

**INTERVENSI EDUKASI GIZI DAN PEMBERIAN PMT DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA PARDASUKA, KECAMATAN KATIBUNG, LAMPUNG SELATAN**

***NUTRITIONAL EDUCATION INTERVENTIONS AND THE PROVISION OF SUPPLEMENTARY FEEDING IN EFFORTS TO PREVENT STUNTING IN PARDASUKA VILLAGE, KATIBUNG DISTRICT, SOUTH LAMPUNG.***

Sidik Nurhermawan<sup>1\*</sup>, Dimas Adi Saputra<sup>2</sup>, Dinda Tiara Syalsabila V.H<sup>3</sup>, Fitria Novriyani<sup>4</sup>, Indah Qotrunnada<sup>5</sup>, Prima Sanjaya<sup>6</sup>, Sherlina Annatasya<sup>7</sup>, Indah Listiana<sup>8</sup>

<sup>1\*,2,3,4,5,6,7,8</sup> Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Lampung, Indonesia

\*Email: sidiknurhermawan16072004@gmail.com

**Abstrak:** Peningkatan kesadaran gizi merupakan langkah preventif dalam menurunkan angka stunting di Indonesia. Program ini bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang dan pentingnya protein hewani melalui seminar edukatif dan pemberian makanan tambahan (PMT). Kegiatan dilaksanakan pada 3 Februari 2025 di Desa Pardasuka, Kecamatan Katibung, Kabupaten Lampung Selatan. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif melalui seminar interaktif dan distribusi PMT kepada 32 peserta, mayoritas ibu dengan balita berisiko stunting. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai gizi dan antusiasme dalam mengadopsi pola konsumsi bergizi. Namun, tantangan seperti keterbatasan akses pangan bergizi masih menjadi kendala. Kesimpulannya, intervensi ini efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi, namun memerlukan dukungan berkelanjutan dari berbagai pihak untuk hasil jangka panjang.

**Kata Kunci:** Edukasi Gizi, Pemberian Makanan Tambahan, Protein Hewani, Stunting.

**Abstract:** Increasing nutritional awareness is a preventive step in reducing the stunting rate in Indonesia. This program aims to enhance community knowledge about balanced nutrition and the importance of animal protein through educational seminars and the provision of supplementary food (PMT). The activities were carried out on February 3, 2025, in Pardasuka Village, Katibung District, South Lampung Regency. The method used is a participatory approach through interactive seminars and the distribution of PMT to 32 participants, mostly mothers with toddlers at risk of stunting. The results show an increase in participants' understanding of nutrition and enthusiasm for adopting nutritious consumption patterns. However, challenges such as limited access to nutritious food remain obstacles. In conclusion, this intervention is effective in increasing nutritional awareness, but it requires ongoing support from various parties for long-term results.

**Keywords:** Nutritional Education, Provision of Supplementary Food, Animal Protein, Stunting.

**Article History:**

Received	Revised	Published
17 Maret 2025	10 Mei 2025	15 Mei 2025

**Pendahuluan**

Meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi merupakan langkah strategis dalam mencegah berbagai gangguan kesehatan akibat malnutrisi, salah satunya adalah stunting. Stunting sendiri merupakan kondisi gangguan pertumbuhan pada anak akibat kekurangan gizi yang berlangsung dalam jangka waktu lama, yang berdampak serius terhadap perkembangan fisik maupun kemampuan kognitif anak (World Health Organization, 2021).

Anak-anak yang mengalami stunting berisiko menghadapi hambatan dalam perkembangan otak, yang berujung pada penurunan kecerdasan, kesulitan belajar, serta kerentanan terhadap penyakit tidak menular seperti obesitas, hipertensi, dan diabetes (Kemenkes RI, 2018).

Di Indonesia, masalah stunting masih menjadi isu yang signifikan. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI tahun 2021, sekitar 24,4% anak di bawah usia lima tahun mengalami kondisi ini. Di Desa Pardasuka sendiri, perhatian terhadap isu gizi cukup tinggi, ditandai dengan keinginan masyarakat untuk memperoleh pengetahuan serta menerapkan praktik gizi yang lebih baik. Namun demikian, kondisi ekonomi sebagian besar warga yang tergolong menengah ke bawah turut memengaruhi keterjangkauan terhadap bahan makanan bergizi.

