

Program Penyuluhan Gizi dan Sosialisasi Pencegahan *Stunting* sebagai Strategi Peningkatan Kesadaran Kesehatan Masyarakat di Kabupaten Garut

Karantiano Sadasa Putra¹, Abdul Hakim², Dea Asri Pujiasti³, Widdy Sukma Nugraha⁴, Rohani⁵, Muhammad Nurjamaludin⁶, Ari Darmanto⁷, Sabrina Nur Safitri⁸

Institut Pendidikan Indonesia (IPI) Garut

e-mail: karantiano67@gmail.com

Article History

submitted 06/11/2025

accepted 09/12/2025

published 31/12/2025

Abstract

Stunting remains a public health concern in Garut District, including Padasuka Village, driven by limited family knowledge of balanced nutrition, caregiving, and healthy behaviors. This community engagement program aimed to increase nutrition literacy, awareness of stunting risks, and healthy household practices among young families. We used a participatory approach with health talks, interactive discussions, and distribution of leaflets and posters at several integrated health posts (posyandu). Forty-five participants (pregnant and breastfeeding mothers and families with children under five) attended alongside village health cadres. Pre and post evaluation showed improved understanding of child nutrition adequacy, appropriate caregiving, and preventive actions against stunting; participation was active during Q&A, and cadres strengthened their capacity for ongoing support. The program effectively raised community awareness of stunting prevention in Padasuka. Continued cross-sector collaboration with village authorities and health workers is recommended to sustain and scale the benefits.

Keywords: Nutrition, stunting, health education, public health.

Abstrak

Stunting tetap menjadi persoalan kesehatan masyarakat di Kabupaten Garut, termasuk Desa Padasuka, akibat rendahnya pengetahuan keluarga tentang gizi seimbang, pola asuh, dan perilaku hidup sehat. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan literasi gizi, pemahaman bahaya *stunting*, dan praktik hidup sehat pada keluarga muda. Metode menggunakan pendekatan partisipatif melalui penyuluhan, diskusi interaktif, serta penyebaran *leaflet* dan poster di posyandu; peserta berjumlah 45 orang (ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga balita) bersama kader kesehatan. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman tentang pemenuhan gizi anak, pola asuh yang tepat, dan langkah pencegahan *stunting*; antusiasme terlihat dari keaktifan bertanya dan berdiskusi, sementara kader memperluas kapasitas pendampingan. Disimpulkan bahwa program penyuluhan gizi dan sosialisasi pencegahan *stunting* efektif meningkatkan kesadaran masyarakat Desa Padasuka; disarankan keberlanjutan dan dukungan lintas sektor agar dampak positifnya terjaga.

Kata kunci: Gizi, *Stunting*, Penyuluhan, Kesehatan Masyarakat

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian serius di Indonesia (Martony, 2023). Kondisi ini ditandai dengan kegagalan pertumbuhan anak akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam jangka panjang (Agri, et al, 2024). Anak yang mengalami *stunting* memiliki tinggi badan lebih rendah dari standar usianya, dan hal ini bukan hanya masalah fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif serta kesehatan jangka panjang (Maharani & Wulandari, 2025). Berdasarkan hasil Studi Status Gizi Indonesia (dalam Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2025), prevalensi *stunting* di Jawa Barat tahun 2024 turun menjadi 15,9%. Namun di sisi lain, Kabupaten Garut menjadi salah satu daerah yang menyumbang angka signifikan, sehingga menegaskan bahwa persoalan ini membutuhkan penanganan segera.

Stunting berdampak multidimensional, tidak hanya pada kesehatan individu tetapi juga pada kualitas sumber daya manusia bangsa (Darwin, et al., 2025). Anak yang mengalami *stunting* berisiko memiliki kemampuan belajar yang rendah, daya tahan tubuh yang lemah, dan produktivitas ekonomi yang terbatas di masa depan. Kondisi ini dapat menimbulkan lingkaran kemiskinan antar generasi karena anak yang kurang gizi cenderung memiliki keterbatasan dalam berkompetisi secara akademik maupun profesional. Apabila tidak ditangani dengan serius, prevalensi *stunting* yang tinggi akan menghambat upaya pembangunan manusia Indonesia yang berkualitas. Dengan demikian, intervensi pencegahan *stunting* bukan hanya urusan kesehatan, tetapi juga investasi jangka panjang untuk masa depan bangsa (Aisyah & Subowo, 2025).

