

**SOSIALISASI GIZI SEIMBANG: UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING* DI  
 DESA BANJARAGUNG, KECAMATAN KAJORAN, KABUPATEN  
 MAGELANG**

***BALANCED NUTRITION SOCIALIZATION: EFFORTS TO PREVENT  
 STUNTING IN BANJARAGUNG VILLAGE, KAJORAN DISTRICT,  
 MAGELANG REGENCY***

Yusuf Taufiqurahman<sup>1\*</sup>, Amelia Intan Zahra<sup>2)</sup>, Amalia Puspa Hapsari<sup>3)</sup>, Praditya Ayu Heryastuti<sup>4)</sup>, Ali Hasan Abdul Hamied<sup>5)</sup>, Bayu Imam Cahyono<sup>6)</sup>, Nelza Rizkia Malida<sup>7)</sup>, Diego Naufal Saputra<sup>8)</sup>, Anggun Puspita Yuliana<sup>9)</sup>, Luthfi Hekmatyar Imanullah<sup>10)</sup>, Yohanes Ivan Adi Kristianto<sup>11)</sup>

<sup>1\*</sup>Hukum, Universitas Tidar,

<sup>2,3,4,7,9</sup>Ilmu Administrasi Negara, Universitas Tidar

<sup>5</sup>Peternakan, Universitas Tidar

<sup>6</sup>Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas Tidar

<sup>8</sup>Ilmu Komunikasi, Universitas Tidar

<sup>10</sup>Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Universitas Tidar

<sup>11</sup>Dosen Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Tidar

<sup>1</sup>Email: [yusuf.taufiqurahman@students.untidar.ac.id](mailto:yusuf.taufiqurahman@students.untidar.ac.id)

**Abstrak** *Stunting* merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia, termasuk di Kabupaten Magelang. Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang menjadi salah satu faktor penyebab utama *stunting*. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang di Desa Banjaragung, Kecamatan Kajoran, Kabupaten Magelang melalui sosialisasi yang memanfaatkan media mading. Metode yang digunakan adalah *Asset Based Community Development* (ABCD) dengan fokus pada aset individu. Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan melibatkan kader Posyandu dan ibu-ibu yang memiliki anak baduta dan balita. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sosialisasi gizi seimbang melalui media mading dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang. Partisipasi aktif masyarakat dalam kegiatan sosialisasi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran akan pentingnya pemenuhan gizi anak untuk mencegah *stunting*. Diharapkan program serupa dapat terus dilakukan untuk mendukung upaya penurunan angka *stunting* di Indonesia.

**Kata Kunci:** Banjaragung, Gizi, Sosialisasi, *Stunting*.

**Abstract** *Stunting* is a chronic malnutrition issue, persists as a significant challenge in Indonesia, including Magelang Regency. A primary factor contributing to this problem is the public's limited understanding of balanced nutrition. This community initiative seeks to enhance public knowledge about balanced nutrition in Banjaragung Village, Kajoran District, Magelang Regency, using bulletin boards as a communication tool. The Asset Based Community Development (ABCD) approach, with a focus on individual assets, was employed. The Integrated Service Post cadres and mothers with young children actively

*participated in the socialization activities. The study findings revealed that bulletin board-based socialization effectively increased public awareness of the importance of balanced nutrition. The community's active engagement in these activities demonstrates a heightened understanding of the critical role of adequate nutrition in preventing stunting. It is anticipated that similar programs will be implemented continuously to support the broader goal of reducing stunting rates nationwide.*

**Keywords:** *Banjaragung, Nutrition, Socialization, Stunting.*

## PENDAHULUAN

Gizi seimbang adalah pola makan harian yang mengandung berbagai zat gizi dengan jenis dan jumlah yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh dan dengan mempertimbangkan prinsip variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, serta menjaga berat badan ideal (Winingsih, *et. al.*, 2020). Pada tahap awal perkembangan anak, asupan gizi yang memadai memegang peran krusial. Hal ini diperlukan untuk menjamin pertumbuhan yang optimal, fungsi organ yang normal, daya tahan tubuh yang tangguh, serta perkembangan otak dan kemampuan berpikir yang baik. Status gizi pada seseorang menjadi tolak ukur sejauh mana kebutuhan gizi pada tubuh telah terpenuhi melalui konsumsi makanan dan minuman. Berdasarkan pengukuran status gizi anak, terdapat tiga kategori anak dengan gizi kurang antara lain *wasting* (BB/TB), *underweight* (BB/U), dan *stunting* atau pendek (TB/U) (Kusumaningati *et al.*, 2019). Permasalahan gizi kurang pada umumnya disebabkan oleh kemiskinan, keterbatasan persediaan pangan, kondisi lingkungan yang kurang baik, serta minimnya pengetahuan masyarakat mengenai gizi, pola makan seimbang, dan kesehatan (Kurniasari & Rahmatunisa, 2019).

Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 mendefinisikan *stunting* sebagai gangguan pertumbuhan serta perkembangan yang terjadi pada anak dikarenakan kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan (Pebriandi *et al.*, 2023). Selain berdampak pada pertumbuhan fisik anak, *stunting* memiliki konsekuensi jangka panjang pada perkembangan sosial, ekonomi, dan

kognitif anak. Anak-anak yang mengalami *stunting* cenderung mengalami penurunan kemampuan belajar, daya tahan tubuh, dan produktivitas di masa depan. UNICEF mengatakan bahwa terdapat sejumlah faktor penyebab *stunting* yang saling berhubungan, termasuk berat badan lahir rendah, riwayat penyakit infeksi, dan asupan gizi yang tidak seimbang. (Wahyuni & Putri, 2022).

Sebagai salah satu permasalahan gizi pada anak, *stunting* masih menjadi tantangan besar di Indonesia, dan salah satunya di Kabupaten Magelang. Berdasarkan data Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat (E-PPGBM), tingkat *stunting* di Kabupaten Magelang mengalami fluktuasi dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2020, angka *stunting* tercatat sebesar 20,23% dan terjadi penurunan signifikan di tahun 2021, dengan angka *stunting* mencapai 14,76%. Tren penurunan berlanjut pada tahun 2022, di mana angka *stunting* turun menjadi 13,11%. Namun, terjadi peningkatan kembali pada tahun 2023, dengan angka *stunting* naik menjadi 15,22% (Rohmadi, 2024).

Desa Banjaragung, Kecamatan Kajoran, Kabupaten Magelang, seperti halnya banyak daerah lain di Indonesia, masih menghadapi tantangan dalam mengatasi masalah *stunting*. Salah satu faktor penyebab *stunting* di Desa Banjaragung adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang. Dengan kondisi demikian, perlu adanya peningkatan perhatian terhadap permasalahan ini, salah satunya melalui upaya untuk mengubah perilaku gizi masyarakat ke arah perilaku gizi seimbang sebab hal ini merupakan komponen penting dalam mencegah masalah gizi dan mempertahankan status gizi yang baik. Oleh karena itu, Kelompok Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Tidar melakukan pengabdian masyarakat dengan menginisiasikan program kerja yakni sosialisasi gizi seimbang di Desa Banjaragung dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang. Sosialisasi ini dilakukan melalui pemanfaatan media mading, dengan harapan informasi mengenai gizi seimbang dapat disampaikan secara efektif dan menarik sehingga dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi anak dan dalam pencegahan terjadinya *stunting* pada anak.

## METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini ialah metode *Asset Based Community Development* (ABCD). *Asset Based Community Development* (ABCD) merupakan sebuah metode pengabdian masyarakat dengan pendekatan yang berfokus pada peningkatan kualitas hidup melalui pengenalan dan penguatan aset yang ada dalam komunitas (Rusli et al., 2024). Metode ABCD memiliki lima aset (potensi) yakni aset individu, asosiasi, lembaga, aset fisik atau materi, dan jaringan atau koneksi yang luas (Maghfirah, 2022). Adapun komunitas yang dikembangkan dalam kegiatan ini ialah Posyandu Dusun Merjoyo dan Dusun Gondangan dengan aset yang dikembangkan ialah aset individu. Metode ABCD memiliki lima tahapan, diantaranya *discovery* (menemukan), *dream* (mimpi), *design* (merancang), *define* (menentukan), dan *destiny* (memastikan) (Rinawati et al., 2022).