Permasalahan utama yang dihadapi masyarakat Desa Pardasuka adalah rendahnya pemahaman mengenai konsep gizi seimbang dan dampak dari stunting itu sendiri. Masih banyak orang tua yang belum menyadari pentingnya pemenuhan nutrisi dalam mendukung tumbuh kembang anak. Program pengabdian ini difokuskan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya konsumsi gizi yang tepat, terutama protein hewani, dalam mencegah terjadinya stunting. Penyebab utama stunting antara lain adalah kekurangan asupan gizi dalam waktu lama dan infeksi berulang sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun anak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa defisiensi zat gizi makro seperti energi, protein, karbohidrat, dan lemak, serta zat gizi mikro seperti zat besi, kalsium, vitamin A, dan vitamin C, memiliki keterkaitan erat dengan risiko stunting (Ilmani & Fikawati, 2023). Protein hewani secara khusus memiliki peran krusial karena mengandung asam amino esensial yang mendukung pembentukan jaringan tubuh dan merangsang produksi hormon pertumbuhan (Alaaraj et al., 2021). Studi di Jakarta Pusat juga menemukan bahwa anak balita yang mengalami stunting cenderung mengonsumsi lebih sedikit protein hewani dibandingkan dengan anak-anak yang pertumbuhannya normal (Ilmani & Fikawati, 2023).

Pemilihan Desa Pardasuka sebagai lokasi program didasarkan pada potensi masyarakatnya yang cukup aktif dan antusias dalam mempelajari isu kesehatan serta gizi. Kegiatan yang dilakukan meliputi penyuluhan mengenai manfaat protein hewani dalam pencegahan stunting melalui seminar, serta pembagian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kepada balita yang berisiko. Tujuan utama dari program ini adalah menciptakan perubahan sosial yang berarti, yaitu meningkatnya pengetahuan masyarakat akan pentingnya gizi, sekaligus menurunkan prevalensi stunting.

Melalui pendekatan edukasi dan intervensi pemberian PMT ini, diharapkan angka stunting dapat ditekan dan kualitas gizi masyarakat desa meningkat secara keseluruhan. Keberhasilan program ini sangat bergantung pada kolaborasi berbagai pihak, baik pemerintah, lembaga sosial, maupun masyarakat itu sendiri. Jika dilakukan secara konsisten, intervensi ini tidak hanya memberikan dampak jangka pendek, melainkan juga mendorong peningkatan kualitas hidup dan kesehatan generasi mendatang di Desa Pardasuka. Hal ini pada akhirnya akan berkontribusi terhadap pembangunan sosial dan ekonomi di tingkat lokal.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan bagian dari program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan pada tanggal 3 Februari 2025, dengan fokus utama meningkatkan kesadaran gizi dan mencegah stunting di wilayah Desa Pardasuka. Pada tahap awal, tim pelaksana melakukan koordinasi internal serta berdiskusi dengan aparat desa dan pengurus posyandu guna merumuskan strategi pelaksanaan yang tepat. Hasil dari diskusi tersebut menjadi dasar penyusunan materi edukasi yang dirancang secara komunikatif dan mudah dipahami masyarakat, dengan penekanan khusus pada pentingnya gizi seimbang serta

kontribusi protein hewani dalam upaya pencegahan stunting. Materi ini kemudian dikemas dalam bentuk presentasi visual menggunakan media PowerPoint dan disampaikan dalam kegiatan seminar.

Pelaksanaan seminar dilakukan di balai desa Pardasuka, Kecamatan Katibung, Kabupaten Lampung Selatan. Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini berjudul “Peran Protein Hewani dalam Mencegah Stunting”, yang dipresentasikan oleh Sidik Nurhermawan, salah satu anggota tim KKN dari Universitas Lampung, yang berasal dari Program Studi Peternakan. Kegiatan ini dihadiri oleh orang tua, kader posyandu, serta warga setempat yang peduli terhadap kesehatan anak.

