



OPTIMALISASI KONVERGENSI STUNTING DI KELURAHAN WONOREJO MELALUI EDUKASI ANEMIA DAN PEMBERIAN BUKU PROGRAM NUTRIMENU

Afra Nurul Fadhila^{1)*}, Farah Dina Alifah²⁾, Fuad Najib³⁾, Lutfi Ziddan Fahriza⁴⁾, Muhamad Fuat Asnawi⁵⁾

¹⁾Universitas Sains Al-Qur'an, Wonosobo, Indonesia

fuatasnawi@unsiq.ac.id

Dimasukkan : 22 Agustus 2025 | **Diterima** : 26 Desember 2025 | **Diterbitkan** : 31 Desember 2025

Abstrak: Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan penanganan konvergen. Kegiatan Kuliah Pengabdian Masyarakat angkatan 51 UNSIQ Wonosobo ini bertujuan untuk mengoptimalkan upaya pencegahan stunting di Kelurahan Wonorejo melalui edukasi anemia dan pemberian Buku Program Nutrimenu. Metode pelaksanaan meliputi observasi, koordinasi dengan pemangku kepentingan, serta serangkaian kegiatan intervensi seperti penyelenggaraan posyandu remaja, sosialisasi anemia di sekolah dasar (SDN Wonorejo), dan workshop pencegahan stunting berbasis program SIGAP (Stunting, Integrasi, Generasi, Aman, Produktif) untuk kader dan perangkat kelurahan. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat, khususnya remaja dan kader kesehatan, mengenai pentingnya pencegahan anemia sebagai langkah strategis menekan angka stunting. Pemberian Buku Nutrimenu sebagai pedoman praktis menyusun menu sehat diharapkan dapat mendukung keberlanjutan intervensi gizi di tingkat rumah tangga. Disimpulkan bahwa pendekatan edukatif yang partisipatif dan pemberian media edukasi yang aplikatif efektif dalam mengoptimalkan konvergensi pencegahan stunting.

Kata Kunci: pengabdian masyarakat; stunting; edukasi

Abstract: *Stunting is a public health issue that requires convergent management. The Community Service Lecture program, conducted by the 51st batch of UNSIQ Wonosobo, aims to optimize stunting prevention efforts in Wonorejo Village through anemia education and the distribution of Nutrimenu Program Books. Stunting is a public health issue that requires convergent handling. This community service activity aimed to optimize stunting prevention efforts in Wonorejo Village through anemia education and the distribution of the Nutrimenu Program Book. The methods included observation, coordination with stakeholders, and a series of intervention*





activities such as organizing a youth posyandu (integrated health service post), anemia socialization at an elementary school (SDN Wonorejo), and a SIGAP-based stunting prevention workshop (Stunting, Integration, Generation, Safe, Productive) for cadres and village officials. The results showed an increase in public understanding and awareness, particularly among adolescents and health cadres, regarding the importance of preventing anemia as a strategic step to reduce stunting rates. The distribution of the Nutrimenu Book as a practical guide for preparing healthy menus is expected to support the sustainability of nutritional interventions at the household level. It was concluded that a participatory educational approach and the provision of applicable educational media are effective in optimizing the convergence of stunting prevention.

Keywords: *community service; stunting; education*

1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia. Kondisi ini merupakan kegagalan pertumbuhan linear anak yang ditandai dengan tinggi badan di bawah standar usianya akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan pola asuh yang kurang optimal, terutama pada periode 1000 hari pertama kehidupan (HPK) (WHO, 2024). Data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan bahwa pada tahun 2023 sebanyak 21,5% dan turun menjadi 19,8% pada tahun 2024 (SSGI, 2024).

Upaya percepatan penurunan stunting telah dilakukan pemerintah melalui berbagai program, termasuk intervensi gizi spesifik seperti pemberian makanan tambahan (PMT), tablet tambah darah, hingga edukasi gizi bagi remaja, ibu hamil, ibu menyusui, dan balita (Kemenkes RI, 2024). Namun, efektivitas program seringkali dipengaruhi oleh faktor pendukung maupun penghambat, antara lain keterbatasan pengetahuan orang tua, rendahnya kualitas layanan posyandu, minimnya pendanaan, serta pola asuh anak yang belum sesuai. Oleh karena itu, strategi

yang bersifat konvergen sangat diperlukan agar Upaya penurunan stunting dapat optimal (Herawati et al., 2025).

Beberapa studi pengabdian Masyarakat menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan kesadaran perubahan perilaku. Misalnya, program Dapur Sehat Atasi Stunting (DASHAT) berhasil meningkatkan status gizi balita melalui penyediaan makanan bergizi seimbang yang dikelola kader desa. Demikian pula kegiatan lomba cipta menu PMT dan penyuluhan gizi terbukti meningkatkan kreativitas serta kesadaran keluarga dalam pemenuhan nutrisi (Hidayat et al., 2022).

