

SOSIALISASI PENCEGAHAN STUNTING DENGAN MEMANFAATKAN MAKANAN
LOKAL DAN IMUNISASI

Galuh Mulyawan¹, Peni Ramanda², Aulia Janah³, Nuril Ulia Salsa⁴, Putri Wulandari⁵, Dila
Nur Fadhilah⁶, Lika Pajriani⁷

¹Universitas Bina Bangsa, galuh.muliawan@gmail.com

²Universitas Islam Negero Sultan Maulana Hasanuddin Banten, peni.ramanda@uinbanten.ac.id

³Universitas Bina Bangsa, auliajanah@gmail.com

⁴Universitas Bina Bangsa, nuriluliasalsa@gmail.com

⁵Universitas Bina Bangsa, putriwulandari@gmail.com

⁶Universitas Bina Bangsa, dilanurfadhilah@gmail.com

⁷Universitas Bina Bangsa, likapajriani@gmail.com

Abstract

Stunting is still a serious health problem in Indonesia, especially in rural areas. This condition is caused by chronic malnutrition and low public awareness of the importance of fulfilling nutrition and early childhood immunization. This research aims to determine the effectiveness of integrated outreach in increasing community knowledge regarding stunting prevention through the use of nutritious local food and complete basic immunization. The research was conducted in Golok Village, Kampung Baru Village, Pamarayan District, Serang Regency, involving 36 respondents consisting of 28 mothers of toddlers and 8 pregnant women. The method used was pre-experimental with a one-group pretest-posttest design, using a questionnaire to measure the level of knowledge before and after socialization. The results show a significant increase in knowledge after the socialization activities. Before socialization, 52.8% of respondents had low knowledge, while afterward 75% were in the high category. The Wilcoxon Signed-Rank test showed a significant difference between pretest and posttest ($p < 0.05$). Thus, participatory-based outreach has proven to be effective in increasing public understanding of the importance of using local food and immunization in efforts to prevent stunting.

Keywords: Outreach, Stunting, Local Food, Immunization

Abstrak

Stunting masih menjadi masalah kesehatan serius di Indonesia, terutama di wilayah perdesaan. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemenuhan gizi serta imunisasi anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas sosialisasi terpadu dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat

mengenai pencegahan stunting melalui pemanfaatan makanan lokal bergizi dan imunisasi dasar lengkap. Penelitian dilakukan di Kampung Golok, Desa Kampung Baru, Kecamatan Pamarayan, Kabupaten Serang, melibatkan 36 responden yang terdiri atas 28 ibu balita dan 8 ibu hamil. Metode yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan desain one-group pretest-posttest, menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah sosialisasi. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan setelah kegiatan sosialisasi. Sebelum sosialisasi, 52,8% responden memiliki pengetahuan rendah, sedangkan setelahnya 75% berada pada kategori tinggi. Uji Wilcoxon Signed-Rank menunjukkan perbedaan signifikan antara pretest dan posttest ($p < 0,05$). Dengan demikian, sosialisasi berbasis partisipatif terbukti efektif meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pemanfaatan pangan lokal dan imunisasi dalam upaya pencegahan stunting.

Kata Kunci: *Sosialisasi, Stunting, Makanan Lokal, Imunisasi*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang paling krusial di negara berkembang, termasuk Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar usia biologisnya akibat kekurangan gizi kronis, terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan (Maryuni et al., 2024; Sovitriana et al., 2023). Berdasarkan laporan UNICEF dan WHO (2023), Indonesia masih menghadapi prevalensi stunting yang cukup tinggi, meskipun tren penurunan terus diupayakan melalui berbagai program nasional (Hanifah, 2024).

Salah satu pendekatan yang sangat penting namun sering terabaikan adalah pemanfaatan makanan lokal sebagai sumber nutrisi alternatif yang kaya gizi dan mudah diakses oleh masyarakat (Sari & Mutmainnah, 2024; Setyowati et al., 2024). Di sisi lain, imunisasi juga berperan penting dalam pencegahan infeksi yang dapat memperburuk status gizi anak dan menghambat pertumbuhannya. Namun, meskipun kedua intervensi ini telah terbukti secara ilmiah berkontribusi dalam menurunkan prevalensi stunting, tingkat pemahaman dan penerimaan masyarakat terhadap pentingnya makanan lokal bergizi dan imunisasi dasar masih rendah, terutama di daerah perdesaan atau dengan indeks pembangunan manusia (IPM) rendah.