Untuk meningkatkan keterlibatan peserta, seminar diselenggarakan secara interaktif, dengan menyisipkan sesi diskusi dan tanya jawab agar para peserta dapat secara aktif berpartisipasi dan berbagi pengalaman. Selain penyuluhan, program ini juga menyertakan pembagian Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang mengandung sumber protein hewani, ditujukan bagi balita yang masuk dalam kelompok risiko stunting. PMT dibagikan secara periodik selama program berlangsung, dan anggota tim KKN secara langsung terlibat dalam proses distribusi serta memberikan edukasi tentang penyajian makanan bergizi secara praktis dan terjangkau bagi keluarga.

### Hasil dan Pembahasan

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah dari standar usianya, sebagai akibat dari kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu panjang. Dampak dari kondisi ini cukup serius dan mencakup berbagai aspek, baik jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek, stunting dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak, menurunnya tingkat kecerdasan, terhambatnya pertumbuhan fisik, serta gangguan pada sistem metabolisme tubuh. Sementara itu, dalam jangka panjang, anak yang mengalami stunting berisiko mengalami penurunan kemampuan berpikir dan prestasi akademik, lemahnya daya tahan tubuh, serta meningkatnya kemungkinan menderita penyakit kronis seperti diabetes, obesitas, gangguan jantung, kanker, stroke, dan berbagai penyakit degeneratif lainnya saat dewasa (Dharmayani et al., 2022).



**Gambar 1.** Jumlah peserta sosialisasi anti stunting dan pembagian PMT

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Desa Pardasuka, Kecamatan Katibung, Kabupaten Lampung Selatan, dihadiri oleh 32

peserta yang berasal dari 10 dusun. Peserta kegiatan ini mayoritas adalah ibu-ibu yang memiliki anak balita, sebagai wujud perhatian terhadap pentingnya masa pertumbuhan anak agar terhindar dari risiko stunting. Selama kegiatan berlangsung, para ibu menunjukkan antusiasme tinggi. Materi disampaikan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dimengerti, sehingga informasi dapat diterima dengan lebih efektif. Selain pemaparan materi, acara ini juga mencakup sesi diskusi dan tanya jawab interaktif guna memperdalam pemahaman para peserta mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang, terutama selama 1.000 hari pertama kehidupan anak.

Hasil dari program pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan kesadaran gizi yang signifikan di kalangan masyarakat Desa Pardasuka. Setelah pelaksanaan seminar, banyak peserta yang melaporkan bahwa mereka merasa lebih memahami pentingnya gizi seimbang dan peran protein hewani dalam pertumbuhan anak. Diskusi interaktif selama seminar memungkinkan orang tua untuk berbagi pengalaman dan tantangan yang mereka hadapi dalam memberikan makanan bergizi kepada anak-anak mereka, menciptakan suasana saling belajar dan mendukung. Selain itu, banyak peserta yang mengungkapkan keinginan untuk menerapkan pengetahuan baru yang mereka peroleh dalam kehidupan sehari-hari, seperti memilih bahan makanan yang lebih sehat dan menyajikan makanan yang lebih bergizi untuk keluarga mereka.

Temuan ini mengindikasikan bahwa pendekatan edukatif yang kami terapkan mampu menarik minat dan perhatian masyarakat, serta mendorong keterlibatan mereka dalam menjaga kecukupan gizi anak-anak. Hasil ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Herlianty et al. (2023), yang menyatakan bahwa edukasi mengenai nutrisi seimbang terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran gizi serta mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju pola konsumsi yang lebih sehat. Oleh karena itu, pendekatan yang bersifat interaktif dan partisipatif dinilai sebagai strategi yang potensial untuk meningkatkan kesadaran gizi secara lebih luas di lingkungan masyarakat.



**Gambar 2.** Proses penyampaian materi

Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang dilakukan selama program mendapatkan respons positif dari masyarakat. Banyak orang tua yang mengungkapkan rasa syukur atas bantuan PMT yang diberikan, dan mereka merasa bahwa makanan tambahan tersebut dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi anak-anak mereka. Selain itu, kami juga menerima umpan balik bahwa PMT tidak hanya memberikan manfaat gizi, tetapi juga meningkatkan keinginan

anak-anak untuk mengonsumsi makanan sehat. Masyarakat menunjukkan minat untuk belajar lebih lanjut tentang cara menyajikan makanan bergizi, dan beberapa orang tua bahkan mulai mencoba resep baru yang lebih sehat untuk anak-anak mereka.

