

Gizi, Asuh, Tumbuh! Edukasi Pola Asuh Makan untuk Pencegahan Stunting dan Mendukung Tumbuh Kembang Anak

Ismayanti Pratiwi¹, Susri Adeni², Machyudin Agung Harahap³

^{1,2}IPB University, ³UPN Veteran Jakarta

susriadeni@apps.ipb.ac.id²

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that is still a serious challenge in Indonesia, including in Bogor Regency, with a prevalence that exceeds the threshold set by WHO. Inappropriate eating patterns, including a lack of understanding of nutrition and responsive feeding, are one of the main causes of stunting. This community service activity aims to improve the knowledge and skills of Posyandu cadres regarding eating patterns that support stunting prevention and optimal child growth. The activity was carried out in Cibatok I and II Villages, Cibungbulang District, Bogor Regency. The methods used included interactive lectures, discussions, and simulations that focused on the principles of balanced nutrition, responsive feeding, and communication and emotional practices in feeding. Cadres also showed enthusiasm and readiness to become education agents in their communities. Educating about eating patterns through Posyandu cadres is a strategic and effective approach in supporting stunting prevention efforts at the community level.

Keywords: nutrition education, Posyandu cadres, responsive feeding, eating patterns, stunting

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan serius di Indonesia, termasuk di Kabupaten Bogor, dengan prevalensi yang melebihi ambang batas yang ditetapkan WHO. Pola asuh makan yang tidak tepat, termasuk kurangnya pemahaman tentang gizi dan pemberian makan responsif, menjadi salah satu penyebab utama stunting. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu mengenai pola asuh makan yang mendukung pencegahan stunting dan pertumbuhan anak yang optimal. Kegiatan dilaksanakan di Desa Cibatok I dan II, Kecamatan Cibungbulang, Kabupaten Bogor. Metode yang digunakan meliputi ceramah interaktif, diskusi, dan simulasi yang berfokus pada prinsip gizi seimbang, responsive feeding, serta praktik komunikasi dan emosi dalam pemberian makan. Kader juga menunjukkan antusiasme dan kesiapan untuk menjadi agen edukasi di komunitas mereka. Edukasi pola asuh makan melalui kader Posyandu menjadi pendekatan strategis dan efektif dalam mendukung upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas.

Kata kunci: edukasi gizi, kader Posyandu, pemberian makan responsive, pola asuh makan, stunting

PENDAHULUAN

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan stunting didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam waktu lama, terutama pada periode 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) yang dimulai dari kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Global Nutrition Report (2016) mencatat bahwa prevalensi stunting di Indonesia berada pada peringkat 108

dari 132 negara. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi stunting di Indonesia pada anak usia balita (0-59 bulan) sebesar 23,7% dan ditargetkan turun menjadi 14% dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024. Di tingkat daerah, Kabupaten Bogor memiliki prevalensi stunting sebesar 27,6 persen. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), suatu kondisi dapat dikategorikan sebagai masalah kesehatan masyarakat yang kronis apabila prevalensi stunting melebihi 20 persen. Dengan demikian, prevalensi stunting di Indonesia yang melampaui ambang batas tersebut menandakan bahwa stunting merupakan isu kronis secara nasional, khususnya di Kabupaten/Kota yang angkanya bahkan lebih tinggi dari rata-rata nasional. Data ini menunjukkan bahwa prevalensi stunting masih cukup tinggi, sehingga kajian terkait upaya penurunan prevalensi masih sangat diperlukan.

Stunting bukan hanya permasalahan fisik semata, melainkan juga berdampak pada aspek perkembangan yang lain. Anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami dugaan keterlambatan perkembangan dibandingkan dengan anak yang tidak stunting (Mustaqim *et al.*, 2022). Stunting pada masa kanak-kanak awal memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap kemampuan kognitif, anak stunting berisiko memiliki kapasitas kognitif yang lebih rendah dibandingkan anak yang tumbuh dengan gizi baik (Woldehanna *et al.*, 2018). Stunting memiliki implikasi biologis terhadap perkembangan otak dan neurologis yang diterjemahkan kedalam penurunan nilai kognitif yang selanjutnya akan berdampak pada kurangnya prestasi belajar (Daracantika, 2021). Dalam cakupan yang lebih luas stunting berkontribusi terhadap masalah ekonomi nasional. Stunting menghambat produktivitas tenaga kerja, menurunkan pendapatan, mengurangi penjualan sektor swasta, dan menghambat pertumbuhan ekonomi. Sehingga, investasi dalam pencegahan stunting sangat menguntungkan dan menjadi strategi penting untuk meningkatkan daya saing ekonomi dan kesejahteraan jangka panjang suatu negara (Akseer *et al.*, 2021).

