

## *Improving the quality of life of the people in Dukoh Kidul, Candisari Village, Magelang Regency*

Heni Setyowati Esti Rahayu✉, Dwi Rahayu Sulistyorini, Nining Setiyo Apriyani,  
Whanovita Prima Listiany, Thoriq Kurniawati  
Universitas Muhammadiyah Magelang, Magelang, Indonesia

✉ [henisetyowati@ummgl.ac.id](mailto:henisetyowati@ummgl.ac.id)

 <https://doi.org/10.31603/ce.6678>

### **Abstract**

*Adequacy of nutrition and food is an indicator of the success of a nation's development. One of the nutritional problems that is still quite high in Indonesia is stunting in toddlers with rates that are still relatively high. Magelang Regency is one of the contributors to the high number of stunting cases in Central Java province, including Candisari Village, Windusari District. It is hoped that this Integrated Community Service Activity (PPMT) will have an impact on the Candisari village community in reducing malnutrition rates. The series of activities carried out included training for posyandu cadres in handling stunting, education for couples in early marriage, education for mothers with toddlers aged 0-5 years about nutritional problems in overcoming stunting and making complementary foods, and gymnastics. Through these activities, the knowledge of cadres increases so that services at the posyandu get better. In addition, teenagers are increasingly aware of the dangers of early marriage and children are motivated to exercise and like to eat fish as a source of protein to support children's growth.*

**Keywords:** *Nutrition problems; Stunting; Toddlers*

## **Peningkatan kualitas hidup masyarakat di Dukoh Kidul, Desa Candisari, Kabupaten Magelang**

### **Abstrak**

Kecukupan gizi dan pangan merupakan indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Salah satu masalah gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pendek (*stunting*) pada balita. Angka *stunting* di Indonesia saat ini masih tergolong tinggi. Kabupaten Magelang merupakan salah satu penyumbang tingginya kasus *stunting* di provinsi Jawa Tengah, termasuk Desa Candisari, Kecamatan Windusari. Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu (PPMT) ini diharapkan akan berdampak bagi masyarakat Desa Candisari menurunkan angka kekurangan gizi. Rangkaian kegiatan yang dilaksanakan adalah berupa pelatihan Kader Posyandu dalam penanganan *stunting*, edukasi pada pasangan pernikahan usia dini, edukasi terhadap ibu dengan balita usia 0-5 tahun tentang masalah gizi dalam penanggulangan *stunting* serta pembuatan MPASI dan senam bersama. Melalui kegiatan tersebut, wawasan kader meningkat sehingga pelayanan di Posyandu semakin baik. Selain itu, para remaja semakin sadar akan bahaya pernikahan dini dan anak-anak termotivasi untuk olah raga dan suka makan ikan sebagai sumber protein untuk mendukung pertumbuhan anak.

**Kata Kunci:** Masalah gizi; *Stunting*; Balita

# 1. Pendahuluan

Kecukupan gizi dan pangan merupakan salah satu faktor terpenting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia, sebagai indikator keberhasilan pembangunan suatu bangsa. Saat ini Indonesia masih menghadapi permasalahan gizi yang berdampak serius terhadap kualitas sumber daya manusia. Salah satu masalah kekurangan gizi yang masih cukup tinggi di Indonesia adalah pendek (*stunting*) pada balita karena Indonesia termasuk negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara (Kementerian Kesehatan RI, 2018a). *Stunting* atau sering disebut pendek adalah kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis dan stimulasi psikososial serta paparan infeksi berulang terutama dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia dua tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2018b). Balita (umur 0-5 tahun) merupakan salah satu sasaran pelayanan kesehatan yang dilakukan oleh bidan. Masa ini sering juga disebut periode emas yang merupakan masa yang sangat penting untuk memperhatikan tumbuh kembang anak secara cermat agar sedini mungkin dapat terdeteksi apabila ada kelainan.