Hal tersebut mencerminkan perubahan positif dalam pola pikir masyarakat mengenai pentingnya gizi, serta keinginan mereka untuk berkontribusi dalam mencegah stunting di kalangan anak-anak. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Hadju et al. (2023), yang menunjukkan bahwa pemberian PMT lokal secara signifikan meningkatkan status gizi balita, dengan 69,2% balita gizi kurang mengalami peningkatan menjadi status gizi normal setelah intervensi PMT. Demikian pula, studi oleh Murtining et al. (2020) menemukan bahwa 81,2% balita gizi kurang yang menerima PMT menunjukkan peningkatan status gizi, dibandingkan dengan hanya 12,5% pada kelompok yang tidak menerima PMT.

Makanan tambahan yang diberikan berisi 3 jenis makanan yaitu telur ayam rebus, susu Indomilk, dan bubur kacang hijau. Ketiga jenis makanan ini dipilih karena mengandung zat gizi penting yang dibutuhkan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan balita, seperti protein, kalsium, zat besi, dan vitamin. Telur ayam rebus mengandung protein hewani tinggi yang penting untuk perkembangan otak, susu sebagai sumber kalsium berperan dalam pertumbuhan tulang dan gigi, sedangkan bubur kacang hijau kaya akan serat, vitamin B, dan zat besi yang membantu memperkuat daya tahan tubuh anak.

Penelitian oleh Putriana et al. (2023) menunjukkan bahwa asupan protein hewani berkualitas tinggi, seperti yang terdapat dalam telur dan susu, memiliki komposisi asam amino esensial yang lebih lengkap dibandingkan protein nabati, sehingga efektif dalam mencegah stunting pada balita. Selain itu, studi oleh Supariasa et al. (2024) menyatakan bahwa edukasi gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan dapat meningkatkan asupan energi, protein, seng, serta berat dan tinggi badan anak balita stunting.

Meskipun hasil yang diperoleh cukup menggembirakan, masih terdapat tantangan yang perlu diatasi, seperti kesulitan orang tua dalam mengakses bahan makanan bergizi di pasar lokal, terutama protein hewani yang cenderung mahal dan sulit ditemukan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan kesadaran gizi harus diimbangi dengan peningkatan aksesibilitas dan ketersediaan pangan bergizi di desa. Studi oleh Sholikhah dan Dewi (2022) mengungkapkan bahwa konsumsi pangan hewani di Indonesia masih rendah, padahal protein hewani sangat penting untuk tumbuh kembang anak.



**Gambar 3.** Sesi foto bersama

Secara keseluruhan, program ini telah memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi dan berpengaruh terhadap peningkatan status kesehatan anak-anak di Desa Pardasuka. Namun, untuk mencapai

perubahan yang berkelanjutan, diperlukan upaya lanjutan seperti pelaksanaan edukasi gizi secara rutin dan perbaikan akses serta ketersediaan pangan bergizi di tingkat lokal. Partisipasi aktif dari berbagai pihak termasuk pemerintah, lembaga swadaya masyarakat, serta komunitas lokal sangat diperlukan agar program ini dapat terus berlangsung dan memberikan manfaat jangka panjang. Dengan adanya kolaborasi yang solid dan dukungan yang berkesinambungan, diharapkan akan tercipta generasi masa depan yang lebih sehat, cerdas, dan produktif, serta penurunan angka stunting yang signifikan di daerah ini dapat terwujud.

## **Kesimpulan**

Program pengabdian masyarakat di Desa Pardasuka berhasil meningkatkan kesadaran gizi, khususnya tentang pentingnya gizi seimbang dan peran protein hewani untuk pertumbuhan anak. Seminar interaktif mendapatkan antusiasme tinggi, sementara Pemberian Makanan Tambahan (PMT) disambut positif oleh orang tua. Meskipun hasilnya menggembirakan, tantangan aksesibilitas bahan makanan bergizi masih perlu diatasi. Kolaborasi antara masyarakat, pemerintah, dan lembaga terkait sangat penting untuk solusi berkelanjutan. Diharapkan program ini dapat terus berdampak positif dalam pencegahan stunting.