Selain masalah gizi makro, stunting erat juga kaitannya dengan anemia terutama pada remaja putri dan ibu hamil. Anemia menurunkan Cadangan zat besi dan kualitas kesehatan ibu, yang pada akhirnya meningkatkan risiko melahirkan bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) dan stunting. Oleh karena itu, edukasi mengenai pencegahan anemia merupakan bagian penting dari intervensi konvergensi stunting (Rahmati et al., 2020).

Buku program nutrimenu dapat menjadi media edukasi yang aplikatif dalam



mendukung konvergensi stunting. Dengan menyediakan panduan menu bergizi seimbang sesuai kebutuhan lokal. Buku ini membantu ibu dan keluarga dalam menyusun pola makan sehat, memperkuat edukasi gizi, serta memastikan keberlanjutan intervensi di tingkat rumah tangga (Kristina et al., 2023). Penggunaan media edukasi seperti ini terbukti meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang, pola asuh, dan kesehatan lingkungan (Laili et al., 2019).

Walaupun di Kelurahan Wonorejo tingkat stunting tergolong rendah, masih perlu menerapkan upaya preventif, dengan program yang telah dilakukan melalui edukasi tablet tambah darah di posyandu remaja, sosialisasi anemia dan tablet tambah darah di kelas enam SDN Wonorejo, serta workshop stunting dan pemberian buku Program Nutrimenu kepada kader di setiap RW. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran keluarga, mengurangi angka anemia pada ibu, serta memperbaiki status gizi anak, sehingga prevalensi stunting dapat ditekan secara berkelanjutan.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan kuliah pengabdian masyarakat (KPM) angkatan 51 yang diselenggarakan oleh BP KPM dan LP3M Universitas Sains Al-Qur'an (UNSIQ) di Wonosobo. Lokasi kegiatan kelompok 47 berada di Kelurahan Wonorejo, Kecamatan Selomerto, Kabupaten Wonosobo. Kelurahan Wonorejo terdiri dari 6 RW dimana RW 1 adalah Losari, RW 2 Karang Sari, RW 3 dan 4 Ngampel, RW 5 Serang, serta RW 6 Ngampel Wetan. Dengan jangka waktu selama 40 hari. Kegiatan ini menggunakan pendekatan observasi, kegiatan ini merupakan bentuk pengabdian kepada

Masyarakat, observasi, sekaligus riset terhadap beberapa program KPM khususnya program pencegahan stunting.

Proses pelaksanaan diawali dengan tahap persiapan, yaitu koordinasi antara tim KPM dengan pihak pemerintah kelurahan dan kader posyandu untuk mengidentifikasi permasalahan utama terkait stunting. Pada tahap ini juga dilakukan observasi awal serta pengumpulan informasi mengenai kasus stunting di wilayah Wonorejo. Selanjutnya, tim KPM Menyusun materi edukasi tentang stunting, anemia, dan gizi seimbang. Selain itu tim KPM bekerjasama dengan GENRE Wonosobo untuk memperoleh buku program nutrimenu sebagai media edukasi yang berisi panduan menu sehat berbasis kebutuhan keluarga.

Tahap berikutnya adalah pelaksanaan kegiatan inti, yang dilaksanakan secara partisipatif dengan subjek kegiatan remaja dengan usia 12-24 tahun sebelum menikah (khususnya remaja putri yang memasuki usia siap menikah), kader posyandu, tokoh masyarakat, dan perangkat kelurahan. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan, diskusi, dan praktik langsung. Edukasi ini difokuskan pada hubungan anemia dengan stunting, pentingnya konsumsi tablet tambah darah, serta cara memilih bahan pangan lokal sebagai sumber gizi seimbang. Pada saat yang sama, dilakukan distribusi Buku Program Nutrimenu dan pendampingan dalam penggunaannya. Melalui workshop yang melibatkan kader dan kelurahan, guna meningkatkan kapasitas mereka dalam memberikan edukasi dan pemantauan gizi di tingkat RT/RW.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pencegahan Stunting Melalui posyandu remaja





Kegiatan posyandu remaja dilaksanakan di kampung Losari pada hari Minggu tanggal 27 Juli 2025, dengan kegiatan yang dilakukan meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkar perut, lingkar lengan, pengukuran tekanan darah, sosialisasi anemia dan tablet tambah darah, serta senam bersama. Tujuan dari kegiatan ini pemantauan dan pencegahan stunting melalui remaja yang berusia siap menikah.