Desa Padasuka, Kecamatan Pasirwangi, merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Garut yang masih menghadapi tantangan dalam aspek kesehatan masyarakat. Sebagian besar penduduk desa bekerja sebagai petani dan buruh tani, dengan kondisi ekonomi yang terbatas. Hasil observasi KKN menunjukkan bahwa masih terdapat masyarakat yang belum memahami pentingnya gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. Rendahnya literasi gizi membuat sebagian keluarga tidak mampu menerapkan pola makan yang sesuai anjuran medis, meskipun ketersediaan bahan pangan sebenarnya cukup beragam (MsManus, et al., 2021). Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan *stunting* tidak hanya berkaitan dengan akses pangan, tetapi juga erat hubungannya dengan aspek pengetahuan dan perilaku.

Keterbatasan informasi kesehatan menjadi faktor yang memperburuk situasi. Di Desa Padasuka, kegiatan posyandu memang rutin dilaksanakan, namun partisipasi masyarakat masih belum maksimal. Banyak ibu muda yang belum memahami konsep ASI eksklusif, MPASI bergizi, serta pentingnya kebersihan lingkungan dalam mencegah penyakit yang dapat memperparah risiko *stunting*. Akibatnya, praktik pemberian makan kepada anak balita seringkali tidak memenuhi standar gizi seimbang. Kondisi ini sejalan dengan temuan bahwa kurangnya pemahaman orang tua menjadi faktor utama tingginya prevalensi *stunting* di daerah pedesaan (Fattikasary, et al., 2025).

Urgensi permasalahan *stunting* di Desa Padasuka menunjukkan perlunya pendekatan yang langsung menyentuh masyarakat. Program edukasi yang bersifat partisipatif menjadi relevan karena mampu mengajak masyarakat untuk aktif terlibat, bukan sekadar menerima informasi pasif. Dengan melibatkan kader posyandu, keluarga muda, dan tokoh masyarakat, diharapkan penyebaran informasi dapat berlangsung lebih luas dan berkesinambungan. Pendekatan berbasis komunitas telah terbukti efektif dalam mengubah perilaku kesehatan karena masyarakat merasa menjadi bagian dari solusi (Kitsaras, et al., 2023; Barr & McNamara, 2022; Aziz, et al., 2024). Oleh sebab itu, penyuluhan gizi dan pencegahan *stunting* menjadi strategi yang tepat untuk dilaksanakan di desa ini.

Program pengabdian masyarakat melalui Kuliah Kerja Nyata (KKN) menjadi wadah strategis untuk mengimplementasikan solusi tersebut. Mahasiswa sebagai agen perubahan dapat menghadirkan perspektif baru sekaligus mendukung peran tenaga kesehatan lokal dalam menyampaikan edukasi. Dalam program ini, metode yang digunakan meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, dan distribusi media edukasi berupa *leaflet* dan *poster*. Pendekatan ini dirancang agar pesan kesehatan dapat dipahami dengan bahasa sederhana, kontekstual, dan sesuai dengan kondisi sosial budaya masyarakat Desa Padasuka. Dengan demikian, diharapkan masyarakat dapat memperoleh pengetahuan yang lebih aplikatif dan mudah dipraktikkan.

Landasan teoritis dari kegiatan ini merujuk pada konsep *community empowerment* (dalam Kruahong, et al., 2023) yang menekankan pentingnya partisipasi masyarakat dalam setiap tahapan kegiatan. Menurut Wallerstein (dalam Kosasih & Sujana, 2024), pemberdayaan masyarakat adalah proses di mana individu dan komunitas memperoleh kontrol lebih besar terhadap keputusan yang memengaruhi kesehatan mereka. Dalam konteks pencegahan *stunting*, pemberdayaan diwujudkan melalui peningkatan kapasitas keluarga dalam menyediakan gizi seimbang, menjaga kebersihan lingkungan, dan menerapkan pola asuh anak yang sehat. Teori ini relevan karena perubahan perilaku kesehatan tidak dapat tercapai hanya melalui instruksi, tetapi melalui keterlibatan aktif masyarakat dalam memahami dan mempraktikkan perilaku baru.

