

## PENGUATAN PERAN KELUARGA DALAM PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI DAN DEMONSTRASI MASAK SEHAT BERBASIS KEARIFAN LOKAL DI KECAMATAN MANANGGU KABUPATEN BOALEMO

Ridha Havid<sup>1</sup>, Rini Wahyuni Mohamad<sup>2\*</sup>, Andi Mursyidah<sup>3</sup>

Universitas Negeri Gorontalo<sup>123</sup>

\*e-mail Korespondensi : [nersrini@ung.ac.id](mailto:nersrini@ung.ac.id)

### ABSTRAK

Stunting adalah permasalahan gizi yang kompleks karena dapat dipengaruhi oleh banyak hal, salah satunya adalah pengaruh peran keluarga. Peran keluarga memiliki kontribusi yang besar pada kesehatan anak. Kejadian stunting secara langsung dipengaruhi oleh variabel asupan gizi, riwayat infeksi, serta pengetahuan gizi ibu dan kadar gizi. Adapun faktor penyebab anak terindikasi stunting ialah kurangnya pengetahuan ibu dan peran keluarga terkait stunting, kurangnya pemenuhan gizi, kurangnya kesadaran untuk menerapkan aktivitas hidup bersih dan sehat. Profil mitra yang menjadi sasaran utama dalam kegiatan ini adalah kelompok ibu rumah tangga dan kader Posyandu yang tergabung dalam Kelompok Usaha Rumah Tangga. Namun hingga saat ini, kegiatan kelompok tersebut belum berkembang secara optimal karena kurangnya pelatihan pengolahan makanan berbasis gizi anak, keterbatasan inovasi produk, dan belum adanya dukungan teknis untuk penguatan kapasitas produksi dan pemasaran. Desa Bendungan memiliki akses cukup terhadap bahan pangan lokal seperti pisang, dan jagung. Namun pada pemanfaatan pangan tersebut masih terbatas untuk konsumsi rumah tangga dengan pengolahan yang monoton dan tidak terstandar secara gizi. Penguatan peran keluarga ini bertujuan untuk mencegah stunting melalui edukasi dan demonstrasi masak sehat berbasis kearifan lokal di Desa Bendungan. Sebagai bentuk kepedulian terhadap masalah stunting, mahasiswa KKN-PK melakukan edukasi gizi keluarga. Metode kegiatan yang dilaksanakan dalam bentuk pengabdian kepada masyarakat yakni melakukan demonstrasi masak sehat, melakukan pelatihan kader gizi dan membuat video edukasi stunting. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan kegiatan dan intervensi berbasis kearifan lokal sangat efektif mencegah stunting pada anak.

**Kata kunci:** *Peran keluarga, stunting, edukasi, masak sehat, kearifan lokal*

**STRENGTHENING THE ROLE OF FAMILIES IN STUNTING PREVENTION  
THROUGH EDUCATION AND DEMONSTRATION OF HEALTHY  
COOKING BASED ON LOCAL WISDOM IN MANANGGU  
DISTRICT, BOALEMO REGENCY**

**Ridha Havid<sup>1</sup>, Rini Wahyuni Mohamad<sup>2\*</sup>, Andi Mursyidah<sup>3</sup>**  
Gorontalo State University<sup>123</sup>

\*e-mail Correspondence : [nersrini@ung.ac.id](mailto:nersrini@ung.ac.id)

**ABSTRACT**

Stunting is a complex nutritional problem because it can be influenced by many factors, one of which is the influence of the family. The role of the family plays a significant role in children's health. The incidence of stunting is directly influenced by variables such as nutritional intake, history of infection, and maternal nutritional knowledge and nutritional levels. Factors contributing to children's stunting include a lack of maternal knowledge and the role of the family regarding stunting, inadequate nutritional intake, and a lack of awareness of implementing clean and healthy lifestyles. The primary target partners for this activity are housewives and Posyandu cadres who are members of the Household Business Group. However, to date, these groups' activities have not developed optimally due to a lack of training in child nutrition-based food processing, limited product innovation, and the absence of technical support to strengthen production and marketing capacity. Bendungan Village has sufficient access to local food ingredients such as bananas and corn. However, the utilization of these foods is still limited to household consumption due to monotonous processing and nutritional deficiencies. Strengthening the role of families aims to prevent stunting through education and demonstrations of healthy cooking based on local wisdom in Bendungan Village. As a form of concern for the stunting problem, KKN-PK students conducted family nutrition education. The activities carried out in the form of community service included conducting healthy cooking demonstrations, training nutrition cadres, and creating educational videos on stunting. The results of the study showed that activities and interventions based on local wisdom are very effective in preventing stunting in children.