Bentuk pengabdian yang dilakukan pada kegiatan ini adalah pendidikan masyarakat yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Model pendidikan masyarakat yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan ini ialah berupa penyuluhan atau sosialisasi. Adapun pelaksanaan kegiatan yakni pada tanggal 22 Juli dan 23 Juli 2024 dengan kebersamaan kegiatan posyandu di Dusun Merjoyo dan Dusun Gondangan. Kegiatan ini dilakukan secara tatap muka dengan sasaran program ialah para kader Posyandu serta Ibu-Ibu yang memiliki anak usia dibawah dua tahun atau Baduta dan anak usia dibawah lima tahun atau Balita. Sebelum pelaksanaan program, kelompok KKN Universitas Tidar telah melakukan diskusi dengan kader posyandu untuk mengetahui kondisi *stunting* di Desa Banjaragung. Sosialisasi ini dilakukan dengan menyajikan dua materi yakni “10 Pesan Pedoman Gizi Seimbang” dan “Isi Piringku”.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Desa Banjaragung, Kecamatan Kajoran, Kabupaten Magelang masih menghadapi tantangan dalam mengatasi masalah *stunting* dengan salah satu faktor penyebab *stunting* di Desa Banjaragung adalah kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang. Kelompok KKN Universitas Tidar

menginisiasikan program sosialisasi gizi seimbang dengan nama program kerja yakni “Mading Bergizi: Sosialisasi dan Edukasi Gizi Seimbang untuk Pencegahan *Stunting*”. Sosialisasi ini dilakukan dengan pembuatan dan pemanfaatan media mading. Kegiatan ini terbagi menjadi tiga tahapan, diantaranya mulai dari tahap perencanaan yakni survei kondisi *stunting* di Desa Banjaragung, tahap persiapan dan perizinan yakni pembuatan mading dan perizinan dengan Kader Posyandu hingga tahap pelaksanaan program yakni sosialisasi. Sosialisasi ini dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang dan dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi anak dan dalam pencegahan terjadinya *stunting* pada anak.

Tahap perencanaan pada program ini adalah survei dan diskusi dengan Kader Posyandu Desa Banjaragung seperti yang terlihat pada Gambar 1. Survei dan diskusi yang dilakukan oleh Kelompok KKN Universitas Tidar ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui kondisi dan fenomena *stunting* yang terjadi di Desa Banjaragung serta menyampaikan rencana kegiatan sosialisasi gizi seimbang di Desa Banjaragung. Dalam metode ABCD, tahapan ini telah merangkum tahapan *discovery* yakni identifikasi atau pengkajian serta penemuan masalah serta tahapan *dream* yakni munculnya harapan-harapan menuju perubahan. Adapun hasil dari tahapan ini adalah bahwa terdapat sejumlah kasus *stunting* di Desa Banjaragung, diantaranya: (1) Terdapat 13 anak di Desa Banjaragung yang masuk dalam kategori *stunting*; dan (2) Terdapat 14 dari 47 Baduta di Desa Banjaragung yang masuk dalam kategori beresiko *stunting*. Selain itu Desa Banjaragung, khususnya para Kader Posyandu sudah berupaya melakukan pendampingan, akan tetapi banyak Ibu yang memiliki Baduta dan Balita yang masih kurang kesadaran akan pentingnya gizi seimbang maupun dalam mengikuti kegiatan posyandu. Kader posyandu Desa Banjaragung mengharapkan agar Kelompok KKN Universitas Tidar mampu memberikan pemahaman kepada Ibu-Ibu mengenai gizi seimbang.



**Gambar 1.** Diskusi dengan Kader Posyandu Desa Banjaragung.

Tahap persiapan dan perizinan dalam kegiatan ini adalah pembuatan konsep sosialisasi. Berdasarkan hasil survei dan diskusi yang telah dilakukan sebelumnya, konsep sosialisasi yang akan dilakukan ialah dengan memberikan pengetahuan dan pemahaman mengenai gizi seimbang. Dalam metode ABCD, tahapan ini termasuk dalam tahapan *design* yakni merancang langkah-langkah perwujudan menuju perubahan atau memformulasikan strategi perubahan. Untuk sosialisasi yang akan dilakukan, Kelompok KKN Universitas Tidar mempersiapkan materi mengenai gizi seimbang yakni “10 Pesan Pedoman Gizi Seimbang” dan “Isi Piringku” dengan menyesuaikan pedoman Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Materi yang akan disampaikan, disajikan dengan pembuatan media mading seperti yang terlihat pada Gambar 2. Pemanfaatan media mading dilakukan dengan tujuan agar informasi mengenai gizi seimbang dapat disampaikan secara efektif dan menarik sehingga dapat mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi anak dan dalam pencegahan terjadinya *stunting* pada anak.

Adapun setelah melakukan persiapan, Kelompok KKN Universitas Tidar melakukan koordinasi dan perizinan untuk mengadakan sosialisasi gizi seimbang kepada Kader Posyandu di Dusun Merjoyo dan Dusun Gondangan dan diarahkan

untuk melakukan sosialisasi dengan bertepatan pada pelaksanaan kegiatan pemeriksaan rutin Posyandu.



