

Bersama Cegah Stunting: Edukasi dan Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kelurahan Gunung Lingkas

**Nurul Hidayat ^{1*}, Irfan Selutan ², Hansen Thong ³, Marcella Rissa ⁴,
Firdasari Indamala ⁵, Charla Ta'bi Sulung ⁶, Audi ⁷**

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Borneo Tarakan, Indonesia

* nurul.hidayat8910@gmail.com

Abstract

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, termasuk di Kelurahan Gunung Lingkas, Kecamatan Tarakan Timur, Kota Tarakan, yang ditandai dengan rendahnya literasi gizi, keterbatasan akses pangan bergizi, serta minimnya keterampilan pengolahan makanan sehat pada keluarga balita. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mendukung upaya pencegahan stunting melalui program Bersama Cegah Stunting yang terdiri atas tiga intervensi utama, yaitu: (1) Edukasi Pencegahan Stunting Sejak Dini, (2) Distribusi Makanan Bergizi untuk Keluarga Balita, dan (3) Pelatihan Pengolahan Makanan Sehat. Kegiatan dilaksanakan selama tiga bulan (September–November 2025) di Kantor Kelurahan Gunung Lingkas dengan melibatkan pemerintah kelurahan, puskesmas, dan keluarga balita sebagai sasaran utama. Sasaran mitra pada kegiatan tersebut adalah keluarga balita di Kelurahan Gunung Lingkas, dengan dukungan pemerintah kelurahan dan puskesmas setempat sebagai mitra pelaksana dalam upaya pencegahan stunting. Hasil pelaksanaan menunjukkan bahwa program edukasi meningkatkan pemahaman orang tua dan pengasuh tentang konsep stunting, pentingnya 1000 HPK, gizi seimbang, ASI eksklusif, MP-ASI, dan sanitasi. Program distribusi makanan bergizi membantu keluarga memenuhi kebutuhan gizi balita sekaligus meningkatkan kesadaran dalam pemilihan dan pemanfaatan pangan sehat. Pelatihan pengolahan makanan sehat terbukti meningkatkan keterampilan praktis ibu rumah tangga dalam mengolah bahan pangan secara tepat dan terjangkau. Secara keseluruhan, program ini memperkuat kapasitas keluarga dalam pencegahan stunting di tingkat rumah tangga dan berpotensi direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik serupa.

Kata kunci: *Cegah Stunting, Gizi Seimbang, Edukasi Gizi, Makanan Bergizi*

Pendahuluan

Masalah stunting di Indonesia tetap menjadi tantangan besar bagi kesehatan masyarakat. Berdasarkan berbagai laporan nasional, prevalensi stunting di Indonesia masih tergolong tinggi, bahkan dapat mencapai 30% di beberapa daerah (Akmala, 2024). Stunting merupakan kondisi terhambatnya pertumbuhan fisik anak akibat kekurangan gizi jangka panjang yang terjadi sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun atau pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini terlihat dari panjang atau tinggi badan anak yang lebih rendah dibandingkan standar pertumbuhan usianya (Apriadi, 2022; Handayani, 2023). Dampak stunting tidak hanya terkait ukuran fisik, tetapi juga berdampak pada perkembangan otak, kemampuan belajar, kecerdasan, serta produktivitas anak di masa depan (Hasanah et al., 2023; Hitman, 2019). Karena

dampaknya bersifat jangka panjang, bahkan permanen, stunting telah ditetapkan sebagai salah satu isu prioritas dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020–2024.

Kelurahan Gunung Lingkas, yang terletak di Kecamatan Tarakan Timur, Kota Tarakan, merupakan salah satu wilayah yang menghadapi tantangan serius dalam upaya penanganan stunting. Sebagian besar keluarga di wilayah ini berada pada kondisi ekonomi menengah ke bawah, sehingga kesulitan dalam memenuhi kebutuhan gizi seimbang bagi ibu hamil dan balita. Hambatan ekonomi ini menyebabkan keterbatasan akses terhadap makanan bergizi, yang pada akhirnya berdampak langsung pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, kondisi sosial-ekonomi seperti tingkat pendidikan orang tua yang rendah, keterbatasan pemahaman tentang nutrisi, serta kurangnya akses sanitasi yang layak turut memperbesar risiko stunting (Harahap et al., 2024).