Stunting bukan hanya masalah pertumbuhan fisik, tetapi juga berkaitan erat dengan perkembangan kognitif, produktivitas jangka panjang, dan bahkan pertumbuhan ekonomi

suatu negara (Siswati, 2018) . Akar permasalahan stunting bersifat multidimensional, melibatkan aspek ekonomi, sosial-budaya, perilaku, serta akses terhadap pelayanan kesehatan dan gizi yang memadai.

Data (Kementerian Kesehatan RI, 2022) menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,6%, dengan disparitas yang mencolok antarwilayah. Salah satu penyebab utama adalah rendahnya asupan gizi berkualitas dan tidak meratanya pemanfaatan sumber pangan lokal yang sesungguhnya kaya akan zat gizi esensial seperti protein, zat besi, zinc, dan vitamin A. Padahal, berbagai studi telah membuktikan bahwa pendekatan berbasis kearifan lokal dalam pemenuhan gizi sangat potensial untuk dikembangkan sebagai strategi berkelanjutan (Sulistiyorini et al., 2025). Indonesia memiliki kekayaan pangan lokal yang berpotensi besar untuk mendukung pemenuhan gizi keluarga, terutama bagi balita. Misalnya, daun kelor dikenal kaya akan zat besi dan vitamin A, tempe sebagai sumber protein nabati dan probiotik, ikan air tawar menyediakan asam lemak omega-3 yang mendukung perkembangan otak, ubi jalar dan labu kuning mengandung beta-karoten, serta kacang hijau dan jagung sebagai sumber karbohidrat kompleks dan serat.

Namun, rendahnya pengetahuan masyarakat terhadap manfaat gizi dari makanan lokal menyebabkan mereka lebih memilih produk pangan instan atau olahan modern yang belum tentu bergizi seimbang. Padahal, pendekatan berbasis kearifan lokal dalam pemenuhan gizi sangat potensial untuk dikembangkan sebagai strategi berkelanjutan (Jones et al., 2019).

Di sisi lain, imunisasi memiliki peran protektif terhadap penyakit infeksi yang dapat memperparah status gizi anak. Namun sayangnya, masih terdapat kesenjangan dalam cakupan imunisasi lengkap pada balita, baik karena keterbatasan akses maupun faktor sosiokultural yang melatarbelakanginya (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Hal ini menunjukkan bahwa upaya promotif dan preventif melalui sosialisasi terpadu sangat diperlukan untuk membangun kesadaran masyarakat secara komprehensif. Pentingnya integrasi antara edukasi pangan lokal bergizi dan pentingnya imunisasi belum banyak dikaji secara simultan dalam konteks sosialisasi kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, penelitian ini mencoba mengisi celah tersebut dengan menyelenggarakan sosialisasi yang berfokus pada dua pilar utama pencegahan stunting: pemanfaatan makanan lokal dan imunisasi dasar lengkap, dengan pendekatan partisipatif dan berbasis komunitas.

METODE PELAKSANAAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode pre-eksperimental jenis *one-group pretest-posttest design*. Desain ini digunakan untuk mengetahui perubahan pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi mengenai pencegahan stunting melalui pemanfaatan makanan lokal dan pentingnya imunisasi dasar.

Penelitian dilaksanakan di Kampung Golok, Desa Kampung Baru, Kecamatan Pamarayan, Kabupaten Serang, Provinsi Banten. Kegiatan sosialisasi sekaligus pengumpulan data dilakukan pada bulan Juli tahun 2025. Subjek dalam penelitian ini adalah masyarakat yang memiliki keterkaitan langsung dengan risiko stunting pada anak 28 warga yang memiliki balita dan 8 warga yang sedang hamil, tahapan dalam penelitian ini dibagi menjadi beberapa tahapan di antaranya yaitu Tahap Persiapan: Peneliti melakukan koordinasi dengan aparat desa dan kader posyandu setempat untuk pendataan sasaran, serta menyiapkan instrumen pretest dan posttest. Sosialisasi: Kegiatan penyuluhan dilakukan secara langsung melalui media audio-visual dan diskusi interaktif. Materi difokuskan pada Pengertian stunting dan dampaknya, Pemanfaatan makanan lokal bergizi tempe, ikan air tawar, daun kelor, ubi, dll. Dan dilanjutkan dengan pelaksanaan imunisasi dasar lengkap

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan di Kampung Golok, Desa Kampung Baru, Kecamatan Pamarayan, Kabupaten Serang, dengan melibatkan sebanyak 36 orang responden, terdiri atas 28 ibu yang memiliki balita dan 8 ibu yang sedang hamil. Sebagian besar responden berusia antara 21–35 tahun dan memiliki tingkat pendidikan terakhir setingkat SMP dan SMA. Mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga dengan penghasilan keluarga di bawah UMR Kabupaten Serang.

