



EDUKASI GIZI SEIMBANG UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA ANAK DI KELURAHAN BALANG BARU, TAMALATE, KOTA MAKASSAR

BALANCED NUTRITION EDUCATION TO PREVENT STUNTING IN CHILDREN IN BALANG BARU VILLAGE, TAMALATE, MAKASSAR CITY

Rezeki Nur^{1*}, Dewi Hestiani K²

^{1*2}Akper Mappa Oudang, Makassar

¹rhenu@ymail.com, ²deeheztyani@gmail.com

Article History:

Received: June 30th, 2025

Revised: August 10th, 2025

Published: August 15th, 2025

Abstract: Stunting is a growth failure condition in children under five caused by chronic malnutrition and repeated infections, particularly during the first 1,000 days of life. Children with stunting are not only physically shorter but also at risk for delayed cognitive development, weak immunity, and reduced economic productivity in adulthood. In Indonesia, the national prevalence of stunting remains concerning at 21.6% (SSGI, 2022). Community-based nutrition education plays a crucial role in promoting awareness and practical knowledge on balanced diet and child nutrition. This activity was held on June 12, 2025, in Balang Baru Subdistrict, Tamalate District, Makassar City, involving 35 participants, mostly mothers with toddlers. The program was implemented in three phases: preparation, core activity (nutrition education and cooking demonstrations), and closing session. Educational materials were delivered interactively using posters, leaflets, and food models. Evaluation included pre-test and post-test scores, as well as participant observation. There was an average knowledge score increase of 34%, from 58 (pre-test) to 77 (post-test). Participants actively participated in the cooking demonstrations and explained their food choices based on nutritional value. Final reflections indicated improved awareness of the importance of providing nutritious meals to children and willingness to apply new practices at home. Community-based nutrition education that incorporates practical applications has proven effective in enhancing understanding and behavior change. This approach is suitable for urban communities and can serve as a model for participatory interventions in national stunting reduction programs.

Keyword: Stunting, Nutrition Education.

Abstrak

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Anak stunting tidak hanya memiliki tinggi badan di bawah standar, tetapi juga berisiko mengalami keterlambatan kognitif, rendahnya imunitas, dan potensi gangguan produktivitas di masa dewasa. Di Indonesia, prevalensi stunting masih cukup tinggi. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting nasional adalah 21,6%. Oleh karena itu, edukasi gizi seimbang menjadi intervensi preventif yang penting untuk meningkatkan literasi masyarakat mengenai pola makan sehat dan pemenuhan nutrisi anak. Kegiatan ini dilaksanakan pada 12 Juni 2025 di Kelurahan Balang Baru, Kec. Tamalate, Kota Makassar, dengan melibatkan 35 peserta, sebagian besar ibu dengan anak balita. Pendekatan dilakukan melalui tiga tahapan: persiapan, pelaksanaan inti (penyuluhan dan demo masak), serta penutup. Materi diberikan secara interaktif dengan media leaflet, poster, dan food model. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test serta observasi langsung. Terdapat peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 34%, dari 58 (pre-test) menjadi 77 (post-test). Peserta juga menunjukkan partisipasi aktif saat menyusun menu dan menyampaikan alasan pemilihan bahan berdasarkan nilai gizi. Refleksi peserta mengindikasikan meningkatnya kesadaran terhadap pentingnya pemberian makanan bergizi bagi anak. Edukasi gizi berbasis komunitas yang disertai praktik langsung terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Pendekatan ini relevan diterapkan di lingkungan urban dengan tantangan akses informasi gizi. Kegiatan ini dapat menjadi model intervensi partisipatif dalam menurunkan angka stunting secara nasional.

Kata Kunci: Stunting, Edukasi Gizi.

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi yang berulang, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Anak yang mengalami stunting umumnya memiliki tinggi badan lebih pendek dari standar usia, tetapi dampaknya lebih dari sekadar fisik. Anak dengan stunting juga berisiko mengalami hambatan perkembangan otak, sistem imun yang lemah, serta peningkatan kerentanan terhadap penyakit. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyebutkan bahwa stunting merupakan bentuk malnutrisi kronis yang berdampak jangka panjang terhadap kualitas hidup dan produktivitas anak di masa depan. Di sisi lain, stunting juga menggambarkan adanya ketimpangan sosial, ekonomi, dan layanan kesehatan di tengah masyarakat. Oleh sebab itu, stunting tidak hanya menjadi masalah kesehatan, tetapi juga merupakan ancaman besar terhadap pembangunan manusia yang berkelanjutan (Manoppo, 2024).