Indonesia saat ini mengalami permasalahan gizi yang kompleks, angka *stunting* di Indonesia saat ini masih tergolong tinggi. World Health Organization (WHO) di tahun 2018 menyebutkan bahwa Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi *stunting* tertinggi di kawasan Asia Selatan dan Tenggara setelah Timor Leste (50,5%) dan India (38,4%) (Kementerian Kesehatan RI, 2018a). Lebih lanjut, Kabupaten Magelang merupakan salah satu penyumbang tingginya kasus *stunting* di provinsi Jawa Tengah. Termasuk di dalamnya Desa Candisari yang menduduki peringkat pertama desa dengan kasus *stunting* tertinggi di Kecamatan Windusari dengan jumlah kasus *stunting* sebesar 117 jiwa pada akhir tahun 2020. Data tersebut menunjukkan masalah kecukupan gizi yang mengkhawatirkan di Desa Candisari.

*Stunting* merupakan salah satu masalah gizi yang diakibatkan oleh kekurangan zat gizi secara kronis. Gambar 1 menunjukkan salah satu balita di Desa Candisari usia 56 bulan dengan tinggi badan hanya 91 cm. *Stunting* pada anak dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan sel-sel syaraf pusat anak sehingga menurunkan kecerdasan intelektual anak (Ginting & Pandiangan, 2019). Berdasarkan beberapa permasalahan di Desa Candisari tersebut maka dilaksanakan Program Pengabdian Pada Masyarakat Terpadu (PPMT) untuk mengatasi masalah kecukupan gizi pada balita di Desa Candisari Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang.



Gambar 1. Balita *stunting* di Desa Candisari

## 2. Metode

---

Metode penyelesaian masalah yang akan dilakukan pada mitra berupa pelatihan, olah raga bersama, pemeriksaan kesehatan bayi dan balita serta pendampingan. Tahapan yang dilakukan pada kegiatan ini sebagai berikut.

- a. Pelatihan kader posyandu  
Pelatihan kader posyandu dalam Penanganan *stunting* dilaksanakan di TPA Dukoh Kidul Desa Candisari Kecamatan Windusari pada tanggal 23 Desember 2021. Materi pelatihan meliputi edukasi tentang masalah gizi dalam penanggulangan *stunting*.
- b. Sosialisasi  
Kegiatan sosialisasi terdiri dari dua kegiatan. Pertama, sosialisasi mengenai bahaya pernikahan dini dengan tema “Peran Generasi Muda dalam Pencegahan *Stunting*” dilaksanakan di TPA Dukoh Kidul Candisari Windusari pada tanggal 23 Desember 2021. Kedua, sosialisasi *stunting* dan pentingnya MPASI dengan sasaran ibu dengan balita usia 0-5 tahun dilaksanakan pada tanggal 28 Desember 2021 di teras rumah Ibu Bayan Dukoh Kidul Desa Candisari.
- c. Senam balita AISUMAKI  
Pada tanggal 28 Desember 2021 dilaksanakan kegiatan olahraga bersama yaitu senam balita AISUMAKI (Anak Indonesia Suka Makan Ikan). Kegiatan dilaksanakan di teras rumah Ibu Bayan Dukoh Kidul Desa Candisari.
- d. Pendampingan  
Pendampingan dilakukan agar program yang sudah diajarkan kepada masyarakat bisa terlaksana sehingga pada saat kegiatan pengabdian oleh tim selesai, masyarakat bisa mandiri melaksanakannya.

## 3. Hasil dan Pembahasan

---

Program pengabdian yang telah dilaksanakan di Dukoh Kidul Desa Candisari Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang terdiri dari kegiatan pelatihan, sosialisasi, senam balita dan pendampingan.

### 3.1. Pelatihan kader posyandu

Pada tanggal 23 Desember 2021 dilaksanakan pelatihan kader posyandu dalam penanganan *stunting*. Kader memiliki peran penting dalam mencegah masalah *stunting* dengan cara melakukan deteksi dini (Megawati & Wiramihardja, 2019). Pelatihan kader posyandu bertempat di TPA Dukoh Kidul dapat dilihat pada Gambar 2. Kegiatan ini dihadiri 18 kader dari Posyandu Melati, Sehati, Amrih Sehat, Ngudi Waluyo dan Sehat Sentosa di Desa Candisari. Kegiatan dibuka oleh Bapak Kepala Desa Candisari dilanjutkan *pre-test* bagi peserta pelatihan kader posyandu selama 15 menit dengan mengerjakan 10 soal. Dilanjutkan pembagian buku modul pelatihan kader posyandu dalam penanganan *stunting* dan penjelasan materi tentang *stunting*, antropometri dan peran kader posyandu dalam penanganan *stunting*. Kemudian sesi tanya jawab dan dilanjutkan dengan *post-test* bagi peserta pelatihan kader posyandu selama 15 menit dengan mengerjakan 10 soal. Soal *pre-test* dan *post-test* sama untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta pelatihan kader posyandu mengenai materi yang disampaikan.