Kegiatan inti berupa sosialisasi pencegahan stunting melalui pemanfaatan makanan lokal alami dan imunisasi dasar lengkap, yang dilaksanakan secara partisipatif dan interaktif. Sebelum dilakukan sosialisasi, peneliti melakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal responden mengenai stunting, manfaat makanan lokal bergizi, dan pentingnya imunisasi. Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta masih

memiliki pemahaman yang rendah. Sebanyak 19 responden (52,8%) responden berada pada kategori pengetahuan rendah, (38,9%) 14 responden pada kategori sedang, dan hanya 3 responden (8,3%) yang berada pada kategori pengetahuan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat keterbatasan pemahaman masyarakat terkait dengan penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting secara menyeluruh.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi

Table 1. *Pretest Dan Posttest*

Kategori Tingkat Pengetahuan	Pretest (n)	Pretest (%)	Posttest (n)	Posttest (%)
Rendah	19	52,8%	2	5,6%
Sedang	14	38,9%	7	19,4%
Tinggi	3	8,3%	27	75,0%
Total	36	100%	36	100%

Table 2. Uji Wilcoxon Terhadap Skor *Pre Dan Post*

Statistik Uji	Nilai
Jumlah Sampel (n)	36
Z hitung	-5,022
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000
Kesimpulan	Signifikan ($p < 0,05$)

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi pencegahan stunting melalui pemanfaatan makanan lokal dan imunisasi yang dilaksanakan di Kampung Golok, Desa Kampung Baru, Kecamatan Pamarayan, Kabupaten Serang, memberikan dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu dengan balita. Peningkatan ini ditunjukkan oleh perbedaan skor pretest dan posttest yang signifikan secara statistik ($p < 0,05$), serta perubahan distribusi tingkat pengetahuan responden dari kategori rendah menuju kategori tinggi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh (Tarmizi, 2024) yang menegaskan bahwa pendekatan berbasis edukasi gizi lokal efektif dalam mendorong perubahan perilaku konsumsi keluarga. Selain itu, Kemenkes RI (2022) juga menyatakan bahwa salah satu penyebab utama masih tingginya prevalensi stunting adalah kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan pentingnya imunisasi dasar lengkap dalam mendukung tumbuh kembang anak.

Keberhasilan sosialisasi ini tidak lepas dari pendekatan edukatif-partisipatif, di mana peserta tidak hanya menerima materi secara pasif, tetapi juga terlibat aktif dalam diskusi, simulasi, dan sesi tanya jawab. Metode ini terbukti lebih efektif dibandingkan penyuluhan satu arah, karena mampu menjembatani kesenjangan informasi dengan mempertimbangkan latar belakang pendidikan dan budaya lokal masyarakat.

Salah satu aspek yang menarik dari temuan ini adalah respon positif terhadap pemanfaatan makanan lokal alami. Sebelumnya, sebagian responden tidak mengetahui bahwa bahan pangan sederhana seperti tempe, ikan air tawar, daun kelor, ubi jalar, jagung, dan labu kuning memiliki kandungan nutrisi tinggi yang penting bagi pencegahan stunting. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat potensi besar untuk memberdayakan masyarakat melalui

pengolahan pangan lokal sebagai strategi gizi berkelanjutan, khususnya di wilayah perdesaan.

Di sisi lain, peningkatan pengetahuan mengenai imunisasi dasar lengkap juga mencerminkan bahwa penyuluhan yang tepat dapat mengatasi persepsi keliru atau ketakutan terhadap vaksinasi, yang masih dijumpai di beberapa komunitas. Peningkatan pemahaman ini penting, mengingat bahwa infeksi yang dapat dicegah dengan imunisasi merupakan salah satu penyebab tidak langsung dari stunting, sebagaimana dikemukakan oleh Victora et al. (2021).