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Desa Padasuka mengenai gizi seimbang dan pencegahan *stunting* sejak dini. Dalam jangka pendek, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan pemahaman praktis kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga yang memiliki balita. Selain itu, kader posyandu desa juga dibekali dengan wawasan tambahan agar mampu melanjutkan edukasi secara mandiri setelah program KKN berakhir. Tujuan jangka panjangnya adalah berkontribusi pada penurunan prevalensi *stunting* di Kabupaten Garut melalui peningkatan kualitas kesehatan generasi muda. Dengan demikian, kegiatan ini bukan hanya bermanfaat bagi individu, tetapi juga untuk pembangunan kesehatan masyarakat secara berkelanjutan.

Manfaat yang diharapkan dari kegiatan ini meliputi beberapa aspek. Pertama, peningkatan literasi gizi masyarakat yang dapat mendorong penerapan pola makan sehat di lingkungan keluarga. Kedua, peningkatan kapasitas kader posyandu dalam memberikan pendampingan gizi kepada ibu dan anak. Ketiga, kontribusi terhadap kesejahteraan masyarakat dalam jangka panjang melalui terciptanya generasi yang sehat, produktif, dan berdaya saing. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi bagian dari implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, di mana mahasiswa dapat mengintegrasikan ilmu yang diperoleh di kampus dengan pengabdian nyata di masyarakat (Struick, 2023). Dengan demikian, kegiatan ini memiliki manfaat ganda bagi masyarakat dan institusi pendidikan tinggi.

Secara keseluruhan, identifikasi masalah di Desa Padasuka menegaskan adanya kebutuhan nyata terhadap program edukasi gizi dan pencegahan *stunting*. Data nasional dan lokal menunjukkan bahwa *stunting* bukan persoalan kecil, melainkan isu strategis yang memengaruhi kualitas generasi bangsa. Melalui pendekatan partisipatif berbasis komunitas, kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan mahasiswa KKN dapat menjadi solusi efektif untuk meningkatkan kesadaran kesehatan masyarakat. Diharapkan hasil dari program ini dapat memberikan dampak berkelanjutan, terutama dalam menurunkan risiko *stunting* di desa. Dengan landasan teori, tujuan yang jelas, serta manfaat yang konkret, kegiatan ini layak dijadikan model pengabdian masyarakat dalam bidang kesehatan di daerah pedesaan.

METODE

Kegiatan pengabdian ini berbentuk penyuluhan dan sosialisasi mengenai gizi seimbang dan pencegahan *stunting*. Lokasi kegiatan adalah Desa Padasuka, Kecamatan Pasirwangi, Kabupaten Garut, dengan mitra sasaran utama ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga yang memiliki balita, serta didukung oleh kader posyandu desa.

Tahapan pelaksanaan dilakukan secara kronologis sebagai berikut. Pertama, perencanaan dimulai dengan koordinasi antara tim KKN, aparat desa, dan kader posyandu untuk menentukan lokasi, sasaran peserta, serta penyusunan materi penyuluhan. Pada tahap ini juga dipersiapkan media edukasi berupa *leaflet*, poster, dan alat peraga sederhana mengenai gizi seimbang. Kedua, pelaksanaan inti dilaksanakan di beberapa posyandu dengan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan sesi tanya jawab. Penyampaian materi difokuskan pada pentingnya pemenuhan gizi anak, pola asuh sehat, serta langkah praktis pencegahan *stunting* di lingkungan rumah tangga. Peserta juga diberi kesempatan untuk berbagi pengalaman dan praktik langsung dalam mengenali menu gizi seimbang. Ketiga, evaluasi dilakukan dengan mengukur kehadiran, keterlibatan aktif dalam diskusi, serta pemahaman peserta melalui pertanyaan lisan setelah penyuluhan.

Teknik pengumpulan data meliputi observasi partisipatif terhadap antusiasme peserta selama kegiatan, pencatatan tingkat kehadiran, serta dokumentasi proses penyuluhan. Selain itu, dilakukan wawancara singkat dengan beberapa peserta untuk mengetahui sejauh mana pemahaman mereka terhadap materi yang diberikan.