Di Indonesia, stunting masih menjadi masalah nasional yang memerlukan penanganan serius. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting nasional tercatat sebesar 21,6%, menunjukkan sedikit penurunan dari angka 24,4% pada tahun sebelumnya. Walaupun mengalami perbaikan, angka ini masih berada di atas ambang batas toleransi yang ditetapkan oleh WHO, yaitu sebesar 20%. Pemerintah Indonesia menargetkan penurunan angka

stunting menjadi 14% pada tahun 2024, yang berarti dibutuhkan penurunan sebesar 3,8% per tahun. Target ini tergolong ambisius dan memerlukan sinergi dari berbagai sektor, termasuk pendidikan, kesehatan, dan pemberdayaan masyarakat. Dalam konteks tersebut, kegiatan edukasi kepada masyarakat menjadi langkah strategis dan krusial, terutama untuk membangun kesadaran kolektif dalam pencegahan stunting sedini mungkin (Sukmawati et al., 2024).

Stunting memberikan dampak jangka panjang yang sangat serius terhadap individu dan masyarakat. Anak-anak yang mengalami stunting cenderung mengalami keterlambatan perkembangan kognitif dan motorik, penurunan kemampuan belajar, serta memiliki risiko lebih tinggi terhadap penyakit metabolik dan degeneratif di masa dewasa. Bahkan, berbagai studi menunjukkan bahwa anak-anak yang mengalami stunting berisiko memperoleh pendapatan yang lebih rendah saat dewasa dan memiliki peluang lebih kecil untuk keluar dari kemiskinan. Stunting juga terbukti berkorelasi dengan rendahnya hasil belajar dan produktivitas kerja, yang pada akhirnya berdampak pada daya saing bangsa secara keseluruhan. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting bukan hanya untuk menyelamatkan masa depan individu, tetapi juga menyelamatkan generasi mendatang dari siklus kemiskinan struktural yang berkelanjutan (Hasrun, 2024).

Salah satu strategi utama yang terbukti efektif dalam pencegahan stunting adalah melalui edukasi tentang gizi seimbang. Edukasi gizi tidak hanya memberikan informasi mengenai jenis makanan yang sehat, tetapi juga membentuk pemahaman tentang pentingnya variasi makanan dan pola konsumsi harian yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi anak. Edukasi ini perlu menekankan pentingnya makronutrien (karbohidrat, protein, lemak) dan mikronutrien (zat besi, kalsium, zinc, vitamin A dan D) bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Intervensi edukasi juga perlu menjangkau ibu hamil dan ibu menyusui, karena status gizi ibu sangat menentukan kualitas gizi anak. Penelitian literatur menyimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu tentang gizi berdampak langsung terhadap praktik pemberian makan dan status gizi anak balita (Manoppo, 2024).

Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di SD Inpres Batakte, Kabupaten Kupang, menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan media visual seperti *food model* berhasil meningkatkan pengetahuan siswa secara signifikan, dari 54% menjadi 78%. Dalam kegiatan tersebut, juga ditemukan bahwa sebanyak 28,2% siswa tergolong pendek atau sangat pendek. Angka ini menguatkan pentingnya pelaksanaan edukasi gizi sejak dini di lingkungan sekolah. Edukasi semacam ini terbukti mampu meningkatkan kesadaran anak dan orang tua akan pentingnya konsumsi makanan bergizi dan seimbang. Melalui edukasi gizi yang interaktif dan mudah dipahami, perubahan perilaku konsumsi pangan dapat terjadi secara lebih efektif, terutama di komunitas dengan prevalensi stunting yang tinggi (Nur et al., 2023).

Wilayah Kelurahan Balang Baru, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar, merupakan salah satu kawasan padat penduduk yang diwarnai oleh tantangan sosial dan ekonomi. Banyak keluarga di wilayah ini yang memiliki keterbatasan pengetahuan dan akses terhadap informasi gizi.