Penyebab utama stunting bersifat multifaktorial dan saling terkait. Stunting juga dikaitkan dengan berbagai faktor sosial dan ekonomi, seperti jumlah anak dalam keluarga, status pekerjaan ibu, pendapatan rumah tangga, tingkat pendidikan orang tua, serta asupan zat gizi baik selama masa kehamilan maupun setelah kelahiran (Fikadu *et al.*, 2014; Lemaking, 2022). Ibu hamil yang tidak memperoleh nutrisi yang cukup berisiko melahirkan bayi dengan berat badan rendah, yang kemudian berisiko tinggi mengalami stunting (Fitriani dan Nurdiana, 2020). Setelah lahir, pemberian ASI yang tidak eksklusif, pemberian MPASI (Makanan Pendamping ASI) yang tidak tepat waktu dan tidak bergizi, serta kebiasaan makan anak yang buruk, seperti sering melewatkan sarapan dan minimnya konsumsi buah, sayur, dan protein hewani, turut memperburuk status gizi anak (Ponum *et al.*, 2020). Kemampuan orang tua dalam memenuhi asupan gizi anak disebut dengan pola asuh makan (Hastuti, 2015).

Pola asuh makan merujuk pada berbagai tindakan pengasuhan yang dilakukan oleh ibu terhadap anak dalam konteks cara dan situasi saat makan. Peran ibu atau pengasuh sangat penting dalam merencanakan, menentukan jumlah, serta memastikan kualitas makanan yang dikonsumsi anak (Hastuti, 2015). Pola asuh

makan berpengaruh status gizi anak. Pola asuh makan yang baik akan meningkatkan status gizi anak (Izhar, 2017; Marchianti *et al.*, 2024). Pola asuh makan yang baik memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang seimbang, (Marchianti *et al.*, 2024). Bukan hanya memerhatikan asupan gizi yang seimbang, pola asuh makan yang baik juga berkaitan erat dengan pemberian makan yang responsif (*responsive feeding*) (Munawar *et al.*, 2024). *Responsive Feeding* dapat menurunkan resiko stunting (Purwanti *et al.*, 2023). *Responsive Feeding* mencakup pemberian makan yang aktif dan responsif. Praktik ini dapat mendorong kebiasaan makan yang sehat dan pertumbuhan optimal pada anak (Harbron & Booley, 2013).

Stunting juga disebabkan oleh rendahnya tingkat pendidikan orang tua, terutama ibu (Ponum *et al.*, 2020; Bustami & Ampera, 2020). Rendahnya pengetahuan orang tua berdampak pada kurangnya pengetahuan tentang gizi dan proses pemberian makan yang tepat. (Izhar, 2017). Pengetahuan ibu tentang rekomendasi pemberian makan, serta pendapatan ayah yang memadai, menjadi dua faktor penting yang menentukan apakah anak mendapatkan pola makan yang cukup dan bergizi. Ini menunjukkan bahwa faktor ekonomi dan pengetahuan ibu saling berkaitan dalam menentukan status gizi anak (Bimpong *et al.*, 2020). Kurangnya pemahaman ini dapat mengakibatkan praktik pemberian makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak, seperti jadwal makan yang tidak teratur, pemilihan jenis makanan yang kurang bergizi, serta ketidaktahuan terhadap pentingnya keberagaman makanan. Akibatnya, anak berisiko mengalami kekurangan asupan nutrisi esensial dalam jangka panjang yang berujung pada stunting.

Pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu, terutama dalam hal pemberian nutrisi pada anak balita yang mengalami stunting. Peningkatan pengetahuan ibu melalui edukasi kesehatan mampu mendorong perubahan pola asuh atau praktik pemberian makan, yang pada akhirnya berdampak positif terhadap peningkatan berat badan anak stunting (Nurhayati *et al.*, 2020). Pendekatan intervensi dilakukan di tingkat komunitas, yang berarti lebih dekat dengan masyarakat, sehingga informasi dan edukasi gizi bisa lebih mudah diterima dan diterapkan oleh ibu atau pengasuh anak (Sharma *et al.*, 2020). Posyandu (Pos Pelayanan Terpadu) memiliki peran strategis dalam meningkatkan pengetahuan ibu, terutama dalam hal gizi, kesehatan anak, dan praktik pengasuhan yang tepat. Posyandu menjangkau langsung masyarakat hingga tingkat RT/RW, menjadikannya akses termudah bagi ibu, khususnya di daerah pedesaan atau miskin informasi. (Hafifah & Abidin, 2020). Kader Posyandu berperan penting sebagai ujung tombak layanan kesehatan masyarakat, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi, kesehatan anak, dan pencegahan stunting. Kader menjadi penghubung antara masyarakat dan fasilitas kesehatan. Dengan kedekatannya dengan warga, kader mampu menyampaikan informasi secara efektif dan memberdayakan ibu untuk lebih peduli terhadap kesehatan keluarga (Simbolon *et al.*, 2022).

Oleh karena itu, edukasi pola asuh makan kepada kader Posyandu merupakan strategi strategis untuk menurunkan prevalensi stunting, karena melalui mereka, pengetahuan yang tepat dapat menjangkau keluarga secara luas dan berkelanjutan. Kader Posyandu berinteraksi langsung dengan ibu-ibu di tingkat rumah tangga,

menjadikan kader Posyandu sebagai agen perubahan yang efektif dalam membentuk perilaku pemberian makan anak yang lebih baik. Dengan membekali kader dengan pemahaman yang komprehensif tentang pola asuh makan, kader Posyandu dapat menyampaikan informasi dengan cara yang sederhana, mudah dipahami, dan sesuai konteks lokal. Selain itu, edukasi kepada kader akan memperkuat kapasitas Posyandu sebagai pusat pembelajaran keluarga. Dengan pendekatan ini, perubahan pola asuh makan dapat dilakukan secara menyeluruh, terstruktur, dan berkelanjutan di tingkat komunitas.

METODE PENELITIAN

Dari permasalahan dan kajian literatur yang telah diuraikan pada bagian pendahuluan, maka penyelenggaraan kegiatan edukasi gizi melalui pendekatan pelatihan pola asuh makan yang menasar kader Posyandu dan masyarakat di Desa Cibatok I dan II menjadi sangat strategis dan relevan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman kader Posyandu tentang pola asuh makan dan urgensinya dalam mencegah stunting dan mendukung tahapan tumbuh kembang anak, serta menumbuhkan kesadaran kolektif dalam pencegahan stunting. Kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa, 10 September 2024. Adapun metode penerapan iptek yang digunakan dalam kegiatan ini mencakup:

1. Ceramah Interaktif

Ceramah akan dilakukan sebagai bentuk *transfer of knowledge* untuk meningkatkan pengetahuan peserta mengenai a) konsep dasar stunting, penyebab dan dampaknya, serta pentingnya gizi dalam 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK); b) komponen gizi yang diperlukan anak untuk 1000 HPK; c) pola asuh makan yang tepat, seperti jadwal makan, porsi, keberagaman pangan, dan pemilihan makanan bergizi dalam pemberian makanan pendamping ASI (MPASI); d) pemberian makan responsive (*responsive feeding*) dalam pemberian makanan pendamping MPASI.

2. Diskusi dan Tanya Jawab

Sesi diskusi terbuka ini bertujuan untuk menggali pemahaman peserta dan memperdalam materi ceramah yang telah disampaikan mengenai pentingnya pola asuh makan yang tepat dalam mencegah stunting. Setelah materi utama dijelaskan—mencakup prinsip gizi seimbang, pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan, serta teknik pemberian makan responsif—peserta diberikan ruang untuk bertanya, menyampaikan pendapat, maupun mengutarakan tantangan yang mereka hadapi dalam praktik sehari-hari. Narasumber akan merespons dengan pendekatan berbasis bukti ilmiah. Diskusi ini diharapkan tidak hanya memperkuat pemahaman kader Posyandu, tetapi juga membangun rasa percaya diri mereka untuk mendampingi para ibu dalam praktik pemberian makan anak yang lebih baik dan berkelanjutan.

3. Simulasi

Setelah sesi diskusi, kegiatan dilanjutkan dengan sesi simulasi sebagai bentuk praktik langsung dari materi yang telah dipelajari. Simulasi ini diawali dengan penampilan visual perbedaan antara anak yang mengalami stunting dan anak

yang tumbuh optimal, baik dari segi fisik, perkembangan motorik, maupun respons emosional. Visualisasi ini bertujuan agar peserta memahami secara nyata dampak jangka panjang dari praktik pemberian makan yang tidak tepat.