Nilai tertinggi saat *pre-test* ada tiga orang dengan nilai 80 yaitu Jumiwati, Indah Tyana Sari, dan Nurul Ismi. Sedangkan nilai tertinggi saat *post-test* juga ada tiga orang dengan nilai 90 yaitu Wahyuni, Jumiwati dan Nurul Ismi.



Gambar 2. Kegiatan pelatihan kader posyandu

### 3.2. Sosialisasi peran generasi muda dalam pencegahan *stunting*

Kegiatan kedua adalah sosialisasi mengenai bahaya pernikahan dini dengan tema Peran Generasi Muda dalam Pencegahan *Stunting*. Edukasi ini diberikan karena pernikahan dini (menikah < 18 tahun) dapat berpengaruh pada status gizi anak yang dilahirkan. Ibu yang menikah pada usia dini, berisiko memiliki anak berstatus gizi pendek, gizi kurus dan gizi buruk (Khusna & Nuryanto, 2017). Sosialisasi ini dilaksanakan hari yang sama yaitu 23 Desember 2021 setelah kegiatan pelatihan kader posyandu selesai dilaksanakan seperti yang terlihat pada Gambar 3. Kegiatan ini bertempat di TPA Dukoh Kidul. Kegiatan ini dihadiri 28 remaja putra dan putri yang berasal dari Dukoh Kidul, Dukoh Lor, Tosari, Jegedeh dan Pringapus. Kegiatan dimulai dengan pembukaan oleh moderator dan pembagian *leaflet* kemudian penjelasan materi tentang risiko pernikahan dini dan peran remaja dalam pencegahan *stunting*. Setelah penjelasan materi dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta. Selain itu, peserta tampak antusias karena terdapat *doorprize* bagi peserta yang dapat menjawab soal yang diberikan dengan benar.



Gambar 3. Kegiatan sosialisasi pernikahan dini pada remaja

### 3.3. Senam balita AISUMAKI

Kegiatan ketiga adalah senam balita AISUMAKI (Anak Indonesia Suka Makan Ikan) dilaksanakan pada 28 Desember 2021 di teras rumah Ibu Bayan Dukoh Kidul yang dihadiri oleh 27 balita usia 3-5 tahun (Gambar 4). Kegiatan ini dimulai dengan pembukaan kemudian alah gerak senam AISUMAKI sekitar 30 menit, dilanjutkan

dengan pembagian PMT untuk balita. Pengetahuan dalam pemberian MP ASI menjadi sangat penting mengingat banyak terjadi kesalahan dalam praktik pemberiannya, seperti pemberian MP ASI yang terlalu dini pada bayi yang usianya kurang dari 6 bulan (Rahayu et al., 2018). Dalam kegiatan AISUMAKI berisi edukasi promosi gemar makan ikan merupakan upaya yang baik dalam membentuk sikap yang positif pada anak usia sekolah terhadap konsumsi ikan, sehingga bisa mencegah masalah kurang gizi pada balita (Rachmah et al., 2020).



Gambar 4. Kegiatan senam AISUMAKI

### 3.4. Sosialisasi *stunting* dan pentingnya MPASI

Kegiatan sosialisasi kepada ibu yang mempunyai balita usia 0-5 tahun mengusung tema tentang *stunting* dan pentingnya MPASI yang dihadiri oleh 24 peserta. Kegiatan ini seperti yang terlihat pada Gambar 5 dimulai dengan pembukaan dan pembagian *leaflet* dilanjutkan dengan penjelasan materi tentang *stunting* dan pentingnya MPASI. Selanjutnya diskusi dan tanya jawab untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta mengenai materi yang dijelaskan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang permasalahan gizi dan kesehatan anak. Pengetahuan ibu tentang gizi secara signifikan akan menentukan sikap dan perilaku ibu dalam menyediakan makanan untuk anaknya dan dapat menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga dapat menjadi faktor protektif (Septamarini et al., 2019).