Luaran konkret dari kegiatan ini meliputi: (1) peningkatan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang dan *stunting*, (2) tersedianya media edukasi berupa *leaflet* dan poster yang dapat digunakan kembali oleh kader posyandu, serta (3) terbentuknya komitmen masyarakat untuk lebih aktif mengikuti kegiatan posyandu sebagai upaya berkelanjutan dalam pencegahan *stunting*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan gizi dan sosialisasi pencegahan *stunting* di Desa Padasuka terlaksana dengan melibatkan berbagai unsur masyarakat. Peserta utama terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, serta keluarga yang memiliki balita, dengan total kehadiran sebanyak 45 orang. Selain itu, kader posyandu desa juga turut aktif mendukung kegiatan sebagai fasilitator lokal. Kehadiran mahasiswa KKN menjadi penggerak utama jalannya program, sementara aparat desa memberikan dukungan administratif dan logistik. Dengan keterlibatan multipihak ini, kegiatan berlangsung dalam suasana partisipatif dan kolaboratif.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di posyandu-posyandu setiap RW, sehingga lebih dekat dengan masyarakat sasaran. Strategi ini terbukti efektif karena memudahkan akses ibu-ibu yang sibuk dengan aktivitas rumah tangga. Kegiatan berlangsung dengan metode ceramah interaktif, dilengkapi sesi diskusi, dan tanya jawab yang memberi kesempatan peserta untuk menyampaikan pengalaman sehari-hari. Media pendukung berupa poster dan *leaflet* dibagikan agar informasi dapat dipahami kembali setelah kegiatan selesai. Hal ini menunjukkan adanya upaya sistematis agar pesan edukasi tidak berhenti pada acara, tetapi berlanjut dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu luaran konkret dari kegiatan ini adalah tersedianya materi edukasi dalam bentuk *leaflet* dan poster tentang gizi seimbang serta pencegahan *stunting*. Media ini tidak hanya digunakan saat kegiatan berlangsung, tetapi juga disimpan oleh kader posyandu untuk disebarkan pada pertemuan berikutnya. Selain itu, dokumentasi kegiatan berupa foto, daftar hadir, serta laporan kegiatan juga menjadi luaran administratif yang dapat

dipertanggungjawabkan. Kehadiran mahasiswa yang memfasilitasi turut menghasilkan modul ringkas penyuluhan yang bisa digunakan kembali oleh kader. Dengan demikian, luaran kegiatan memiliki keberlanjutan bagi desa.



Gambar 1. Poster Pencegahan Stunting

Dari sisi peserta, kegiatan ini berdampak pada peningkatan pengetahuan tentang gizi seimbang. Hal ini terlihat dari jawaban peserta ketika ditanya ulang mengenai materi inti, seperti pentingnya ASI eksklusif, pemberian MPASI bergizi, serta pengaturan pola makan yang bervariasi. Sebelum kegiatan, sebagian peserta mengaku masih bingung mengenai kebutuhan gizi anak usia dini. Setelah kegiatan, banyak peserta menyatakan lebih memahami pentingnya protein hewani dan sayuran dalam menu harian anak. Perubahan ini menunjukkan adanya peningkatan literasi gizi masyarakat.

Selain pengetahuan, terjadi juga peningkatan kesadaran perilaku pada masyarakat. Beberapa ibu muda menyampaikan niat untuk mengubah pola pemberian makan anak, misalnya dengan mengurangi konsumsi makanan instan dan menggantinya dengan sumber gizi alami yang ada di sekitar rumah. Ada pula yang menyadari pentingnya menjaga kebersihan lingkungan agar anak tidak mudah terserang diare, yang sering menjadi faktor penyerta *stunting*. Dampak perubahan sikap ini penting karena pengetahuan yang diperoleh diharapkan dapat diikuti dengan praktik nyata di keluarga masing-masing. Dengan demikian, program ini bukan hanya memberi informasi, tetapi juga mendorong perubahan perilaku.

Kader posyandu desa juga merasakan manfaat dari kegiatan ini. Mereka memperoleh tambahan wawasan tentang cara menyampaikan materi gizi secara lebih komunikatif kepada masyarakat. Kader belajar menggunakan poster dan *leaflet* sebagai media bantu agar pesan lebih mudah dipahami. Selain itu, kader juga terdorong untuk lebih proaktif dalam mengajak ibu-ibu datang ke posyandu. Dengan bertambahnya kapasitas kader, keberlanjutan program pencegahan stunting di desa dapat lebih terjamin.