Beberapa wilayah, sanitasi rumah tangga yang buruk dan keterbatasan air bersih meningkatkan risiko infeksi berulang yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi pada balita (Ansar & Yuliani, 2025). Berdasarkan informasi dari puskesmas setempat, kasus stunting di Kelurahan Gunung Lingkas masih tergolong tinggi dan membutuhkan intervensi multisektoral yang tepat dan berkelanjutan. Permasalahan utama yang dihadapi masyarakat Kelurahan Gunung Lingkas adalah rendahnya pengetahuan mengenai pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Banyak orang tua dan pengasuh balita belum memahami bahwa stunting tidak hanya memengaruhi tinggi badan, tetapi juga memberi dampak signifikan pada perkembangan kognitif, kecerdasan, dan kemampuan belajar anak (Wardana & Astuti, 2019).

Selain itu, tidak sedikit keluarga yang belum memahami pentingnya periode kritis 1000 HPK, di mana tubuh anak membutuhkan asupan gizi optimal untuk mendukung pertumbuhan organ vital, termasuk otak (Hidayat et al., 2025). Kurangnya pengetahuan mengenai ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi, serta praktik pola asuh sehat menyebabkan banyak anak tidak mendapatkan nutrisi sesuai kebutuhan. Persoalan ini diperparah oleh minimnya edukasi terpadu yang menjelaskan keterkaitan antara pola asuh, sanitasi, pencegahan infeksi, dan pemenuhan gizi sebagai faktor kunci pencegahan stunting (Sari et al., 2023).

Selain keterbatasan pengetahuan, faktor ekonomi juga sangat berpengaruh dalam tingginya angka stunting. Banyak keluarga yang hidup dalam kondisi ekonomi tidak stabil sehingga kesulitan memperoleh pangan bergizi. Bahkan ketika ada bantuan pangan, sering kali jenis bahan makanan yang diterima tidak memenuhi kebutuhan gizi yang sesuai untuk balita, yaitu makanan yang kaya protein, vitamin, dan mineral (Nuryuda, 2021). Kesulitan dalam memilih dan mengakses makanan yang tepat menyebabkan pola makan anak menjadi tidak seimbang. Akibatnya, balita mengalami kekurangan nutrisi penting yang dibutuhkan untuk pertumbuhan optimal.

Program bantuan pemerintah sebenarnya telah berjalan, namun belum seluruhnya dapat menjangkau kebutuhan khusus keluarga dengan balita berisiko stunting. Keterbatasan anggaran rumah tangga memaksa sebagian keluarga untuk lebih mengutamakan makanan murah namun rendah gizi, sehingga asupan nutrisi anak sering kali tidak memadai. Walaupun distribusi pangan bergizi telah dilakukan melalui bantuan sembako, tantangan lainnya adalah kurangnya keterampilan keluarga dalam mengolah makanan bergizi secara tepat. Pengolahan makanan yang salah seperti penggunaan

minyak berlebih, pemasakan terlalu lama, atau penyimpanan yang tidak tepat yang dapat mengurangi kandungan gizi dalam makanan tersebut (Hidayat et al., 2024).

Banyak ibu rumah tangga di Kelurahan Gunung Lingkas belum memahami teknik memasak sehat, seperti mengukus, merebus, atau menumis rendah minyak, yang dapat mempertahankan kandungan gizi. Bahkan ketika bahan pangan bergizi tersedia, tanpa keterampilan pengolahan yang baik, anak tetap tidak memperoleh nutrisi secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa pemberdayaan pengetahuan gizi dan keterampilan pengolahan makanan merupakan komponen penting yang tidak dapat dipisahkan dari upaya pencegahan stunting. Berbagai penelitian sebelumnya menyatakan bahwa stunting bersifat ireversibel jika tidak dicegah pada masa 1000 HPK (Hidayata et al., 2024).