Beberapa rumah tangga juga masih memiliki keterbatasan dalam hal sanitasi, air bersih, dan ketersediaan pangan bergizi, yang menjadi faktor risiko stunting. Kondisi ini sejalan dengan hasil studi yang menunjukkan bahwa stunting tidak hanya terjadi di pedesaan terpencil, tetapi juga di lingkungan urban dengan tingkat kemiskinan tinggi. Oleh karena itu, penguatan literasi gizi di kawasan ini menjadi sangat penting sebagai bentuk intervensi preventif untuk menekan angka stunting sejak dini (Tamara Adelia Nainggolan et al., 2023).

Edukasi gizi seimbang terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman orang tua, khususnya ibu, mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi anak. Penelitian yang menggunakan media video edukasi menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu secara signifikan, dari nilai rata-rata pre-test sebesar 6,4 menjadi 9,3 pada post-test. Hal ini membuktikan bahwa penyampaian informasi yang menarik dan mudah diakses, seperti video dan simulasi masak, mampu memfasilitasi perubahan perilaku. Di era digital saat ini, kombinasi edukasi luring dan daring dapat menjangkau lebih banyak sasaran dengan biaya lebih efisien. Strategi ini sangat cocok untuk diterapkan di wilayah seperti Balang Baru yang memiliki tantangan tersendiri dalam penyampaian informasi secara konvensional (Nafilah & Eliyana, 2025).

Kegiatan edukasi gizi tidak boleh bersifat satu arah atau sekadar menyampaikan materi. Kegiatan harus interaktif, aplikatif, dan kontekstual dengan kondisi masyarakat lokal. Di Desa Tambang, Kabupaten Ponorogo, pelaksanaan edukasi gizi berbasis bahan pangan lokal dan sesi praktik langsung terbukti meningkatkan kemampuan peserta dalam memilih dan mengolah makanan sehat. Kegiatan tersebut juga mendorong kader dan ibu rumah tangga untuk lebih aktif dalam mengedukasi lingkungan sekitar. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan program edukasi sangat dipengaruhi oleh pendekatan partisipatif yang melibatkan masyarakat sebagai pelaku utama perubahan (Tamara Adelia Nainggolan et al., 2023).

Berdasarkan paparan di atas, maka kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi gizi seimbang di Kelurahan Balang Baru, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar, menjadi sangat penting dan relevan. Tidak hanya untuk menurunkan angka stunting secara lokal, kegiatan ini juga berperan sebagai model intervensi edukatif yang dapat direplikasi di wilayah lain. Peningkatan pengetahuan masyarakat tentang gizi yang tepat akan membawa dampak jangka panjang bagi kesehatan anak-anak dan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Dengan keterlibatan lintas sektor dan pendekatan yang berbasis komunitas, diharapkan kegiatan ini mampu memberikan kontribusi nyata dalam mewujudkan Indonesia bebas stunting tahun 2030.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Kamis, 12 Juni 2025, bertempat di Kelurahan Balang Baru, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar, dan berlangsung selama satu hari penuh, mulai dari pagi hingga sore. Lokasi kegiatan dipilih berdasarkan pertimbangan aksesibilitas peserta dan dukungan dari pemerintah kelurahan setempat. Kegiatan ini dirancang untuk memberikan edukasi praktis kepada masyarakat, khususnya para ibu yang memiliki anak usia balita, mengenai pentingnya gizi seimbang dalam pencegahan stunting.

1. Tahapan Pelaksanaan

a. Persiapan

Tahap ini mencakup koordinasi awal dengan perangkat Kelurahan Balang Baru dan Puskesmas setempat, identifikasi peserta sasaran, penyusunan materi edukasi, serta penyediaan perlengkapan kegiatan seperti media penyuluhan, bahan makanan untuk demo masak, dan alat ukur status gizi sederhana. Tim pelaksana juga menyiapkan instrumen pre-test dan post-test untuk evaluasi pengetahuan peserta, serta format dokumentasi kegiatan.

b. Tahapan Inti

Tahapan inti dilakukan pada tanggal 12 Juni 2025, dibagi dalam dua sesi utama:

1) Sesi 1: Penyuluhan Gizi Seimbang

Sesi dimulai pukul 08.30 WITA dengan sambutan dari perwakilan kelurahan dan tim pengabdi. Materi penyuluhan disampaikan secara interaktif oleh tenaga kesehatan dari Akper Mappa Oudang, membahas topik-topik penting seperti pengertian dan dampak stunting, prinsip gizi seimbang untuk anak, dan pemanfaatan bahan pangan lokal dalam menu sehari-hari. Media yang digunakan meliputi slide, leaflet, dan food model.

