masyarakat dalam kebun gizi secara langsung dapat meningkatkan asupan gizi pada anak-anak, yang berdampak pada penurunan prevalensi stunting.

#### **3.2. Pembahasan**

Keberhasilan program ini tidak terlepas dari pendekatan partisipatif dan metode intervensi berbasis edukasi dan pemberdayaan masyarakat. Dalam beberapa studi, seperti yang dilakukan oleh **Notoatmodjo (2012)**, dijelaskan bahwa pendekatan edukatif dan keterlibatan langsung masyarakat dalam program kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

#### **3.3. Edukasi Stunting dan Dampaknya**

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh asupan nutrisi yang tidak memadai dalam jangka waktu panjang, terutama pada periode emas pertumbuhan anak (1000 hari pertama kehidupan). Anak yang mengalami stunting berisiko memiliki perkembangan

fisik dan kognitif yang tertinggal dibandingkan anak yang tidak mengalami stunting (WHO, 2018). Pada Padukuhan Plumbon, edukasi mengenai stunting sangat penting mengingat angka stunting di daerah tersebut cukup tinggi, yakni 12 balita dari total 97 rumah tangga. Edukasi yang dilakukan dalam program KKN ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita yang mencerminkan efektivitas metode penyuluhan interaktif dalam mengubah pemahaman masyarakat. Metode ini juga digunakan oleh Miles & Huberman (2014) dalam penelitian mereka tentang perubahan perilaku melalui pendidikan kesehatan.

### 3.4. Kebun Gizi sebagai Solusi Berkelanjutan

Salah satu inovasi dalam program KKN ini adalah penerapan kebun gizi sebagai solusi jangka panjang dalam mengatasi masalah stunting. Kebun gizi diinisiasi dengan tujuan memanfaatkan lahan pertanian yang luas di Padukuhan Plumbon untuk menanam tanaman pangan yang bergizi, seperti sayuran hijau dan kacang-kacangan, yang penting untuk pertumbuhan balita. Hasil panen dari kebun gizi digunakan oleh keluarga peserta untuk meningkatkan asupan gizi balita. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh **Siregar & Susilawati (2020)**, yang menunjukkan bahwa kebun gizi dapat menjadi salah satu upaya yang efektif dalam mengatasi masalah stunting dengan menyediakan sumber pangan bergizi yang mudah diakses.

**Salah satu tanaman yaitu daun Kelor (*Moringa oleifera*)** merupakan tanaman lokal yang kaya akan nutrisi, terutama protein, kalsium, zat besi, vitamin A, dan vitamin C. Penelitian oleh **Siregar & Susilawati (2020)** menunjukkan bahwa pemanfaatan kebun gizi yang mengintegrasikan kelor dalam program pangan lokal berpotensi menurunkan prevalensi stunting secara signifikan, mengingat kelor memiliki kandungan gizi yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

### 3.5. Puding Daun Kelor sebagai Pemberian Makanan Tambahan (PMT)

Salah satu inovasi yang dihasilkan dari program KKN ini adalah Puding Daun Kelor sebagai bentuk Pemberian Makanan Tambahan (PMT) bagi balita yang mengalami risiko stunting. Daun kelor dipilih karena kandungan gizinya yang tinggi dan dikenal sebagai superfood alami. Puding daun kelor ini dibuat dengan memadukan bahan-bahan yang mudah diperoleh dan diolah, sehingga dapat menjadi alternatif camilan sehat bagi balita.

Puding Daun Kelor tidak hanya membantu dalam aspek pemenuhan gizi, tetapi juga memberikan solusi yang praktis dan menarik bagi ibu-ibu balita di Padukuhan Plumbon. Proses pembuatan puding ini disosialisasikan kepada masyarakat agar ibu-ibu dapat membuatnya secara mandiri di rumah sebagai bagian dari upaya berkelanjutan untuk mencegah stunting.

Temuan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Miles & Huberman (2014), yang menunjukkan bahwa pemberian PMT berbasis pangan lokal memiliki dampak positif terhadap peningkatan status gizi anak-anak di daerah rawan stunting.

### 3.6. Tantangan dalam Implementasi

Meskipun program ini menunjukkan hasil yang positif, terdapat beberapa tantangan yang perlu diatasi untuk memastikan keberlanjutan program. Salah satu tantangan utama adalah **resistensi awal masyarakat** terhadap perubahan perilaku. Beberapa ibu balita pada awalnya enggan mengikuti program edukasi dan beranggapan bahwa gizi seimbang tidak terlalu penting. Namun, melalui pendekatan partisipatif dan dukungan dari kader kesehatan serta perangkat desa, tantangan ini berhasil diatasi. Penelitian oleh **Sugiyono (2017)** juga menyebutkan bahwa partisipasi masyarakat dalam kegiatan kesehatan sangat dipengaruhi oleh pendekatan yang digunakan oleh penyelenggara program.