Selanjutnya, peserta diperlihatkan contoh menu MP-ASI yang memenuhi prinsip gizi seimbang, variasi bahan makanan lokal yang dapat digunakan, dan jadwal pemberian MPASI dalam satu hari. Simulasi dilanjutkan dengan demonstrasi pemberian makan menggunakan pendekatan *responsive feeding*, di mana peserta diperlihatkan bagaimana cara merespons tanda lapar dan kenyang pada anak, serta pentingnya membangun interaksi positif selama makan.

Tidak hanya aspek teknis, peserta juga diajak untuk mempraktikkan komunikasi dan keterlibatan emosional dalam proses pemberian makan, seperti menggunakan nada suara yang lembut, memberikan dukungan verbal, dan menciptakan suasana makan yang menyenangkan. Peserta juga diajak melakukan analisis terhadap praktik pemberian makan yang keliru dan mendiskusikan perbaikannya. Kegiatan ini bertujuan agar peserta tidak hanya memahami secara teoritis, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan ini dilaksanakan di aula Desa Cibatok II, Kecamatan Cibungbulang, kabupaten Bogor. Khalayak sasaran/target group dari kegiatan edukasi ini adalah 40 kader Posyandu Desa Cibatok I dan II, Kabupaten Bogor.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi gizi melalui pelatihan pola asuh makan yang dilaksanakan di Desa Cibatok I dan II berhasil memberikan ruang pembelajaran partisipatif yang memperkuat pemahaman dan kapasitas kader Posyandu dalam upaya pencegahan stunting. Posyandu menjadi sumber pengetahuan utama ibu untuk mendapatkan pengetahuan tentang stunting, dilanjutkan dengan puskesmas dan internet (West *et al.*, 2018). Posyandu, yang dikelola oleh kader sebagai relawan masyarakat, terbukti menjadi sumber informasi utama terkait stunting karena keberadaannya yang tersebar di banyak lokasi dalam satu desa dan aksesibilitasnya yang tinggi bagi masyarakat. Karena berbasis komunitas dan rutin berinteraksi langsung dengan ibu dan anak, Posyandu menjadi tempat strategis untuk menyampaikan edukasi gizi dan kesehatan. Sehingga peningkatan kapasitas kader posyandu merupakan hal yang penting untuk pencegahan dan penurunan prevalensi stunting (Anwar *et al.*, 2010).

Berdasarkan observasi, selama pelatihan, peserta menunjukkan antusiasme tinggi terhadap materi yang disampaikan berkaitan dengan pentingnya pemberian makan yang tepat selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), prinsip gizi seimbang, dan teknik pemberian makan responsif. Pada sesi ceramah interaktif, kader mendapatkan pengetahuan dasar yang komprehensif mengenai stunting, mulai dari definisi, penyebab, dampak jangka panjang. Pembicara memulai dengan memberikan pertanyaan "apa itu stunting, Ibu?, ada yang sudah tahu?" tidak ada yang mengangkat tangan. Pembicara mencoba mengarahkan mic kepada salah satu Ibu yang duduk di kursi bagian depan. Ibu tersebut menjawab "stunting itu badannya pendek bukan ya Bu?". Pembicara membenarkan dan mengklarifikasi bahwa jawaban yang disampaikan masih perlu disempurnakan. Mengenalkan pengetahuan tentang

stunting diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dasar yang benar tentang kondisi ini, bahwa stunting bukan sekadar anak pendek, tetapi gangguan tumbuh kembang akibat kekurangan gizi kronis. Pemahaman awal ini penting untuk membangun kesadaran, menghindari miskonsepsi, serta menumbuhkan rasa urgensi dalam mencegah stunting. Materi ini menjadi landasan, agar peserta dapat lebih mudah mengikuti materi selanjutnya dan terdorong untuk menerapkan pola asuh dan gizi yang tepat bagi anak sejak dini. Pengetahuan tentang stunting dapat menurunkan kejadian stunting (Devianto *et al.*, 2022)