2) Sesi 2: Demo Masak Bergizi oleh Peserta

Setelah istirahat siang, kegiatan dilanjutkan dengan sesi praktik langsung berupa demo masak makanan bergizi oleh tiga kelompok ibu peserta. Setiap kelompok menyiapkan satu menu sehat berbahan lokal, seperti bubur kacang hijau dengan telur, sup ikan daun kelor, dan olahan tempe sayur. Kegiatan ini tidak hanya melatih keterampilan memasak sehat, tetapi juga menjadi sarana diskusi aktif antar peserta mengenai variasi menu bergizi dengan bahan yang mudah dijangkau.

c. Tahap Penutup

Setelah semua kelompok selesai melakukan demo masak, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan refleksi dari peserta mengenai hal-hal yang mereka pelajari. Tim pengabdi juga melakukan post-test untuk menilai peningkatan pemahaman peserta setelah kegiatan. Kegiatan ditutup secara resmi pada pukul 16.00 WITA oleh ketua tim pelaksana, disertai pembagian sertifikat partisipasi dan dokumentasi foto bersama.

2. Peserta dan Mitra

Peserta kegiatan berjumlah 35 orang, yang terdiri atas ibu rumah tangga, kader posyandu, dan pengasuh anak-anak balita di lingkungan Kelurahan Balang Baru. Mitra kegiatan meliputi pemerintah kelurahan, Puskesmas setempat, dan mahasiswa pendamping dari institusi kesehatan yang terlibat sebagai fasilitator lapangan.

3. Media dan Evaluasi

Untuk mendukung penyampaian materi, digunakan berbagai alat bantu seperti laptop dan proyektor, poster edukatif, leaflet, dan bahan makanan untuk praktik. Evaluasi dilakukan dengan pre-test dan post-test untuk menilai efektivitas penyuluhan, serta observasi langsung selama demo masak untuk menilai partisipasi aktif peserta.

HASIL

Kegiatan edukasi gizi seimbang untuk mencegah stunting yang dilaksanakan pada 12 Juni 2025 di Kelurahan Balang Baru berhasil dilaksanakan dengan baik dan partisipasi masyarakat yang cukup tinggi. Kegiatan ini diikuti oleh sebanyak 35 peserta, yang mayoritas adalah ibu rumah tangga dengan anak balita serta kader posyandu setempat. Partisipasi aktif dan antusiasme peserta menjadi indikator awal keberhasilan kegiatan ini dalam menyampaikan informasi yang relevan dan kontekstual terkait pencegahan stunting.

1. Peningkatan Penggerahan Peserta

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang diberikan kepada seluruh peserta, terjadi peningkatan skor rata-rata sebesar 34%, dari rata-rata nilai pre-test 58 menjadi nilai post-test 77 (dalam skala 0–100). Ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan selama penyuluhan berhasil meningkatkan pemahaman peserta terhadap pentingnya gizi seimbang, pengertian stunting, dampaknya, serta upaya pencegahan melalui konsumsi makanan bergizi. Selain itu, sebagian peserta mengaku baru mengetahui bahwa stunting bisa dicegah melalui pola makan dan pola asuh yang tepat sejak masa kehamilan dan menyusui.

Hasil ini sejalan dengan temuan dari Nafilah & Eliyana (2025), di mana pemberian edukasi gizi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita setelah intervensi melalui media edukatif interaktif seperti video dan demonstrasi langsung (Nafilah & Eliyana, 2025).

2. Partisipasi Aktif dalam Demo Masak

Sesi demo masak oleh tiga kelompok ibu peserta juga berjalan dengan sangat baik. Masing-masing kelompok berhasil menyiapkan satu menu sehat berbahan lokal, yakni:

- a. Kelompok 1: Bubur kacang hijau dengan campuran telur dan santan sebagai sumber protein hewani dan nabati.
- b. Kelompok 2: Sup ikan daun kelor, yang kaya zat besi dan vitamin A.
- c. Kelompok 3: Nasi tim tempe dan sayur bayam, sebagai contoh MP-ASI yang mudah disiapkan.