Gambar 5. Sosialisasi *stunting* dan pentingnya MPASI

### 3.5. Pendampingan

Program kegiatan selanjutnya yaitu pendampingan dengan memantau kegiatan-kegiatan masyarakat maupun posyandu di Dukoh Kidul (Gambar 6). Pendampingan dilakukan agar program yang sudah diajarkan kepada masyarakat bisa terlaksana

sesuai dengan yang sudah diajarkan sehingga pada saat kegiatan pengabdian oleh tim selesai, masyarakat bisa mandiri melaksanakannya. Kegiatan senam balita tetap dilakukan tiap selesai posyandu dengan dipandu oleh kader-kader posyandu. Saat posyandu, kader-kader posyandu bisa mempraktikkan cara mengukur tinggi badan dan berat badan secara benar. Selain itu, saat posyandu diadakan pula semacam edukasi dari kader terhadap ibu dari balita yang hadir dalam kegiatan posyandu dengan berbekal buku modul pelatihan kader posyandu dalam penanganan *stunting* dan *leaflet* yang telah diberikan. Keterlibatan semua unsur masyarakat secara kolektif juga diperlukan guna meningkatkan gizi anak Indonesia (Teja, 2019).



Gambar 6. Kegiatan pendampingan

## 4. Kesimpulan

---

Kegiatan pengabdian ini sangat bermanfaat untuk mencegah *stunting* di Desa Candisari Kecamatan Windusari Kabupaten Magelang melalui kegiatan yang komprehensif dimulai dari pelatihan kader-kader posyandu dan remajanya diberikan edukasi tentang bahaya akibat pernikahan dini yang bisa berdampak pada meningkatnya *stunting*. Pada ibu dengan anak balita diberikan edukasi dan pelatihan tentang MPASI dan senam sehat AISUMAKI yang mengajak anak-anak aktivitas fisik dan mendorong anak-anak suka makan ikan yang banyak mengandung protein yang baik untuk pertumbuhan.

## Ucapan Terima Kasih

---

Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah memberikan dana dan pendampingan pada kegiatan PPMT ini.

## Daftar Pustaka

---

- Ginting, K. P., & Pandiangan, A. (2019). Tingkat Kecerdasan Intelegensi Anak Stunting. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 1(1), 47-52. <https://doi.org/10.37287/jppp.v1i1.25>
- Kementerian Kesehatan RI. (2018a). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan: Situasi Balita Pendek di Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018b). *Pedoman Strategi Komunikasi Perubahan Perilaku dalam Percepatan Pencegahan Stunting di Indonesia*. Kemenkes RI.
- Khusna, N. A., & Nuryanto. (2017). Hubungan Usia Ibu Menikah Dini dengan Status

- Gizi Batita di Kabupaten Temanggung. *Journal of Nutrition College*, 6(1), 1-10. <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i1.16885>
- Megawati, G., & Wiramihardja, S. (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu dalam Mendeteksi dan Mencegah Stunting. *Dharmakarya*, 8(3), 154-159. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v8i3.20726>
- Rachmah, Q., Indriani, D., Hidayah, S., Adhela, Y., & Mahmudiono, T. (2020). Pendidikan Gizi Gemar Makan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting Di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. *Amerta Nutrition*, 4(2). <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i2.2020.165-170>
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). *Stunting dan Upaya Pencegahannya*. CV. Mine.
- Septamarini, R. G., Widyastuti, N., & Purwanti, R. (2019). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Responsive Feeding Dengan Kejadian Stunting pada Baduta Usia 6-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Bandarharjo, Semarang. *Journal of Nutrition College*, 8(1), 9-20. <https://doi.org/10.14710/jnc.v8i1.23808>
- Teja, M. (2019). Stunting Balita Indonesia dan Penanggulangannya. *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI*, 11(22), 13-18.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License

---