Pengetahuan tentang gizi dan pola asuh makan menjadi bahasan selanjutnya dalam ceramah interaktif. Pada bahasan ini disampaikan komponen gizi seimbang yang meliputi karbohidrat, protein, lemak, serat, dan air putih. Pembicara menanyakan jenis pangan sesuai dengan kelompok zat gizinya. "Ibu, kalau karbohidrat jenis makanannya apa saja?" 90% peserta menjawab dengan serempak "Nasi....", Sebagian peserta melanjutkan dengan beragam ada yang menjawab mie, roti, dan ubi. Pembicara melanjutkan "Kalau protein apa saja, Ibu?" 80% peserta menjawab dengan serempak "Telur, Ayam....". "Kalau lemak, Bu?", Sebagian peserta belum bisa menjawab. Pembicara melanjutkan penyampaian materi. Penjelasan menggunakan media visual dan bahasa sederhana membuat materi lebih mudah dipahami dan relevan dengan kehidupan sehari-hari para kader dan masyarakat yang mereka dampingi. Hal ini selaras dengan penelitian Rahmawati (2016) yang menunjukkan bahwa pengetahuan tentang zat gizi perlu diketahui karena sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada masa-masa krusial seperti 1000 Hari Pertama Kehidupan. Dengan memahami jenis-jenis zat gizi dan fungsinya, orang tua atau pengasuh dapat menyusun pola makan yang seimbang dan sesuai kebutuhan anak. Hal ini mencegah terjadinya kekurangan gizi yang dapat menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang. Pengetahuan gizi yang baik berhubungan dengan pola asuh makan yang baik, dan keduanya akan menurunkan faktor risiko stunting (Saputri *et al.*, 2021).

Pola asuh makan bukan hanya bicara tentang asupan makanan, tetapi juga dengan penerapan *responsive feeding*. Pendekatan ini menekankan pentingnya kepekaan orang tua atau pengasuh dalam merespons isyarat lapar dan kenyang anak, serta menciptakan interaksi yang positif saat makan. Orang tua berperan sebagai pendamping yang memberi dukungan emosional, membimbing tanpa memaksa, dan menciptakan suasana makan yang menyenangkan. Praktik ini terbukti meningkatkan nafsu makan, asupan gizi, serta membentuk perilaku makan yang baik (Black & Aboud 2011). Pengasuh yang menerapkan pemberian makan responsif mampu mengenali tanda-tanda lapar dan kenyang pada anak, serta mampu mengatur dan mengontrol asupan makanan anak dengan tepat. Hal ini berkontribusi dalam mengurangi risiko malnutrisi pada anak, karena anak diberikan makanan sesuai kebutuhan fisiologis dan emosionalnya, bukan berdasarkan paksaan atau pengabaian (Harbron & Booley 2013). Pengetahuan tentang *responsive feeding* penting untuk diketahui, *responsive feeding* mendukung optimalisasi asupan gizi, serta membentuk perilaku makan yang sehat (Pérez-Escamilla *et al.*, 2021).

Banyak faktor dari orang tua yang memengaruhi kebiasaan makan anak, dan faktor-faktor ini saling berinteraksi secara timbal balik sehingga tidak bisa dipisahkan atau dipahami secara terpisah. *Responsive feeding* juga dikaitkan dengan responsive parenting, keduanya memiliki konsep yang sama. Lingkungan keluarga di mana anak tumbuh memiliki peran aktif dalam membentuk dan mendorong kebiasaan yang dapat bertahan sepanjang hidup anak, termasuk kebiasaan makan. Salah satu momen penting dalam kehidupan keluarga adalah waktu makan bersama. Momen ini tidak hanya menjadi waktu untuk makan, tetapi juga sarana bagi orang tua untuk berinteraksi dan mengontrol kebiasaan makan anak secara positif. Pendekatan yang dilakukan orang tua sangat penting (Black & Aboud 2011).

Tekanan yang berlebihan atau pembatasan makanan secara ekstrem sebaiknya dihindari karena dapat menciptakan pengalaman emosional dan sosial yang negatif, yang justru akan membuat anak menolak makanan tertentu. Sebaliknya, orang tua disarankan untuk memberikan dorongan atau motivasi positif, seperti membiasakan anak mengonsumsi camilan sehat dan tidak melewatkan sarapan. Hal ini dapat dilakukan melalui contoh perilaku makan yang baik (social modeling), yaitu dengan menunjukkan langsung kebiasaan makan sehat yang kemudian akan ditiru oleh anak, serta melalui pembatasan yang wajar dan tidak memaksa. Orang tua sebaiknya diberikan informasi dan panduan bukan hanya tentang yang sebaiknya dimakan anak, tetapi juga bagaimana cara menyajikan dan membiasakan makan tersebut. Edukasi ini juga harus mencakup peningkatan kebiasaan makan orang tua itu sendiri, karena anak-anak cenderung meniru apa yang dilakukan oleh orang tuanya (Mahmood *et al.* 2021)