Peserta menunjukkan kreativitas dan pemahaman terhadap prinsip gizi seimbang saat menyusun menu, serta menyampaikan alasan pemilihan bahan berdasarkan nilai gizi. Diskusi berlangsung aktif saat masing-masing kelompok menjelaskan nilai gizi dari masakan yang dibuat. Kegiatan ini dinilai sangat bermanfaat oleh peserta karena dapat langsung mempraktikkan apa yang telah dipelajari.

Aktivitas serupa pernah dilakukan di Kabupaten Kupang, di mana partisipasi peserta dalam kegiatan edukasi gizi dan demonstrasi masak terbukti meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menyusun menu makanan bergizi, serta menjadi pendekatan edukasi yang aplikatif dan mudah dipahami oleh masyarakat awam (Nur et al., 2023).

3. Refleksi Peserta dan Dampak Langsung

Dalam sesi refleksi penutup, sebagian besar peserta menyatakan bahwa kegiatan ini membuka wawasan baru mengenai pentingnya gizi untuk anak-anak dan keluarga secara umum. Beberapa ibu mengaku bahwa sebelumnya mereka sering memberikan makanan instan atau berulang-ulang dalam menu harian anak. Setelah mengikuti kegiatan ini, mereka merasa lebih percaya diri untuk mencoba mengolah makanan sehat dari bahan sederhana seperti telur, ikan, daun kelor, dan tempe.

Peserta juga memberikan masukan agar kegiatan semacam ini dapat dilakukan secara berkala dan melibatkan lebih banyak anggota keluarga, termasuk ayah dan remaja perempuan, untuk memperkuat peran keluarga dalam pencegahan stunting.

4. Tantangan dan Solusi\

Meskipun kegiatan berjalan lancar, terdapat beberapa tantangan yang perlu dicatat. Salah satunya adalah keterbatasan waktu dalam menjangkau semua aspek gizi secara menyeluruh, serta adanya perbedaan latar belakang pendidikan peserta yang mempengaruhi kecepatan pemahaman. Namun, pendekatan komunikatif yang digunakan oleh fasilitator berhasil mengatasi kendala ini dengan baik. Penggunaan bahasa lokal serta analogi sederhana dalam menjelaskan konsep gizi terbukti memudahkan pemahaman peserta.

5. Implikasi Kegiatan

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan literasi gizi peserta dan memberikan keterampilan praktis dalam menyusun dan mengolah makanan bergizi seimbang. Intervensi edukasi gizi berbasis komunitas ini dapat dijadikan model program pencegahan stunting yang murah, efektif, dan mudah direplikasi. Hal ini sejalan dengan hasil kajian oleh Nainggolan et al. (2023), yang menyatakan bahwa edukasi langsung kepada ibu dan pengasuh anak di komunitas memiliki dampak jangka panjang dalam penurunan angka stunting di wilayah rentan (Tamara Adelia Nainggolan et al., 2023).



Gambar 1. Penyampaian Materi Edukasi



Gambar 2. Kegiatan Foto Bersama

PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi gizi seimbang ini merupakan respon atas kondisi stunting yang masih menjadi tantangan nasional. Berdasarkan data SSGI tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,6%, masih di atas batas ideal WHO sebesar 20%. Di Kota Makassar sendiri, berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan, terdapat beberapa kelurahan dengan tingkat risiko stunting yang tinggi, termasuk Kelurahan Balang Baru. Oleh karena itu, pendekatan edukatif berbasis komunitas menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan keluarga dalam mencegah stunting sejak dini.

Intervensi yang dilakukan menggabungkan penyuluhan teoritis dan demonstrasi praktik memasak bergizi. Strategi ini terbukti efektif karena tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga keterampilan yang aplikatif kepada peserta. Menurut penelitian oleh (Maidelwita et al., 2024), kombinasi penyuluhan dan demo masak meningkatkan pemahaman orang tua, terutama ibu, mengenai pentingnya gizi seimbang dan cara penyajian makanan sehat dengan bahan lokal yang tersedia.

Salah satu kekuatan kegiatan ini adalah pemanfaatan sumber daya lokal sebagai bahan makanan dalam demo masak. Peserta diajak mengolah bahan seperti daun kelor, ikan laut segar, dan sayur-sayuran yang banyak tersedia di pasar tradisional sekitar. Pendekatan ini didukung oleh temuan (Kristianingrum et al., 2023) yang menyatakan bahwa pangan lokal memiliki nilai gizi yang tinggi dan dapat diandalkan sebagai solusi praktis dalam penanggulangan stunting.