- 1) Pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkar perut, lingkar lengan, dan tekanan darah



Gambar 1. Pengukuran Tinggi Badan di Posyandu Remaja



Gambar 2. Pengukuran Berat Badan di Posyandu Remaja



Gambar 3. Pengukuran Lingkar Badan di Posyandu Remaja



Gambar 4. Pengukuran Lingkar Lengan di Posyandu Remaja



Gambar 5. Pengukuran Tekanan Darah di Posyandu Remaja

Pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkar perut, lingkar lengan, dan tekanan darah bertujuan untuk memantau pertumbuhan fisik

remaja dalam tahap awal pencegahan stunting (Kemenkes Yogyakarta, 2023).

Data yang didapatkan dari seluruh peserta posyandu remaja berusia 14-18 tahun menunjukkan hasil normal dengan tinggi badan rata-rata berkisar antara 150-175 cm. untuk berat badan didapatkan rata-rata 46-54. Lingkar perut didapatkan rata-rata <80 cm untuk Perempuan dan <90 cm untuk laki-laki. Lingkar lengan sekitar 23,5 cm, serta tekanan darah berkisar antara 120/80 MmHg.

2) Sosialisasi Anemia dan Tablet Tambah Darah



Gambar 6. Sosialisasi Anemia dan Tablet Tambah Darah di Posyandu Remaja

Kegiatan sosialisasi anemia dan tablet tambah darah merupakan salah satu upaya edukatif yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat khususnya remaja, dikarenakan jika terkena anemia sedari remaja maka akan berpotensi untuk melahirkan anak yang stunting

3) Melakukan Kegiatan Senam Bersama



Gambar 7. Senam Bersama Remaja

Tujuan pelaksanaan senam remaja terkait anemia tidak hanya sekadar aktivitas fisik, tetapi juga bagian dari intervensi promotif-preventif dalam kesehatan remaja putri, mengingat ciri-ciri anemia yaitu 5L (Lemah, Letih, Lesu, Lelah, Lunglai). Beberapa tujuan spesifiknya antara lain meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan penyerapan oksigen dalam darah, mendukung peningkatan nafsu makan, meningkatkan kesadaran tentang gaya hidup sehat. mencegah dampak anemia pada prestasi akademik dan reproduksi (Pertiwi et al., 2022).

b. Sosialisai Anemia Melalui Lembaga Pendidikan



Gambar 8. Sosialisasi Anemia Siswa Kelas Enam SD Negeri Wonorejo

Pelaksanaan sosialisasi dilakukan oleh mahasiswa KPM dengan audien siswa kelas enam SD Negeri Wonorejo dengan tema sosialisai difokuskan pada pencegahan anemia dan pentingnya konsumsi tablet tambah darah (TTD). Kegiatan diawali dengan pengenalan diri berupa permainan singkat agar siswa merasa nyaman dan termotivasi. Setelah itu, mahasiswa menyampaikan materi sosialisai mengenai apa itu anemia, gejala yang dapat dirasakan, serta dampaknya bagi kesehatan, terutama bagi remaja putri yang beresiko tinggi mengalami anemia. Penjelasan diberikan dengan Bahasa sederhana, dilengkapi dengan gambar ilustratif dan contoh nyata dengan kehidupan sehari-hari.

Mahasiswa juga menjelaskan tentang edukasi pentingnya tablet tambah darah: apa manfaatnya, siapa saja yang harus mengonsumsinya, serta penggunaannya. Agar siswa lebih mudah memahami, mahasiswa menggunakan media visual seperti poster dan permainan interaktif. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan diskusi, kuis sederhana, dan tanya jawab seputar makanan bergizi untuk membantu mencegah anemia. Untuk memotivasi partisipasi, siswa yang aktif diberikan hadiah kecil.

c. Workshop pencegahan stunting melalui program SIGAP (Stunting, Intregasi, Generasi, Aman, Produktif)



Gambar 9. Workshop Pencegahan Stunting melalui Program SIGAP di Kelurahan Wonorejo

Kegiatan workshop ini merupakan bagian dari rangkaian program Kuliah Pengabdian Masyarakat (KPM). Workshop difokuskan pada pencegahan stunting melalui pendekatan terintegrasi yang dikemas dalam program SIGAP (Stunting, Integrasi, Generasi, Aman, Produktif). Program ini ditujukan kepada perangkat kelurahan dan kader disetiap RW.

Workshop diawali dengan paparan materi oleh mahasiswa KPM dengan menjelaskan tentang stunting: pengertian, penyebab, dampak jangka panjang, serta strategi pencegahannya. Penjelasan dikaitkan dengan kondisi nyata di wilayah setempat, sehingga peserta merasa lebih dekat dengan permasalahan yang dibahas. Selanjutnya, mahasiswa memperkenalkan konsep SIGAP, yaitu sebuah pendekatan yang mengintegrasikan upaya pencegahan stunting melalui penguatan gizi keluarga, edukasi kesehatan reproduksi, serta pembentukan generasi muda yang produktif.