**Pentingnya Kerjasama dengan Pemerintah Desa dan Kader Kesehatan**  
Keberhasilan program ini juga didukung oleh adanya kerjasama yang baik dengan pemerintah desa, kader kesehatan, dan perangkat desa. Pemerintah desa berperan penting dalam menyediakan fasilitas dan sumber daya untuk pelaksanaan kegiatan, sedangkan kader kesehatan membantu dalam menyosialisasikan program dan memberikan pendampingan kepada ibu balita. Hal ini sejalan dengan strategi nasional pencegahan stunting yang dikeluarkan oleh **Depkes RI (2018)**, yang menekankan pentingnya kolaborasi antara pemerintah, masyarakat, dan sektor swasta dalam upaya menurunkan prevalensi stunting.

#### 4. Kesimpulan

Program edukasi, pengembangan kebun gizi, dan inovasi PMT puding daun kelor berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang stunting dan menyediakan sumber makanan bergizi yang dapat diakses oleh masyarakat. Intervensi berbasis komunitas ini menunjukkan hasil yang signifikan dalam pencegahan stunting di Pedukuhan Plumbon.

#### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pemerintah Desa Plumbon dan kader kesehatan setempat yang telah mendukung pelaksanaan program ini, serta kepada seluruh partisipan yang telah berkontribusi dalam penelitian ini.

#### Daftar Pustaka

- Eriyahma, A., & Biologi, P. (2023). UPAYA PEMANFAATAN DAUN KELOR: PUDDING DAUN KELOR UNTUK MENCEGAH STUNTING. In *Jurnal Pengabdian Nasional* (Vol. 03, Issue 02). Liza Munira, S., & Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, K. (n.d.). Disampaikan pada Sosialisasi Kebijakan Intervensi Stunting Jakarta, 3 Februari 2023 Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022.
- Pencegahan, E., Berbasis, S., Android, A., Meningkatkan, D., Dan, P., Ibu, S., Fitriami, E., & Vindo Galaresa, A. (2022). CITRA DELIMA : Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung. *Jl*, 5(2). <https://doi.org/10.33862/citradelima>
- Pengabdian, S. J., Berkemajuan, M., Wadu, J., Linda, A. M., Umbu, E., Retang, K., & Saragih, E. C. (2021). PEMANFAATAN DAUN KELOR SEBAGAI BAHAN DASAR PRODUK OLAHAN MAKANAN DI KELURAHAN KAMBANIRU. 4(2).
- Rohmah, F. N., Putriana, D., & Safitri, T. A. (2020). Berdayakan Masyarakat Cegah Stunting dengan Mengolah Bahan Pangan Potensi Lokal. *Masyarakat Berdaya Dan Inovasi*, 3(2), 114–117. <https://doi.org/10.33292/mayadani.v3i2.97>
- Saputra, R., Sanjaya, R. A., Maina, A. D., Ulyah, R. T., Fikriah, I., Khotimah, S., Bakhtiar, R., Sudarso, S., & Sawitri, E. (2023). INTERVENSI PENCEGAHAN STUNTING PADA ANAK DI KUTAI KARTANEGARA DAN SAMARINDA. *Kumawula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 254. <https://doi.org/10.24198/kumawula.v6i2.42526>
- Soejono, D., Zahrosa, D. B., & Ariq Dewi Maharani, dan. (n.d.). PENCIPTAAN NILAI TAMBAH BERBASIS KOMODITAS KELOR (Moringa Olifera) DI WILAYAH SENTRA PRODUKSI CREATION OF VALUE ADDED BASED ON MORINGA COMMODITIES (Moringa Olifera) IN THE PRODUCTION CENTER REGION.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2020). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Depkes RI. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Anak Kerdil (Stunting) Periode 2018-2024. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Hidayat, A.A. (2016). Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif. Jakarta: Salemba Medika.
- Kurniawan, A., & Nurhadi, D. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu Balita tentang Stunting di Puskesmas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 135-142.

- Miles, M.B., & Huberman, A.M. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Siregar, R., & Susilawati, S. (2020). Partisipasi Masyarakat dalam Pengelolaan Kebun Gizi untuk Pencegahan Stunting. *Jurnal Gizi dan Pangan Indonesia*, 12(3), 210-222.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- World Health Organization (WHO). (2018). *Reducing Stunting in Children: Equity Considerations for Achieving the Global Nutrition Targets 2025*. Geneva: WHO.