**Keywords:** *Role of family, stunting, education, healthy cooking, local wisdom*

## PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi permasalahan gizi kronis yang signifikan di Indonesia, terutama di daerah pedesaan dengan akses informasi, pendidikan gizi, dan layanan kesehatan yang terbatas. Desa Bendungan merupakan daerah agraris yang sebagian besar penduduknya berprofesi sebagai petani dan ibu rumah tangga. Masyarakat desa ini tergolong produktif secara ekonomi, namun tingkat pendidikan formal relatif rendah. Hal ini berdampak pada rendahnya pemahaman masyarakat tentang praktik pemberian makanan bayi dan anak (PMBA), termasuk pentingnya gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Selain itu, ditemukan bahwa sebagian besar keluarga belum mampu mengoptimalkan bahan pangan lokal yang kaya gizi karena keterbatasan informasi dan keterampilan memasak.

Stunting adalah permasalahan gizi yang kompleks karena dapat dipengaruhi oleh banyak hal, yang salah satunya adalah pengaruh peran keluarga. Peran keluarga memiliki kontribusi yang besar pada kesehatan anak, sejak anak dalam kandungan (janin) hingga balita. Juga faktor lainnya yang mempengaruhi kesehatan secara tidak langsung (Purwanto & Rahmad, 2020). Asupan gizi pada masa balita dan perilaku hidup bersih dan sehat sangat terkait dengan pengetahuan gizi orang tua dan peran keluarga (Uliyanti et al., 2017). Kejadian stunting secara langsung dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu variabel asupan gizi, riwayat infeksi, serta pengetahuan gizi ibu dan kadar gizi. Sementara itu, Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) mempengaruhi kejadian stunting secara tidak langsung melalui riwayat penyakit infeksi (Uliyanti et al., 2017). Adapun faktor penyebab anak terindikasi stunting ialah kurangnya pengetahuan ibu dan peran keluarga terkait stunting, kurangnya pemenuhan gizi dan nutrisi ibu saat mengandung, ibu mengalami anemia, kurangnya kesadaran untuk menerapkan aktivitas hidup bersih dan sehat, serta dipengaruhi oleh faktor perekonomian (Fitriani et al., 2022). Profil mitra yang menjadi sasaran utama dalam kegiatan ini adalah kelompok ibu rumah tangga dan kader Posyandu yang tergabung dalam Kelompok Usaha Rumah Tangga. Namun hingga saat ini, kegiatan kelompok tersebut belum berkembang secara optimal karena kurangnya pelatihan pengolahan makanan berbasis gizi anak, keterbatasan inovasi produk, dan belum adanya dukungan teknis untuk penguatan kapasitas produksi dan pemasaran.

Desa Bendungan memiliki akses cukup terhadap bahan pangan lokal seperti pisang, daun kelor, jagung, ubi, dan ikan air tawar. Namun pada pemanfaatan pangan tersebut masih terbatas untuk konsumsi rumah tangga dengan pengolahan yang monoton dan tidak terstandar secara gizi. Selain itu, produk olahan belum memenuhi standar label pangan sehat dan belum menjangkau pasar luar desa. Permasalahan lainnya adalah rendahnya pengetahuan keluarga tentang porsi dan kandungan gizi yang dibutuhkan oleh balita, sehingga risiko stunting tetap tinggi walaupun ketersediaan pangan relatif baik.

Tujuan Kegiatan dan Keterkaitan dengan MBKM dan IKU yaitu untuk meningkatkan peran dan keterlibatan keluarga dalam pencegahan stunting melalui edukasi berbasis evidence-

based dan budaya lokal. Mengembangkan keterampilan kelompok usaha masyarakat dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi menu sehat untuk balita. Mendorong kemandirian ekonomi masyarakat melalui inovasi produk makanan sehat berbasis kearifan lokal yang dapat bernilai jual. Kegiatan ini terintegrasi dengan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) melalui skema KKN Profesi Kesehatan berbasis isu nasional (stunting) dan penguatan kewirausahaan sosial. Kegiatan ini mendukung Indikator Kinerja Utama (IKU) perguruan tinggi, antara lain: IKU 2: Mahasiswa mendapatkan pengalaman di luar kampus (melalui KKN), IKU 3: Dosen berkegiatan di luar kampus (melalui pengabdian), IKU 6: Program studi bekerjasama dengan mitra untuk menyelesaikan permasalahan nyata. Dengan melibatkan mahasiswa dan dosen lintas disiplin (kesehatan, gizi, dan ekonomi), program ini diharapkan menjadi model pemberdayaan masyarakat yang komprehensif dari sisi edukasi, praktik, hingga peningkatan ekonomi keluarga, sekaligus menciptakan dampak nyata dalam penurunan angka stunting..