Workshop ditutup dengan penyerahan Buku Nutrimenu kepada kader posyandu di setiap RW. Penyerahan dilakukan oleh Ketua PKK Kelurahan Wonorejo. Dalam isi buku tersebut berisi tentang resep makanan



sehat sesuai isi piringku yang telah disesuaikan dengan kebutuhan nutrisi individu selama 30 hari dengan menu yang berbeda.

Workshop pencegahan stunting dan pemberian buku resep makanan sehat dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai stunting serta cara pencegahannya melalui pola makan bergizi seimbang. Dalam kegiatan ini, peserta diberikan edukasi tentang pentingnya gizi sejak dini sekaligus dilatih menyusun menu sehat berbasis pangan lokal dengan panduan Buku Nutrimenu. Pemberian buku resep makanan sehat diharapkan dapat menjadi pedoman praktis bagi keluarga dalam menyediakan makanan bergizi sehari-hari, memperkuat peran kader posyandu dan orang tua, serta membangun komitmen bersama untuk menekan angka stunting di Kelurahan Wonorejo.

3. KESIMPULAN

strategi konvergensi melalui edukasi anemia dan pemberian Buku Nutrimenu efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kapasitas masyarakat Kelurahan Wonorejo untuk mencegah stunting. Pendekatan partisipatif yang menasar remaja, kader, dan perangkat kelurahan berhasil mensosialisasikan pentingnya gizi dan pencegahan anemia. Buku Nutrimenu terbukti menjadi media edukasi yang praktis untuk mendukung pola makan sehat di tingkat rumah tangga. Keberlanjutan program dan monitoring jangka panjang diperlukan untuk memastikan dampaknya terhadap penurunan prevalensi stunting.

4. REFERENSI

Herawati, A. R., Dwimawanti, I. H., Sari,

N. H., Maesaroh, & Pradana, A. E. (2025). Policy advocacy for stunting prevention in Indonesia. *International Journal of Innovative Research and Scientific Studies*, 8(4), 1398–1408. <https://doi.org/10.53894/ijirss.v8i4.8091>

Hidayat, M., Khaki, S., Afifah, N., Agil Azkiya, C., Khasanah, L., Raichatul Janah, F., Rumiati, L., Azkiyati Zahroh, F., Ermanto, H., & Zainurrohaman, A. (2022). *Servis : Jurnal Pengabdian dan Layanan Kepada Masyarakat Pencegahan Kasus Stunting melalui Program Dapur Sehat Stunting (DASHAT) di Desa Tambi*.

Kemendes RI. (2024). *Katalog Data - Layanan Permintaan Data | Kementerian Kesehatan RI*. <https://layanandata.kemkes.go.id/katalog-data/riskesda/ketersediaan-data/riskesda-2018>

Kemendes Yogyakarta, P. (2023). *PANDUAN PANDUAN POSYANDU REMAJA POSYANDU REMAJA*.

Kristina, E., Veda Adiwena, I., Azizah, A., Irziq, M., Rafi, M., Fandika, D., Dermawan, A., Septyawati, R., Ikhsan Ajie, M., Dwi Cahyono, B., Kelompok, K., Jember, U., Kalimantan, J., Pembimbing Lapang KKN Kelompok, D., & Korespondensi, P. (2023). *KKN UMD: Pemberdayaan Masyarakat Melalui Program Penurunan Angka Stunting di Desa Pager Kecamatan Purwosari Kabupaten Pasuruan*. <https://kiatjcd.com/ojs/index.php/kjcd>

Laili, U., Ariesta, R., Andriani, D., Masyarakat, P., & D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ipteks* (Vol.





- 5, Issue 1).
- Pertiwi, D., Wahyuningtyas, W., & Anisah Makkiyah, F. (2022). *Hubungan Karakteristik Sosiodemografi, Pengetahuan, dan Praktik Personal Hygiene dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Desa Sirnagalih*. *Relationship of Sociodemographic Characteristics, Knowledge, and Practice of Personal Hygiene with Anemia Incidenc.* <https://doi.org/10.25311/keskom.Vol8.Iss2.1218>
- Rahmati, S., Azami, M., Badfar, G., Parizad, N., & Sayehmiri, K. (2020). The relationship between maternal anemia during pregnancy with preterm birth: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, 33(15), 2679–2689. <https://doi.org/10.1080/14767058.2018.1555811>,
- SSGI. (2024). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 - Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK Kemenkes.* <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2024/>
- WHO. (2024). *WORLD HEALTH ORGANIZATION STUNTING IN FOCUS.*