Anak yang mengalami stunting dan tidak mendapatkan catch-up growth akan memiliki potensi pertumbuhan yang permanen lebih rendah dibandingkan anak seusianya (Siwi & Maruti, 2024). Stunting juga dikaitkan dengan rendahnya kemampuan motorik, peningkatan risiko penyakit infeksi, rendahnya prestasi pendidikan, hingga produktivitas yang rendah saat dewasa (Jihat et al., 2024). Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada edukasi gizi, pemenuhan pangan bergizi, dan peningkatan keterampilan pengolahan makanan menjadi strategi yang tepat untuk mencegah stunting secara berkelanjutan. Mengatasi masalah yang ada di Kelurahan Gunung Lingkas, kami Bersama Mitra sepakat untuk mengimplementasikan tiga program yang akan dilaksanakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Program diharapkan dapat mengurangi prevalensi stunting yaitu:

1. Edukasi Pencegahan Stunting Sejak Dini, bertujuan memberikan pemahaman menyeluruh kepada masyarakat mengenai definisi stunting, penyebab, dampak, serta langkah-langkah pencegahannya. Edukasi difokuskan pada pemahaman 1000 HPK, pentingnya ASI eksklusif, MP-ASI bergizi, serta pola asuh yang dapat mendukung tumbuh kembang anak. Melalui ceramah, diskusi, dan media edukatif, diharapkan masyarakat dapat memahami bahwa pencegahan stunting adalah investasi jangka panjang bagi kualitas generasi mendatang.
2. Distribusi Makanan Bergizi, dilakukan untuk membantu keluarga balita dalam memenuhi kebutuhan gizi harian. Paket sembako yang disalurkan berisi bahan makanan kaya protein dan mikronutrien, seperti telur, ayam, sayur, dan buah. Selain memberikan bantuan pangan, program ini juga dilengkapi penyuluhan singkat mengenai cara memilih bahan makanan sehat serta cara penyimpanan yang benar agar kandungan gizi tetap optimal. Intervensi pangan ini membantu mengurangi hambatan ekonomi dan memberikan dukungan nyata bagi keluarga yang rentan mengalami kekurangan gizi.
3. Pelatihan Pengolahan Makanan Sehat, dilaksanakan untuk meningkatkan keterampilan ibu rumah tangga dalam mengolah bahan makanan sehingga kandungan gizinya terjaga. Pelatihan ini mencakup demonstrasi memasak teknik sehat, pembuatan menu MP-ASI, pengolahan makanan keluarga yang sesuai kebutuhan gizi balita, serta cara penyimpanan bahan makanan yang tepat. Dengan keterampilan yang meningkat, keluarga diharapkan mampu menyediakan makanan sehat yang dapat mencegah terjadinya stunting.

Adanya Program Bersama Cegah Stunting, diharapkan dapat terjadi penurunan angka stunting di Kelurahan Gunung Lingkas. Masyarakat yang lebih teredukasi mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, didukung oleh akses pangan bergizi yang lebih baik dan keterampilan memasak yang memadai, diharapkan mampu meningkatkan

kualitas konsumsi pangan keluarga. Selain itu, keberhasilan program ini juga akan memperkuat pemberdayaan masyarakat dalam menjaga kesehatan anak serta menciptakan dasar yang kuat bagi tumbuh kembang balita yang optimal. Pencegahan stunting bukan hanya menjadi tanggung jawab pemerintah, melainkan memerlukan peran aktif masyarakat dalam memastikan terpenuhinya kebutuhan gizi dan pengasuhan yang tepat.