## **METODE PENGABDIAN**

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang kompleks dan memerlukan intervensi lintas sektor, khususnya di wilayah dengan angka kejadian stunting yang tinggi. Berdasarkan hasil observasi awal pada masyarakat mitra di wilayah sasaran, ditemukan bahwa masih rendahnya pemahaman keluarga terutama ibu terkait pentingnya asupan gizi seimbang untuk anak usia balita, serta kurangnya keterampilan dalam mengolah makanan lokal bergizi, menjadi penyebab dominan yang mendasari risiko stunting. Masih rendahnya literasi gizi di kalangan ibu rumah tangga menyebabkan praktik pemberian makanan pada balita kurang memenuhi prinsip kecukupan gizi. Di sisi lain, potensi pangan lokal yang sebenarnya kaya nutrisi belum dimanfaatkan secara optimal dalam menu makanan keluarga. Akibatnya, anak-anak berisiko mengalami kekurangan zat gizi mikro dan makro yang esensial untuk tumbuh kembang. Hal ini menimbulkan kebutuhan mendesak akan edukasi keluarga berbasis bukti mengenai pola makan sehat dan pencegahan stunting, dengan pendekatan budaya dan lokalitas.

Kurangnya program pemberdayaan masyarakat terkait gizi keluarga dan minimnya keterlibatan keluarga dalam praktik pengasuhan sehat menjadi kendala dalam pencegahan stunting. Masyarakat mitra masih belum terbiasa mengikuti kegiatan edukatif interaktif yang melibatkan praktik langsung seperti demo masak. Selain itu, masih rendahnya peran komunitas dan tokoh lokal dalam menyuarakan pentingnya gizi seimbang memperkuat siklus ketidaktahuan dalam pola asuh dan konsumsi. Melalui pendekatan edukasi dan demonstrasi memasak sehat berbasis bahan lokal, program ini akan mendorong peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat, khususnya keluarga sebagai unit inti dalam pencegahan stunting.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Edukasi gizi keluarga berbasis kearifan lokal, seminar ini merupakan program inti yang dilakukan oleh mahasiswa KKN-PK Desa Bendungan dalam mencegah kejadian stunting di desa Bendungan. Kegiatan inti lainnya mahasiswa KKN-PK melakukan demonstrasi masak sehat berbasis pangan lokal, dalam hal ini yang banyak tersedia di desa yaitu jagung dan pisang. Selain itu, untuk peningkatan kesadaran masyarakat mahasiswa juga melibatkan tokoh lokal dan kader gizi keluarga dan melakukan pelatihan kader dengan memberikan Booklet Edukatif "Gizi Cerdas, Anak Sehat: Kreasi Lezat Jagung Dan Pisang Lokal" dan Modul Edukasi "Cegah Stunting Dengan Pangan Lokal: Panduan Gizi Praktis Berbasis Jagung Dan Pisang".

Pemanfaatan media digital dan sosial, pembuatan video edukatif mengenai gizi keluarga dan cara masak sehat. Akan menambah pengetahuan masyarakat dan petugas kesehatan di desa Bendungan tentang penguatan peran keluarga dalam pencegahan stunting melalui edukasi dan demonstrasi masak sehat berbasis kearifan lokal di kecamatan manunggal kabupaten boalemo. Kegiatan pemaparan materi Edukasi Gizi dilaksanakan di balai Desa Bendungan pada tanggal 26 Juli 2025 berdasarkan perizinan dari pihak Kepala Desa Bendungan. Tujuan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi, tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang dan praktik pemberian makan yang benar untuk mencegah stunting. Penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah interaktif dengan bantuan media PowerPoint. Materi yang dibahas meliputi pengertian stunting, dampak jangka panjangnya, kebutuhan gizi anak sesuai usia, pentingnya pemberian MP-ASI yang tepat waktu, dan untuk mendukung tumbuh kembang anak.



**Gambar 3.1 Edukasi Gizi**

## KESIMPULAN

Adanya kerja sama yang baik kader kesehatan, aparat desa dan mahasiswa KKN dalam pelaksanaan penyuluhan serta adanya kemauan ibu-ibu untuk mengikuti penyuluhan edukasi dan demonstrasi masak sehat berbasis kearifan lokal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI). Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan; 2022.
- Pembengo N. Percepat Penurunan Stunting di Provinsi Gorontalo, Penjagub Berharap Perkuat Kemitraan. Media Digital; 2022.
- Candra A. Patofisiologi Stuntin. JNH (Journal Nutr Heal. 2020;8(2):76.
- Achadi EL, Anninditha T. Pencegahan Stunting: Pentingnya Peran 1000 Hari Pertama kehidupan. Rajagrafindo Persada. Jakarta; 2020.
- Hasanah S, Masmuri M, Purnomo A. Hubungan Pemberian ASI dan MP ASI dengan Kejadian Stunting pada Baduta (Balita Bawah 2 Tahun) di Wilayah Kerja Puskesmas Kampung Dalam. Khatulistiwa Nurs J. 2020;2(1):13–21..