Penelitian menunjukkan bahwa intervensi edukasi gizi secara signifikan dapat meningkatkan praktik pemberian makan responsif, dibandingkan dengan cara mengancam atau menyuap anak. Selain itu, depresi ibu dan ketidakterlibatan ayah juga merupakan faktor yang berdampak negatif. Para ayah, umumnya bersikap tidak terlibat karena adanya persepsi bahwa memberi makan anak adalah tugas ibu. Kesimpulannya, perbaikan gizi anak memerlukan perubahan dalam pola pengasuhan, dukungan suami, pendidikan gizi, dan penghapusan norma budaya yang merugikan. Intervensi yang mempertimbangkan aspek psikososial dan budaya dalam keluarga sangat penting untuk mengatasi stunting dan kekurangan gizi pada anak. (Munawar *et al.* 2024)

Sesi diskusi dan tanya jawab mengungkap berbagai tantangan yang selama ini dihadapi kader, seperti minimnya pemahaman ibu tentang gizi anak, kebiasaan pemberian makanan instan, hingga mitos-mitos seputar MPASI. Dalam forum ini, para kader aktif bertanya, berbagi pengalaman, dan mendiskusikan solusi yang sesuai dengan kondisi sosial-budaya di lapangan. Beberapa pertanyaan yang disampaikan antara lain : 1) Keterlibatan ayah dalam proses anak belajar makan ? 2) Bagaimana jika anak terlanjur suka jajan, dan susah makan 3) Bagaimana menghadapi anak yang suka GTM saat MPASI ? 4) Pertanyaan tentang pengolahan dan beberapa resep kudapan. Respons dari narasumber yang berbasis bukti dan pengalaman praktis memberikan perspektif baru serta memperkuat kapasitas kader dalam menyampaikan edukasi gizi secara persuasif dan efektif.

Sesi simulasi menjadi momen penting yang memperkuat keterampilan praktis kader. Mereka diperlihatkan visualisasi perbedaan anak stunting dan non-stunting, disuguhkan contoh menu MPASI bergizi seimbang berbasis bahan lokal, serta diajak mempraktikkan pemberian makan dengan pendekatan responsive feeding. Latihan komunikasi positif, pengelolaan emosi saat makan, dan penciptaan suasana menyenangkan saat makan memberikan pengalaman belajar yang aplikatif dan menyentuh sisi emosional peserta. Kader menyatakan bahwa pendekatan ini sangat membantu mereka memahami peran penting interaksi emosional dalam proses pemberian makan anak.

Secara umum, kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi pola asuh makan berbasis pelatihan kepada kader Posyandu adalah strategi yang efektif dan relevan. Para kader merasa lebih percaya diri dan siap untuk menjadi agen edukasi gizi yang aktif di tengah masyarakat. Mereka berkomitmen untuk meneruskan informasi yang diperoleh kepada para ibu balita dan masyarakat luas melalui kegiatan Posyandu rutin. Kegiatan ini menegaskan bahwa pendekatan edukatif yang terstruktur, kontekstual, dan melibatkan komunitas dapat memperkuat upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan, serta mendorong terciptanya lingkungan pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan uraian pada bab hasil dan pembahasan dapat disimpulkan beberapa poin sebagai berikut:

1. Pola asuh makan memiliki peran penting dalam pencegahan stunting, karena mencakup tidak hanya pemberian makanan bergizi, tetapi juga cara, frekuensi, serta pendekatan emosional saat makan, termasuk praktik *responsive feeding*.
2. Kader Posyandu sebagai ujung tombak edukasi gizi perlu dibekali pengetahuan dan keterampilan yang komprehensif, agar mampu menyampaikan informasi dengan cara yang sederhana, kontekstual, dan efektif.
3. Pelatihan pola asuh makan yang diberikan kepada kader Posyandu di Desa Cibatok I dan II membangkitkan antusiasme, memperluas wawasan, dan meningkatkan kapasitas kader dalam menyampaikan edukasi gizi kepada masyarakat.
4. Simulasi pemberian makan, diskusi tantangan lapangan, dan visualisasi praktik memperkuat keterampilan praktis kader dalam menerapkan dan menyampaikan prinsip pola asuh makan yang baik, termasuk *responsive feeding*.