## **Ucapan Terima Kasih**

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam menyukseskan program pengabdian masyarakat di Desa Pardasuka. Penghargaan khusus kami sampaikan kepada pemerintah desa dan seluruh jajaran aparatur yang telah memberikan dukungan penuh serta memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini dengan komitmen yang tinggi. Kami juga mengapresiasi partisipasi aktif dari masyarakat, khususnya para orang tua dan kader kesehatan, yang menunjukkan kepedulian luar biasa terhadap perbaikan gizi dan kesehatan anak-anak di lingkungan mereka.

Selain itu, rasa terima kasih yang mendalam kami tujukan kepada seluruh tim pelaksana program atas dedikasi, kerja sama, dan semangat yang tak kenal lelah selama kegiatan berlangsung. Semoga kolaborasi yang telah terjalin ini dapat terus diperkuat demi terciptanya masyarakat yang lebih sehat, peduli gizi, dan berdaya secara berkelanjutan.

## **Referensi**

- Alaaraj, N., Soliman, A., & Rogol, A. D. (2021). Growth Of Malnourished Infants And Children: How Is Inflammation Involved?. *Expert Review Of Endocrinology & Metabolism*, 16(5), 213-216.
- Dharmayani, N. K. T., Putra, E. J., Syundari, N. S., Nurmayana, B., Agustina, I., Indrianingsih, N. I. M., ... & Saputra, R. A. (2022). Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Sosialisasi Hidup Sehat Dan Makanan Bergizi Di Desa Tirtanadi Kecamatan Labuhan Haji. *Jurnal Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia*, 1(2), 70-74.
- Hadju, V. A., Aulia, U., & Mahdang, P. A. (2023). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Lokal Terhadap Perubahan Status Gizi Balita. *Gema Wiralodra*, 14(1), 105-111.
- Haryani, V. M., Putriana, D., & Hidayati, R. W. (2023). Asupan Protein Hewani Berhubungan Dengan Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir. *Amerta Nutrition*, 7(2), 139-146.
- Herlianty, H., Setyawati, A., Lontaan, A., Limbong, T., Tyarini, I. A., & Putri, S. Z. (2023).

- Determinants Influence The Incidence Of Stunting In Toddlers Aged 6-59 Months. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 73-79.
- Ilmani, D. A., & Fikawati, S. (2023). Nutrition Intake As A Risk Factor Of Stunting In Children Aged 25–30 Months In Central Jakarta, Indonesia. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 18(2), 117-126.
- Iswara, N. F., & Syafiq, A. (2024). Pentingnya Protein Hewani Dalam Mencegah Balita Stunting: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(1), 110-117.
- Kemendes, R. I. (2018). Stunting, Ancaman Generasi Masa Depan Indonesia.
- Kementerian Kesehatan R.I. (2021). Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kabupaten/Kota 2021. Kementerian Kesehatan R.I. Retrieved From Kementerian Kesehatan R.I.
- Murtining, M. (2020). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Terhadap Perubahan Status Gizi Pada Pada Balita Gizi Kurang Di Desa Tondomulo Kecamatan Kedungadem Kabupaten Bojonegoro (Doctoral Dissertation, Stikes Insan Cendekia Medika Jombang).
- Sholikhah, A., & Dewi, R. K. (2022). Peranan Protein Hewani Dalam Mencegah Stunting Pada Anak Balita. *JRST (Jurnal Riset Sains Dan Teknologi)*, 6(1), 95-100.
- Supariasa, I. D. N., Arianto, A. N., Alfaini, A. M. A., & Adelina, R. (2024). Edukasi Gizi Seimbang Dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Memperbaiki Asupan Protein, Seng, Berat Badan, Dan Tinggi Badan Anak Stunting Di Kabupaten Malang. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 8(2), 81-94.
- Victora, C. G., De Onis, M., Hallal, P. C., Blössner, M., & Shrimpton, R. (2010). Worldwide Timing Of Growth Faltering: Revisiting Implications For Interventions. *Pediatrics*, 125(3), E473-E480.
- World Health Organization. (2021). Stunting In Children. Geneva: World Health Organization