Partisipasi peserta, yang terdiri dari para ibu dengan anak balita, sangat aktif dalam diskusi dan praktik. Ini menunjukkan bahwa edukasi yang kontekstual dan berbasis pengalaman langsung lebih mudah diterima masyarakat. Penelitian oleh (Situmeang et al., 2024) menegaskan bahwa

program pemberdayaan ibu balita berbasis komunitas memiliki dampak signifikan dalam mendorong perubahan perilaku gizi di tingkat rumah tangga.

Lebih lanjut, kegiatan ini memperkuat peran ibu sebagai agen perubahan dalam rumah tangga. Edukasi yang diberikan mengedepankan pemahaman mengenai pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai masa emas pertumbuhan anak. Kurangnya asupan nutrisi selama periode ini berdampak permanen terhadap tinggi badan, daya tahan tubuh, dan kemampuan kognitif anak. Oleh karena itu, peningkatan literasi gizi ibu sangat krusial dalam mencegah stunting sejak dini (Hatijar et al., 2025).

Aspek keberlanjutan menjadi catatan penting dalam diskusi pembahasan. Edukasi satu kali memang memberi dampak awal, namun perlu penguatan dalam bentuk pendampingan rutin dan pembentukan kelompok belajar ibu. Hal ini sejalan dengan model pemberdayaan berkelanjutan seperti yang diulas oleh (Tyarini et al., 2024), di mana keberhasilan penurunan stunting dipengaruhi oleh keterlibatan aktif masyarakat secara terus menerus.

Kegiatan ini juga memperkuat kemitraan antara akademisi, pemerintah kelurahan, dan kader kesehatan di tingkat posyandu. Kolaborasi lintas sektor merupakan pilar utama dalam strategi nasional percepatan penurunan stunting. Pemerintah, melalui RPJMN 2020–2024, menargetkan penurunan stunting hingga 14%, yang hanya bisa dicapai jika program berbasis komunitas seperti ini diperluas dan didukung oleh kebijakan yang responsif.

Selain edukasi, konsultasi gizi yang diberikan dalam kegiatan ini menjadi ruang penting bagi ibu untuk menanyakan kondisi spesifik anak mereka. Model pendekatan individual ini menjawab kebutuhan nyata di lapangan, di mana banyak ibu merasa bingung memahami grafik pertumbuhan anak. Studi oleh (Emaniar et al., 2023), menegaskan bahwa edukasi gizi personal efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan kepatuhan dalam pemberian makan anak.

Evaluasi hasil kegiatan juga menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan peserta, dengan skor post-test yang rata-rata naik 30-40% dibandingkan pre-test. Ini menjadi indikator bahwa metode yang digunakan efektif, dan materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Hal ini konsisten dengan berbagai program serupa di daerah lain yang melibatkan edukasi interaktif dan media edukatif yang mudah dipahami (Trisnawati et al., 2025).

Dengan seluruh hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa edukasi gizi seimbang berbasis komunitas menjadi pendekatan strategis dalam upaya pencegahan stunting di daerah perkotaan padat seperti Kelurahan Balang Baru. Dengan penguatan edukasi, pendampingan, serta partisipasi aktif masyarakat, maka kegiatan ini dapat direplikasi di wilayah lain sebagai model pengabdian masyarakat yang berorientasi pada dampak jangka panjang.

KESIMPULAN

Kegiatan Edukasi Gizi Seimbang untuk Mencegah Stunting pada Anak yang dilaksanakan di Kelurahan Balang Baru, Kec. Tamalate, Kota Makassar, berhasil meningkatkan pengetahuan

dan keterampilan peserta, khususnya para ibu, dalam memahami pentingnya gizi seimbang untuk tumbuh kembang anak. Melalui kombinasi penyuluhan dan demonstrasi memasak berbahan lokal, kegiatan ini mampu membangun kesadaran akan pencegahan stunting secara praktis dan aplikatif di tingkat rumah tangga. Hasil evaluasi menunjukkan antusiasme dan perubahan positif dalam pola pikir peserta terhadap pemenuhan gizi keluarga. Intervensi edukatif berbasis komunitas seperti ini terbukti efektif dan layak direplikasi untuk mendukung program nasional percepatan penurunan stunting secara berkelanjutan.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih dihaturkan kepada Direktur Akper Mappa Oudang Makassar, Ketua LP2M Akper Mappa Oudang Makassar, Pemerintah Kecamatan Tamalate, Pemerintah Kelurahan Balang Baru, Kader Posyandu dan seluruh peserta kegiatan serta masyarakat Kelurahan Balang Baru, Kota Makassar.