Edukasi berbasis komunitas yang partisipatif dan kontekstual menjadi strategi dalam upaya pencegahan stunting yang berkelanjutan dan berdampak langsung di tingkat rumah tangga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada *Food Bank of Indonesia* (FOI) atas kesempatan dan kepercayaan yang diberikan kepada penulis untuk terlibat dalam kegiatan pengabdian masyarakat sebagai narasumber dalam pelatihan. Kegiatan ini tidak hanya memberikan ruang bagi penulis untuk berbagi ilmu dan pengalaman, tetapi juga memperkuat sinergi antara akademisi dan organisasi sosial dalam upaya pencegahan stunting.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kader Posyandu Desa Cibatok I dan II, Kecamatan Cibungbulang, Kabupaten Bogor, atas partisipasi aktif, semangat belajar, dan kontribusi positif selama pelaksanaan kegiatan. Antusiasme dan keterbukaan para kader menjadi faktor penting dalam keberhasilan pelatihan, serta memperkuat harapan akan keberlanjutan edukasi gizi di tingkat komunitas. Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat berkelanjutan dan menjadi bagian dari upaya bersama dalam mendukung tumbuh kembang anak yang optimal serta menurunkan prevalensi stunting di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Akseer, N., Tasic, H., Onah, M. N., Wigle, J., Rajakumar, R., Sanchez-Hernandez, D., ... & Hoddinott, J. (2022). Economic costs of childhood stunting to the private sector in low-and middle-income countries. *EClinicalMedicine*, 45.
- Anwar, F., Khomsan, A., Sukandar, D., Riyadi, H., & Mudjajanto, E. S. (2010). High participation in the Posyandu nutrition program improved children nutritional status. *Nutrition research and practice*, 4(3), 208-214.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023.
- Bimpong, K. A., Cheyuo, E. K. E., Abdul-Mumin, A., Ayanore, M. A., Kubuga, C. K., & Mogre, V. (2020). Mothers' knowledge and attitudes regarding child feeding recommendations, complementary feeding practices and determinants of adequate diet. *BMC nutrition*, 6, 1-8.
- Bustami, B., & Ampera, M. (2020). The identification of modeling causes of stunting children aged 2-5 years in Aceh province, Indonesia (Data analysis of nutritional status monitoring 2015). *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 8(E), 657-663.
- Daracantika, A. (2021). Systematic literature review: Pengaruh negatif stunting terhadap perkembangan kognitif anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 6.
- Devianto, A., Dewi, E. U., & Yustiningsih, D. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Dengan Angka Kejadian Stunting di Desa Sanggrahan Prambanan Klaten: The Correlation Of Mother's Knowledge Levels About Stunting With Stunting Event Rate In Sanggrahan Prambanan Village Klaten. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 1(2), 81-88.
- Fikadu, T., Assegid, S., & Dube, L. (2014). Factors associated with stunting among children of age 24 to 59 months in Meskan district, Gurage Zone, South Ethiopia: a case-control study. *Bmc public health*, 14, 1-7.
- Fitriani, H., & Nurdiana, P. (2020). Risk factors of maternal nutrition status during pregnancy to stunting in toddlers aged 12-59 months. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 8(2), 174-182.
- Hafifah, N., & Abidin, Z. (2020). Peran posyandu dalam meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak di Desa Sukawening, Kabupaten Bogor. *Jurnal Pusat Inovasi Masyarakat*, 2(5), 893-900.
- Harbron, J., & Booley, S. (2013). Responsive feeding: establishing healthy eating behaviour early on in life. *South African Journal of Clinical Nutrition*, 26, S141-S149.
- Hastuti, D. (2015). Pengasuhan Teori, Prinsip, dan Aplikasinya di Indonesia. Bogor(ID): IPB Press.
- International Food Policy Research Institute. (2016). The 2016 Global Nutrition Report. IFPRI: Washington DC.
- Izhar, M. D. (2017). Hubungan antara pengetahuan ibu dengan pola asuh makan terhadap status gizi anak di Kota Jambi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 1(2), 61-75.