Pendekatan edukasi, distribusi pangan, dan peningkatan keterampilan keluarga, pada masyarakat Kelurahan Gunung Lingkas diharapkan dapat mengatasi stunting secara berkelanjutan dan menciptakan generasi yang lebih sehat, cerdas, dan produktif. Indikator capaian dari program Bersama Cegah Stunting di Kelurahan Gunung Lingkas meliputi meningkatnya pengetahuan dan kesadaran orang tua serta pengasuh balita mengenai stunting, 1000 HPK, gizi seimbang, dan pola asuh sehat; meningkatnya akses keluarga terhadap pangan bergizi melalui distribusi bahan makanan yang sesuai kebutuhan gizi; meningkatnya keterampilan ibu rumah tangga dalam mengolah makanan sehat dengan teknik yang tepat; terjadinya perubahan pola konsumsi keluarga menuju makanan yang lebih bergizi dan seimbang; menguatnya peran keluarga dalam pemantauan tumbuh kembang anak; serta terbangunnya kolaborasi yang lebih solid antara masyarakat, pemerintah kelurahan, puskesmas, kader posyandu, dan perguruan tinggi, sehingga secara keseluruhan program ini berkontribusi pada penurunan risiko stunting dan penguatan upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan di tingkat rumah tangga.

Metode

Kegiatan ini dilaksanakan selama tiga bulan, yaitu September hingga November 2025, bertempat di Kantor Kelurahan Gunung Lingkas, Jl. Kusuma Bangsa, Kelurahan Gunung Lingkas, Kecamatan Tarakan Timur, Kota Tarakan. Program Bersama Cegah Stunting dirancang untuk menjawab permasalahan mitra berupa rendahnya tingkat literasi gizi, keterbatasan akses makanan bergizi, serta kurangnya keterampilan keluarga dalam mengolah makanan sehat. Mitra kegiatan adalah Pemerintah Kelurahan Gunung Lingkas beserta tenaga kesehatan dari puskesmas setempat, dengan sasaran utama keluarga balita yang rentan mengalami stunting. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mendukung upaya pencegahan stunting melalui tiga program utama, yaitu: (1) Edukasi Pencegahan Stunting Sejak Dini, (2) Distribusi Makanan Bergizi untuk Keluarga Balita, dan (3) Pelatihan Pengolahan Makanan Sehat.

Seluruh program dirancang dengan pendekatan partisipatif agar masyarakat tidak hanya menjadi penerima manfaat, tetapi juga berperan aktif dalam proses pembelajaran, praktik, dan evaluasi. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian Bersama Cegah Stunting melalui Edukasi dan Pemenuhan Gizi Seimbang dilaksanakan selama tiga bulan, yakni September–November 2025, bertempat di Kantor Kelurahan Gunung Lingkas dengan melibatkan pemerintah kelurahan, tenaga kesehatan puskesmas, serta keluarga balita sebagai mitra utama.

Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang mencakup koordinasi lintas sektor, pemetaan keluarga sasaran, penyusunan materi edukasi, serta pengadaan bahan pangan dan sarana pendukung kegiatan. Pelaksanaan program dilakukan melalui tiga pendekatan utama, yaitu edukasi pencegahan stunting, distribusi makanan bergizi, dan pelatihan pengolahan makanan sehat. Edukasi diberikan secara interaktif melalui ceramah, diskusi, dan media visual untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai stunting, 1000

HPK, gizi seimbang, dan pola asuh sehat. Distribusi pangan bergizi dilakukan sebagai bentuk dukungan nyata pemenuhan kebutuhan gizi keluarga balita, sedangkan pelatihan pengolahan makanan difokuskan pada peningkatan keterampilan praktis dalam mengolah makanan sehat menggunakan bahan yang mudah diperoleh dan bernilai gizi tinggi.