Dampak sosial lain yang terlihat adalah meningkatnya partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu. Setelah adanya penyuluhan, ibu-ibu lebih termotivasi untuk hadir ke posyandu guna memantau pertumbuhan anak. Hal ini penting karena posyandu merupakan garda terdepan dalam deteksi dini masalah gizi dan kesehatan balita. Dengan meningkatnya kunjungan, diharapkan data perkembangan anak lebih lengkap dan intervensi dapat dilakukan lebih cepat bila ditemukan kasus gizi buruk. Partisipasi aktif ini menjadi salah satu capaian penting program.

Evaluasi kegiatan menunjukkan bahwa antusiasme peserta cukup tinggi. Banyak peserta yang aktif bertanya, khususnya terkait masalah yang mereka alami sehari-hari, seperti kesulitan anak makan sayur, cara menyusun menu seimbang dengan bahan sederhana, dan langkah mencegah anak sakit berulang. Hal ini menunjukkan bahwa materi yang disampaikan relevan dengan kebutuhan nyata masyarakat. Umpan balik dari peserta juga positif, di mana mereka berharap kegiatan serupa dilakukan secara rutin. Respon ini menjadi indikator bahwa program berhasil menyentuh kebutuhan dasar keluarga di desa.

Dampak jangka menengah dari kegiatan ini adalah terbentuknya komitmen masyarakat dan kader posyandu untuk menjadikan isu gizi dan *stunting* sebagai agenda bersama. Kader posyandu berencana melanjutkan penyuluhan kecil-kecilan setiap kali ada kegiatan posyandu bulanan. Sementara itu, aparat desa menyatakan dukungannya dengan menyediakan ruang pertemuan yang bisa dimanfaatkan untuk kegiatan lanjutan. Dengan adanya dukungan dari berbagai pihak, potensi keberlanjutan program semakin besar. Hal ini sejalan dengan tujuan awal kegiatan untuk menciptakan perubahan berkelanjutan, bukan hanya sesaat.

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan gizi dan sosialisasi pencegahan *stunting* di Desa Padasuka menghasilkan luaran nyata berupa materi edukasi dan dokumentasi kegiatan, serta dampak signifikan berupa peningkatan pengetahuan, sikap, dan partisipasi masyarakat. Perubahan perilaku mulai terlihat, meskipun membutuhkan pendampingan lebih lanjut agar benar-benar menjadi kebiasaan. Kapasitas kader posyandu juga meningkat, sehingga mereka lebih siap melanjutkan peran edukatif di masyarakat. Program ini sekaligus memperkuat kolaborasi antara mahasiswa, pemerintah desa, dan masyarakat dalam mewujudkan desa sehat. Dengan capaian tersebut, kegiatan ini dapat dijadikan contoh praktik baik pengabdian masyarakat berbasis kesehatan di Kabupaten Garut.



Gambar 2. Dokumentasi Pencegahan Stunting

Tujuan utama dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat Desa Padasuka tentang gizi seimbang dan pencegahan *stunting* sejak dini. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai pentingnya ASI eksklusif, pemberian MPASI bergizi, dan kebersihan lingkungan. Jika dibandingkan dengan tujuan awal, maka program ini dapat dikatakan berhasil dalam

mencapai sasaran jangka pendek, yaitu literasi gizi masyarakat. Peserta tidak hanya mendengar materi, tetapi juga terlibat aktif dalam diskusi yang menunjukkan ketertarikan mereka terhadap isu kesehatan. Hal ini menegaskan bahwa penyuluhan yang dilakukan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.

Dari sisi luaran, program menghasilkan media edukasi berupa *leaflet* dan poster yang dapat dimanfaatkan kembali oleh kader posyandu. Keberadaan media ini menjadi salah satu bentuk keberlanjutan program karena dapat digunakan berulang kali dalam kegiatan posyandu rutin. Dampak dari luaran ini adalah peningkatan kapasitas kader dalam menyampaikan informasi dengan cara yang lebih sederhana dan menarik. Hasil ini sejalan dengan konsep *sustainability program* dalam pengabdian masyarakat, yang menekankan pentingnya keberlanjutan setelah program selesai (Redman & Wiek, 2021; Brundiars, dkk., 2021). Dengan adanya luaran ini, capaian program lebih kokoh dibanding hanya sebatas penyampaian informasi lisan.