- Lemaking, V. B., Manimalai, M., & Djogo, H. M. A. (2022). Hubungan pekerjaan ayah, pendidikan ibu, pola asuh, dan jumlah anggota keluarga dengan kejadian stunting pada balita di Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang. *Ilmu Gizi Indonesia*, 5(2), 123-132.
- Mahmood, L., Flores-Barrantes, P., Moreno, L. A., Manios, Y., & Gonzalez-Gil, E. M. (2021). The influence of parental dietary behaviors and practices on children's eating habits. *Nutrients*, 13(4), 1138.
- Marchianti, A. C. N., Rachmawati, D. A., Astuti, I. S. W., Raharjo, A. M., Kusuma, I. F., Sudarmanto, Y., ... & Nurmaida, E. (2024). Association of parental feeding styles and the nutritional status of children ages 2 to 5 years in Jember, East Java, Indonesia. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 12(1), 78-88.
- Mustakim, M. R., Irawan, R., Irmawati, M., & Setyo-boedi, B. (2022). Impact of stunting on development of children between 1-3 years of age. *Ethiopian journal of health sciences*, 32(3).
- Munawar, K., Mukhtar, F., Roy, M., Majeed, N., & Jalaludin, M. Y. (2024). A systematic review of parenting and feeding practices, children's feeding behavior and growth stunting in Asian countries. *Psychology, Health & Medicine*, 29(10), 1705-1752.
- Nurhayati, R., Utami, R. B., & Irawan, A. A. (2020). Health education about stunting nutrition in mothers to weight stunting children aged 2-5 years. *Journal for Quality in Public Health*, 4(1), 38-43.
- Peraturan Menteri Kesehatan nomor 1995/Menkes/XII/2010.
- Pérez-Escamilla, R., Jimenez, E. Y., & Dewey, K. G. (2021). Responsive feeding recommendations: harmonizing integration into dietary guidelines for infants and young children. *Current Developments in Nutrition*, 5(6), nzab076.
- Ponum, M., Khan, S., Hasan, O., Mahmood, M. T., Abbas, A., Iftikhar, M., & Arshad, R. (2020). Stunting diagnostic and awareness: Impact assessment study of sociodemographic factors of stunting among school-going children of Pakistan. *Bmc Pediatrics*, 20, 1-9.
- Purwanti, R., Margawati, A., Wijayanti, H. S., Rahadiyanti, A., & Kurniawati, D. M. A. (2023). Practice of Responsive Feeding and Its Correlation with Stunted Children and Obese/Overweight Mothers (SCOM) in Semarang City. *Amerta Nutrition*, 7.
- Rahmawati, A. K. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang dan Asupan Zat Gizi Makro pada Anak Usia 2-5 Tahun di Posyandu Gonilan Kartasura (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Saputri, U. A., Pangestuti, D. R., & Rahfiludin, M. Z. (2021). Pengetahuan Gizi dan Pola Asuh Ibu sebagai Faktor Risiko Stunting Usia 6-24 Bulan di Daerah Pertanian. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(6), 433-442.
- Sharma, N., Gupta, M., Aggarwal, A. K., & Gorle, M. (2020). Effectiveness of a culturally appropriate nutrition educational intervention delivered through health services to improve growth and complementary feeding of infants: A quasi-experimental study from Chandigarh, India. *PLoS One*, 15(3), e0229755.

El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat

Vol 5 No 3 (2025) 598-609 P-ISSN 2746-9794 E-ISSN 2747-2736

DOI: 10.47467/elmujtama.v5i3.8155

- Simbolon, D., Mahyuddin, M., Okfrianti, Y., & Sari, A. P. (2022). Peningkatan Perilaku Ibu dalam Pemenuhan Kebutuhan Gizi Baduta Berisiko Stunting melalui Pemberdayaan Kader. *Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 421-431.
- West, J., Syafiq, A., Crookston, B., Bennett, C., Hasan, M. R., Dearden, K., ... & Torres, S. (2018). Stunting-related knowledge: exploring sources of and factors associated with accessing stunting-related knowledge among mothers in rural Indonesia. *Health*, 10(09), 1250.
- Woldehanna, T., Behrman, J. R., & Araya, M. W. (2017). The effect of early childhood stunting on children's cognitive achievements: Evidence from young lives Ethiopia. *Ethiopian Journal of Health Development*, 31(2), 75-84.
- World Health Organization. Levels and trend child nutrition key findings of the 2018 edition of the joint child malnutrition estimates. Geneva: World Health Organization; 2018.