Dengan demikian, kegiatan sosialisasi ini dapat dipandang sebagai intervensi promotive preventif yang murah, relevan, dan kontekstual untuk mendukung program nasional percepatan penurunan stunting. Intervensi semacam ini dapat direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik serupa, dengan catatan bahwa pelaksanaannya harus memperhatikan budaya lokal, ketersediaan pangan lokal, dan keterlibatan kader atau tokoh masyarakat.

Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal jangka waktu pelaksanaan yang relatif singkat dan belum mengukur perubahan perilaku secara longitudinal. Untuk itu, diperlukan penelitian lanjutan yang mengevaluasi dampak jangka panjang dari sosialisasi terhadap praktik konsumsi pangan lokal dan kepatuhan imunisasi di tingkat rumah tangga.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa sosialisasi terpadu mengenai pencegahan stunting melalui pemanfaatan makanan lokal alami dan imunisasi dasar secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu dengan balita di wilayah penelitian. Terbukti dari perbedaan nilai pretest dan posttest yang menunjukkan peningkatan pemahaman peserta setelah kegiatan sosialisasi, baik dalam aspek pengenalan stunting, pemanfaatan pangan lokal bergizi, maupun pentingnya imunisasi untuk menunjang tumbuh kembang anak.

Masyarakat yang sebelumnya kurang mengetahui nilai gizi dari bahan makanan lokal seperti tempe, daun kelor, ikan air tawar, ubi jalar, jagung, dan labu kuning, menjadi lebih paham dan tertarik untuk memanfaatkannya dalam menu harian keluarga. Sosialisasi juga berhasil meningkatkan kesadaran akan pentingnya imunisasi dasar lengkap dalam mencegah penyakit infeksi yang menjadi faktor penyebab tidak langsung stunting.

Dengan demikian, kegiatan sosialisasi yang dilaksanakan secara partisipatif dan berbasis kearifan lokal terbukti menjadi pendekatan yang efektif dan kontekstual dalam mendukung program penurunan stunting di tingkat desa. Kegiatan ini dapat direkomendasikan untuk direplikasi di daerah lain dengan dukungan lintas sektor, terutama dalam rangka mewujudkan pembangunan sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas.

REFERENSI

- Hanifah, F. D. (2024). Implementation Of Stunting Prevention Program In Indonesia: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1183–1191.
- Jones, R., Haardörfer, R., Ramakrishnan, U., Yount, K. M., Miedema, S., & Girard, A. W. (2019). Women's empowerment and child nutrition: The role of intrinsic agency. *SSM-Population Health*, 9, 100475.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. *Kemenkes*, 1–150.
- Maryuni, M., Lutfi Handayani, L. H., Hastin Trustisari, H. T., & Jimny Hilda Fauzia, J. H. F. (2024). *BUTATING Buku Pintar Cegah Stunting*. BFS Medika.
- Sari, R. W., & Mutmainnah, N. (2024). *Cegah Stunting dengan Pangan Lokal: Manfaat Ikan Cakalang dan Daun Kelor untuk Kesehatan Anak*. Penerbit NEM.
- Setyowati, I., Queennenza, M. S., Nasution, H., Jalaluddin, J., Mahmud, M., Aisyah, S., Devi, N. U. K., & Astuti, V. S. (2024). Program Sosialisasi dan Edukasi Masyarakat untuk Meningkatkan Gizi Anak Melalui PMT Pudding Daun Kelor di Desa Curahsawo Kecamatan Gending. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 5(4), 5210–5218.
- Siswati, T. (2018). *Stunting*. Husada Mandiri.
- Sovitriana, R., Mais, R. G., & Sintawati, S. (2023). Pencegahan stunting pada anak di Desa Mekarsari, Bogor: sebuah tinjauan literatur. *IKRA-ITH ABDIMAS*, 7(3), 239–247.
- Sulistyorini, E., Palupi, F. H., Fauziah, A. N., & Lefiyana, L. (2025). Peran pola asuh berbasis kearifan lokal dalam mendukung status gizi balita di komunitas pedesaan. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 16(2), 57–70.
- Tarmizi, S. N. (2024). Membentengi anak dari stunting. *Mediakom*, 167, 20. <https://link.kemkes.go.id/mediakom>