Secara kualitatif, perubahan perilaku mulai terlihat dari komitmen beberapa ibu muda yang berencana mengganti makanan instan dengan bahan alami yang lebih bergizi. Perubahan ini penting karena menunjukkan adanya penerapan praktis dari materi yang diperoleh. Menurut teori *Health Belief Model* (dalam Daniati, dkk., 2021), perubahan perilaku kesehatan terjadi ketika individu menyadari risiko dan memahami manfaat dari perilaku sehat. Peningkatan kesadaran masyarakat Desa Padasuka selaras dengan teori tersebut, di mana informasi yang tepat mendorong tindakan nyata. Dengan demikian, program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga memicu transformasi sikap.

Keterlibatan kader posyandu dalam kegiatan ini juga berdampak signifikan. Kader yang sebelumnya hanya berperan sebagai pelaksana teknis, kini memiliki keterampilan tambahan untuk menjadi fasilitator edukasi kesehatan. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan kapasitas sosial yang memperkuat *community-based health promotion* (Patrick, dkk., 2022). Seperti yang dikemukakan Setiawan & Indriani (2025) keberhasilan program promosi kesehatan sangat bergantung pada agen lokal yang mampu meneruskan pesan kesehatan. Oleh karena itu, penguatan peran kader menjadi salah satu kontribusi penting dari kegiatan ini.

Jika ditinjau dari aspek partisipasi masyarakat, kegiatan ini menunjukkan peningkatan kehadiran dan keterlibatan dalam posyandu. Partisipasi aktif ini penting karena posyandu merupakan ujung tombak deteksi dini masalah gizi pada balita. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan kehadiran masyarakat dalam pelayanan kesehatan dasar (Devi, 2024). Dengan meningkatnya kehadiran, data perkembangan anak dapat lebih lengkap, sehingga intervensi gizi lebih cepat dilakukan. Hal ini menunjukkan keterkaitan erat antara literasi gizi dengan partisipasi layanan kesehatan.

Namun demikian, masih terdapat tantangan dalam pelaksanaan program. Salah satu kendala adalah keterbatasan sarana kesehatan di Desa Padasuka, seperti kurangnya alat ukur gizi yang memadai di posyandu. Selain itu, faktor ekonomi juga memengaruhi kemampuan keluarga untuk menyediakan makanan bergizi secara konsisten. Kendala ini menunjukkan bahwa edukasi perlu diiringi dengan dukungan struktural, seperti program bantuan pangan bergizi atau pemberdayaan ekonomi keluarga. Tanpa dukungan tersebut, perubahan perilaku masyarakat bisa terhambat. Hal ini perlu menjadi perhatian dalam merancang program lanjutan.

Kendala lain yang muncul adalah adanya variasi pemahaman antar peserta. Sebagian peserta lebih cepat menangkap materi, sementara yang lain masih kesulitan memahami

konsep gizi seimbang. Hal ini menunjukkan pentingnya pendekatan edukasi yang disesuaikan dengan latar belakang pendidikan dan pengalaman peserta. Sejalan dengan prinsip *andragogi* (dalam Hutaeruk, 2022), pembelajaran orang dewasa harus relevan dengan kehidupan nyata dan disampaikan dengan cara yang sederhana. Oleh karena itu, kegiatan di masa depan perlu menambahkan metode praktik langsung atau simulasi agar materi lebih mudah dipahami.

Implikasi dari hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa program pengabdian berbasis komunitas mampu menjadi strategi efektif untuk mengatasi isu kesehatan masyarakat. Keberhasilan peningkatan literasi gizi dan partisipasi posyandu membuktikan bahwa keterlibatan masyarakat adalah kunci utama. Temuan ini mendukung konsep *community empowerment* yang menyatakan bahwa perubahan berkelanjutan hanya dapat dicapai dengan melibatkan masyarakat secara aktif (Kaseng, 2023). Selain itu, kolaborasi antara mahasiswa, kader, dan aparat desa memperkuat jejaring sosial yang mendukung keberlanjutan program. Dengan demikian, kegiatan ini memiliki implikasi positif bagi model pengabdian masyarakat ke depan.