**Gambar 2.** Pembuatan Media Mading untuk Sosialisasi Gizi Seimbang

Tahap pelaksanaan pada kegiatan ini ialah pemaparan materi pada saat sosialisasi seperti yang terlihat pada Gambar 3 dan Gambar 4. Dalam metode ABCD, tahap ini telah merangkum tahapan *define* dan *destiny* yakni pengimplementasian semua hal pada tahapan sebelumnya sebagai langkah akhir pemantapan tujuan. Sosialisasi ini dilakukan di dua tempat, yakni di Posyandu Merjoyo dan di Posyandu Gondangan. Sosialisasi gizi seimbang di Posyandu Merjoyo diadakan pada tanggal 22 Juli 2024, sedangkan di Posyandu Gondangan diadakan pada tanggal 23 Juli 2024. Pemaparan materi pada saat sosialisasi ini dilakukan oleh Mahasiswa KKN Universitas Tidar. Kegiatan ini dihadiri oleh Ibu-Ibu yang telah hadir untuk pemeriksaan rutin Posyandu dan juga oleh para Kader Posyandu. Adapun pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini mendapatkan respon positif dari para Ibu yang memiliki Balita dan Baduta dengan dibuktikan terdapat beberapa Ibu yang dengan antusias mengajukan beberapa pertanyaan. Mading Bergizi yang telah dibuat diserahkan dan diberikan ke Posyandu sebagai bentuk produk karya pengabdian Kelompok KKN Universitas Tidar.



**Gambar 3.** Sosialisasi Gizi Seimbang di Posyandu Dusun Merjoyo



**Gambar 4.** Sosialisasi Gizi Seimbang di Posyandu Dusun Gondangan

Menurut Aida (dalam Hanan et al., 2024), sebuah proses sosialisasi atau penyuluhan dianggap berhasil jika mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh peserta penyuluhan dan mendukung pemenuhan kebutuhan usaha mereka tanpa memandang kondisi yang ada. Pada saat pelaksanaan, banyak Ibu-Ibu yang dengan antusias bertanya mengenai materi yang dipaparkan termasuk beberapa hal sulit yang mereka alami untuk menerapkan gizi seimbang. Kelompok KKN

Universitas Tidar memahami bahwa salah satu tantangan dalam penerapan gizi seimbang ini ialah kurangnya pengetahuan tentang kombinasi makanan yang sehat. Maka dari itu, dengan pedoman gizi seimbang dari BKKN serta bantuan dari para Kader Posyandu, kami berupaya untuk memberikan solusi yang konkret dan mudah diterapkan oleh para ibu rumah tangga seperti memberikan penjelasan tentang menyusun menu makanan yang bervariasi dan seimbang. Melalui sosialisasi ini harapannya dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi khususnya pada anak Baduta dan Balita, sehingga dapat berkontribusi pada upaya pencegahan *stunting* di Indonesia.

## **KESIMPULAN**

Pengabdian oleh Kelompok KKN Universitas Tidar tahun 2024 di Desa Banjaragung yang berupa sosialisasi gizi seimbang sebagai bentuk upaya pencegahan *stunting* ini disambut antusias dan mendapat respon positif dari Ibu-Ibu yang memiliki Baduta dan Balita di wilayah tersebut. Ibu-ibu menjadi paham terkait adanya pedoman gizi seimbang yang harus diterapkan agar anak-anak beliau tidak menjadi *stunting* dan/atau selanjutnya akan melahirkan generasi tidak *stunting*. Media mading bergizi yang dibuat oleh Kelompok KKN Universitas Tidar menjadi pengetahuan baru bagi ibu-ibu yang datang di posyandu. Mading tersebut dapat menjadi bahan bacaan informasi mengenai “10 Pesan Pedoman Gizi Seimbang dan “Isi Piringku” bagi ibu-ibu yang datang ke posyandu. Melalui pemanfaatan media mading, informasi mengenai gizi seimbang dapat disampaikan secara menarik dan mudah dipahami.