DAFTAR REFERENSI

- Emaniar, A. E., Octafania, N. S., & Buchori, A. M. (2023). INCREASING MATERNAL KNOWLEDGE IN PREVENTING STUNTING THROUGH COMMUNITY-. 10–11.
- Hasrun, N. (2024). Hubungan Karakteristik Ibu dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita di Kota Kendari. *Jurnal Gizi Ilmiah*, 11(2), 35–41. <https://doi.org/10.46233/jgi.v11i2.1226>
- Hatijar, H., Setiawati, A., Situmeang, L., Aris Tyarini, I., Zakiyyah Putri, S., & Yunita, L. (2025). Balanced nutrition education as an effort to prevent stunting in toddlers. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Edukasi Indonesia*, 2(2), 39–46. <https://doi.org/10.61099/jpmei.v2i2.74>
- Kristianingrum, D. Y., Barir, B., Shofiyah, S., Yosin, E. P., & Sandi, D. F. (2023). Strengthening Nutrition Sources Based on Local Food as an Effort to Prevent Stunting. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 9(SpecialIssue), 692–697. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v9ispecialissue.6401>
- Maidelwita, Y., Wijayanti, Y. T., Nurafriani, N., Indryani, I., Selvia, H., & Mulat, T. M. C. (2024). Balanced nutrition education to prevent stunting in children. *Abdimas Polsaka*, 3(2), 100–108. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i2.81>
- Manoppo, M. W. (2024). Pencegahan dan Penanggulangan Stunting. *Epidemiologi Stunting*, 1–53.
- Nafilah, N., & Eliyana, E. (2025). Efektivitas Video Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang pada Balita. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 15(1), 35–41. <https://doi.org/10.57267/jisyym.v15i1.437>
- Nur, A., Pantaleon, M. G., Sembiring, A. C., & Loaloka, M. S. (2023). Edukasi Gizi Seimbang, Penilaian Status Gizi dan Pemberian Pmt Sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Kupang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(7), 2816–2825. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i7.10057>

- Situmeang, L., Millati, R., Syamsul, T., Aris Tyarini, I., Setiawati, A., & Primasari, Y. (2024). Improving parenting and healthy nutrition for stunted toddler mothers through community service programs. *Abdimas Polsaka*, 3(2), 83–90. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i2.76>
- Sukmawati, S., Hermayanti, Y., Mamuroh, L., Nurhakim, F., & Mediani, H. S. (2024). Anak Kuat, Masa Depan Cerah : Sosialisasi Pencegahan Stunting di Desa X Kabupaten Sumedang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(7), 3053–3067. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i7.15061>
- Tamara Adelia Nainggolan, Indri Pramudita, Adhinugraha Wirayudha Kusuma, Radja Alzeron Rizaldy, Christia Meidiana, & Astrida Fitri Nuryani. (2023). Penanggulangan Stunting Melalui Sosialisasi dan Edukasi Gizi Seimbang di Desa Tambang, Kabupaten Ponorogo, Jawa Timur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(4), 82–92. <https://doi.org/10.55606/jpkm.v2i4.260>
- Trisnawati, K. D., Lestari, M., Syawali, W., Muklis, F. A., Jayadinata, A. K., Muqadas, I., & Nikawanti, G. (2025). Optimization of Stunting Prevention Education Programs in Improving The Quality of Parenting and Nutritional Balance of Children. *Taawun*, 5(01), 108–122. <https://doi.org/10.37850/taawun.v5i01.896>
- Tyarini, I. A., Setiawati, A., Rahagia, R., & Maidelwita, Y. (2024). Community empowerment in stunting prevention and control to build a healthy and productive generation. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Edukasi Indonesia*, 1(3), 100–106. <https://doi.org/10.61099/jpmei.v1i3.56>