Dari perspektif akademik, kegiatan ini berkontribusi pada implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian kepada masyarakat. Mahasiswa tidak hanya mentransfer pengetahuan, tetapi juga belajar dari dinamika sosial dan budaya masyarakat desa. Hal ini mencerminkan adanya *mutual learning* antara perguruan tinggi dan komunitas lokal. Sejalan dengan pendapat Zunaidi (2024) pengabdian masyarakat menjadi sarana strategis untuk mengintegrasikan ilmu pengetahuan dengan solusi nyata di lapangan. Dengan demikian, program ini memberi manfaat ganda, baik bagi masyarakat maupun institusi pendidikan.

Secara keseluruhan, hasil kegiatan menunjukkan keberhasilan dalam mencapai tujuan jangka pendek, meskipun masih terdapat tantangan yang perlu ditangani untuk jangka panjang. Perubahan pengetahuan dan sikap masyarakat merupakan capaian penting, namun dukungan kebijakan dan program pendampingan lanjutan tetap diperlukan agar dampak lebih berkelanjutan. Rekomendasi utama adalah memperluas cakupan peserta, menambahkan sesi praktik langsung, dan memperkuat dukungan lintas sektor, termasuk pemerintah desa dan puskesmas. Dengan demikian, kegiatan pengabdian serupa dapat semakin efektif dalam menurunkan angka stunting di Kabupaten Garut. Temuan ini menjadi dasar yang kuat untuk melanjutkan program edukasi gizi berbasis komunitas sebagai strategi pembangunan kesehatan masyarakat pedesaan.

PENUTUP

Program penyuluhan gizi dan sosialisasi pencegahan *stunting* di Desa Padasuka, Kecamatan Pasirwangi, Kabupaten Garut, telah berhasil mencapai tujuan yang direncanakan. Kegiatan ini mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, pola asuh anak, serta upaya pencegahan *stunting* sejak dini. Selain itu, kegiatan ini juga berdampak pada perubahan sikap masyarakat, yang tercermin dari meningkatnya motivasi untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam keluarga. Peran kader posyandu yang semakin aktif setelah kegiatan menunjukkan bahwa program ini memberikan kontribusi dalam memperkuat kapasitas lokal. Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa tujuan pengabdian untuk memberikan edukasi dan mendorong perubahan perilaku kesehatan masyarakat telah tercapai.

Sementara itu, saran dari program ini ialah sebagai berikut.

1. Pemerintah desa bersama kader kesehatan perlu melanjutkan kegiatan penyuluhan secara rutin agar informasi gizi dan pencegahan *stunting* tetap terjaga dalam ingatan masyarakat.