Rekomendasi atau saran yang dapat diberikan adalah pemberian materi sosialisasi yang berbeda berkaitan dengan penanganan *stunting*, seperti Pemberian Makanan Tambahan (PMT) atau materi lainnya. Media sosialisasi yang diberikan juga harus divariasikan agar para audiens tidak bosan saat mendapatkan materi sosialisasi mendatang. Selain itu, agar dapat mencapai hasil yang lebih optimal dalam meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang perlu adanya upaya yang dilakukan secara berkelanjutan dari berbagai pihak, baik pemerintah, lembaga swadaya masyarakat, maupun masyarakat sendiri.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Pemerintah Desa Banjaragung dan Kader-Kader Posyandu khususnya Posyandu Dusun Merjoyo dan Posyandu Dusun Gondangan atas segala bantuan dan dukungannya untuk keberhasilan pelaksanaan program Sosialisasi Gizi Seimbang. Ucapan terima kasih juga kami tujukan kepada seluruh masyarakat Desa Banjaragung khususnya masyarakat Dusun Merjoyo dan Dusun Gondangan yang telah berpartisipasi dan turut antusias dalam pelaksanaan program ini. Ucapan terima kasih turut kami sampaikan untuk seluruh anggota Kelompok KKN Universitas Tidar Periode 1 (Juli-Agustus) Tahun 2024, sebab keberhasilan ini tidak akan tercapai tanpa dedikasi dan kerjasama dari seluruh anggota Kelompok KKN Universitas Tidar. Kelompok KKN Universitas Tidar berharap upaya ini dapat menjadi langkah awal dan salah satu solusi dalam mengatasi permasalahan *stunting* di wilayah Desa Banjaragung.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hanan, A., Leilani, A., Nurmalia, N., Kamsiah, Susilawati, T., Hermawan, A., Lita, N. P. S. N., Yudhistira, A. N., Nurfitriana, N., Supenti, L., & Eliana, Y. (2024). *Prinsip Dasar Aksi Penyuluhan dan Pemberdayaan*. Sleman: Deepublish Digital.
- Kurniasari, R., & Rahmatunisa, R. (2019). Sosialisasi Pedoman Gizi Seimbang Dengan Metode Nutrieducation Di SDN Karawang Wetan 1 Dan SDN Palumbonsari. *Jurnal Abdimas Tasikmalaya*, 2(1), 11-16.
- Kusumaningati, W., Dainy, N. C., & Kushargina, R. (2019). Edukasi Cespleng (Cegah *Stunting* Itu Penting) Dan Skrining *Stunting* Di Posyandu Doktren 2 Kecamatan Cikelet Kabupaten Garut. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1-6.
- Maghfirah, N. I. (2022). Pengembangan Profesionalisme Guru Melalui STEAM di RA Mikhrajul Ulum Sukowono-Jember. *Al-Ijtima': Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 196-213.
- Pebriandi, Fitriansyah, A., Rizka, D., Indahsari, L. N., Yulanda, N. O., & Nurianti. (2023). Sosialisasi Pencegahan *Stunting* pada Masyarakat Desa Simandolak Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singingi. *ARRUS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 53-57.
- Rinawati, A., Arifah, U., & H, A. F. (2022). Implementasi Model Asset Based Community Development (ABCD) dalam Pendampingan Pemenuhan

Kompetensi Leadership Pengurus MWC NU Adimulyo. *Ar-Rihlah: Jurnal Inovasi Pengembangan Pendidikan Islam*, 7(1), 1-11.

- Rusli, T. S., Boari, Y., Amelia, D., Rahayu, D., Setiaji, B., Suhadarliyah, Syarfina, CS, A., Syahrudin, Amiruddin, & Yuniwati, I. (2024). *Pengantar Metodologi Pengabdian Masyarakat*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Rohmadi, S. (2024). *Rembuk Stunting, Pemkab Magelang Memperkuat Komitmen*. Diakses pada 7 Agustus 2024, dari [beritamagelang.id: https://www.beritamagelang.id/rembuk-stunting-pemkab-magelang-memperkuat-komitmen](https://www.beritamagelang.id/rembuk-stunting-pemkab-magelang-memperkuat-komitmen)
- Wahyuni, E. S., & Putri, N. I. (2022). Sosialisasi Pencegahan *Stunting* Di Desa Banjar Negara Kecamatan Baradatu. *JOMPA ABDI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 1-7.
- Winingsih, P. A., Sulandjari, S., Indrawati, V., & Soeyono, R. D. (2020). Efektivitas Poster sebagai Media Sosialisasi Program Keluarga Sadar Gizi (Kadarzi) Tentang Beragam, Bergizi, Seimbang, Aman (B2SA) Di TK Kartika Bojonegoro. *JTB: Jurnal Tata Boga*, 9(2), 887-894.