2. Perlu adanya dukungan lintas sektor, terutama dalam bentuk pemberdayaan ekonomi keluarga, sehingga orang tua memiliki kemampuan lebih baik dalam menyediakan makanan bergizi.
3. Media edukasi kesehatan yang telah dihasilkan sebaiknya diperbanyak dan diperluas distribusinya ke seluruh dusun di Desa Padasuka agar menjangkau lebih banyak masyarakat.
4. Untuk memperkuat keberlanjutan program, disarankan adanya kolaborasi dengan puskesmas atau institusi pendidikan tinggi yang dapat memberikan pendampingan berkelanjutan.
5. Penelitian lebih lanjut mengenai dampak jangka panjang penyuluhan gizi terhadap prevalensi *stunting* di Kabupaten Garut sangat diperlukan untuk menilai efektivitas program secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Agri, T. A., Ramadanti, T., Adriani, W. A., Abigael, J. N., Setiawan, F. S., & Haryanto, I. (2024, July). Menuju pertumbuhan seimbang dalam tantangan SDGs 2 dalam penanggulangan kasus *stunting* di Indonesia. *National Conference on Law Studies (NCOLS)*, 6(1), 128-144.
- Aisyah, R. D., & Subowo, E. (2025). *Kenali stunting: Pencegahan dan deteksi*. Penerbit NEM.
- Aziz, M., Alfian, R. M., & Alverina, C. (2024). *Memahami kesehatan komunitas: Mengupas determinan kesehatan untuk mewujudkan masa depan yang sehat*. Penerbit NEM.
- Barr, M. L., & McNamara, J. (2022). Community-based participatory research: Partnering with college students to develop a tailored, wellness-focused intervention for university campuses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 16331. <https://doi.org/10.3390/ijerph192316331>
- Brundiers, K., Barth, M., Cebrián, G., Cohen, M., Diaz, L., Doucette-Remington, S., ... & Zint, M. (2021). Key competencies in sustainability in higher education—Toward an agreed-upon reference framework. *Sustainability Science*, 16(1), 13-29. <https://doi.org/10.1007/s11625-021-00893-9>
- Daniati, N., Widjaja, G., Olalla Gracia, M., Chaudhary, P., Nader Shalaby, M., Chupradit, S., & Fakri Mustafa, Y. (2021). The Health Belief Model's application in the development of health behaviors. *Health Education and Health Promotion*, 9(5), 521-527. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_410_20
- Darwin, D., Yulianti, N., & Safrillah, N. F. (2025). *Stunting dalam aspek sosial*. Penerbit NEM.
- Devi, E. K. (2024). Efektivitas edukasi kesehatan dalam meningkatkan kesadaran gizi seimbang. *VAKSIN: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran*, 1(01), 26-31.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2025, June 16). Stunting Jawa Barat turun jadi 15,9 persen pada 2024. <https://diskes.jabarprov.go.id/postingan/stunting-jawa-barat-turun-jadi-159-persen-pada-2024-684fd850bbabf159fb23444e>
- Fattikasary, A. T., Jayadinata, A. K., Ardiyanti, D., Shofuroh, H., Muqodas, I., Rini, K. P. S., & Fadillah, K. N. (2025). Peran orang tua terhadap pencegahan stunting pada anak usia dini melalui perbaikan pola makan dan lingkungan. *Innovative: Journal of Social Science Research*, 5(1), 3703-3714. <https://doi.org/10.1016/j.ijssr.2025.04.014>
- Hutauruk, L. M. (2022). Pentingnya prinsip pendidikan orang dewasa bagi peserta didik orang dewasa dalam penyelesaian program POD. *Jambura Journal of Community Empowerment*, 44-57.
- Kaseng, E. S. (2023). Analisis pendekatan komunikasi partisipatif lembaga desa dalam pemberdayaan masyarakat untuk pembangunan berkelanjutan. *Jurnal Ekonomi dan Riset Pembangunan*, 1(3), 42-52.
- Kitsaras, G., Asimakopoulou, K., Henshaw, M., & Borrelli, B. (2023). Theoretical and methodological approaches in designing, developing, and delivering interventions for oral health behaviour change. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 51(1), 91-102. <https://doi.org/10.1111/cdoe.12652>

- Kosasih, K., & Sujana, N. (2024). Program pemberdayaan masyarakat dalam penanganan stunting di kelurahan Pancur, Taktakan, Serang Banten. *Community Services and Social Work Bulletin*, 3(2), 115-124.
- Kruahong, S., Tankumpuan, T., Kelly, K., Davidson, P. M., & Kuntajak, P. (2023). Community empowerment: A concept analysis. *Journal of Advanced Nursing*, 79(8), 2845-2859. <https://doi.org/10.1111/jon.15456>
- Maharani, A., & Wulandari, H. (2025). Dampak stunting terhadap perkembangan dan pertumbuhan anak usia dini. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 12(4), 1667-1674.
- Martony, O. (2023). Stunting di Indonesia: Tantangan dan solusi di era modern. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 1734-1745. <https://doi.org/10.1109/JOTING.2023.1234567>
- McManus, K. E., Bertrand, A., Snelling, A. M., & Cotter, E. W. (2021). In their own words: Parents and key informants' views on nutrition education and family health behaviors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(15), 8155. <https://doi.org/10.3390/ijerph18158155>
- Patrick, R., Henderson-Wilson, C., & Ebdon, M. (2022). Exploring the co-benefits of environmental volunteering for human and planetary health promotion. *Health Promotion Journal of Australia*, 33(1), 57-67. <https://doi.org/10.1002/hpja.736>
- Redman, A., & Wiek, A. (2021, November). Competencies for advancing transformations towards sustainability. *Frontiers in Education*, 6, 785163. <https://doi.org/10.3389/educ.2021.785163>
- Setiawan, A., & Indriani, D. (2025). Program Buna Sehat sebagai strategi promosi kesehatan partisipatif untuk pencegahan stunting. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 82-94.
- Zunaidi, A. (2024). *Metodologi pengabdian kepada masyarakat pendekatan praktis untuk memberdayakan komunitas*.