Evaluasi dampak kegiatan dilakukan melalui observasi langsung, pengisian lembar evaluasi, diskusi, dan wawancara singkat dengan peserta untuk menilai perubahan pengetahuan, sikap, dan keterampilan terkait pencegahan stunting. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan keberdayaan mitra, yang ditandai dengan meningkatnya pemahaman tentang pentingnya gizi seimbang, kemampuan mengolah makanan sehat, serta kesadaran dalam menjaga pola asuh dan sanitasi keluarga. Selain itu, capaian luaran juga terlihat dari meningkatnya partisipasi masyarakat, penguatan kolaborasi antara kelurahan, puskesmas, dan perguruan tinggi, serta terbentuknya komitmen bersama untuk menerapkan praktik hidup sehat secara berkelanjutan. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan dampak jangka pendek, tetapi juga menjadi fondasi penting bagi upaya pencegahan stunting yang berkelanjutan di Kelurahan Gunung Lingkas

Persiapan

Tahap persiapan dilakukan untuk memastikan seluruh rangkaian kegiatan berjalan sistematis dan sesuai kebutuhan mitra. Kegiatan persiapan meliputi: 1). Persiapan diawali dengan proses koordinasi bersama mitra yaitu pihak kelurahan dan puskesmas Gunung Lingkas, untuk menyepakati sasaran kegiatan, menentukan jumlah peserta, dan menyusun jadwal pelaksanaan program secara terstruktur. Koordinasi ini juga mencakup identifikasi keluarga balita penerima manfaat serta pembagian peran antara tim pelaksana dan mitra lapangan. 2). Penyusunan Materi dan Modul pelatihan yang mencakup topik pencegahan stunting, pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pola makan sehat, serta panduan pengolahan makanan bergizi. Materi penyuluhan dibuat dalam bentuk presentasi, leaflet, contoh menu, serta panduan praktis pengolahan makanan agar mudah dipahami oleh peserta.

3). Pengadaan bahan pangan bergizi dan logistik pendukung kegiatan, seperti paket sembako berisi telur, ayam, sayuran, dan buah, serta perlengkapan untuk pelatihan memasak seperti peralatan dapur, kompor, bahan pangan tambahan, dan wadah penyajian. Selain itu, media edukatif seperti poster dan bahan presentasi disiapkan untuk menunjang keberhasilan penyuluhan. 4). Penjadwalan dan Pengaturan Lokasi kegiatan di Kantor Kelurahan Gunung Lingkas, termasuk pengaturan ruang untuk sesi edukasi, area distribusi makanan bergizi, serta lokasi khusus untuk praktik memasak. Panitia juga menyiapkan daftar hadir, alat dokumentasi, dan format evaluasi yang akan digunakan selama dan setelah kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian Bersama Cegah Stunting melalui Edukasi dan Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Kelurahan Gunung Lingkas dilaksanakan melalui tiga program utama yaitu: 1). Edukasi Pencegahan Stunting, yang disampaikan melalui penyuluhan interaktif mengenai pemahaman dasar stunting, penyebab dan dampaknya terhadap tumbuh kembang anak, serta pentingnya pemenuhan gizi pada 1000 HPK. Penyuluhan dilakukan melalui ceramah, diskusi, dan pembagian leaflet sehingga peserta dapat memahami keterkaitan antara gizi, sanitasi, dan pola asuh dalam mencegah stunting. 2). Distribusi Makanan Bergizi untuk Keluarga Balita, yang

dilaksanakan dengan membagikan paket sembako bergizi kepada keluarga sasaran. Paket berisi bahan pangan seperti telur, ayam, sayur, dan buah yang dipilih berdasarkan kebutuhan gizi balita.

Selama proses distribusi, peserta diberikan penjelasan mengenai manfaat setiap bahan pangan, cara penyimpanan yang benar, serta rekomendasi sederhana terkait menu sehat yang dapat dibuat dari paket tersebut. 3). Pelatihan Pengolahan Makanan Sehat, yang dilakukan melalui demonstrasi dan praktik memasak menggunakan bahan pangan lokal dan bahan yang telah diterima peserta. Pelatihan ini mencakup teknik memasak sehat seperti mengukus, merebus, menumis rendah minyak, serta penyusunan menu seimbang untuk MP-ASI dan makanan keluarga. Peserta juga diajak untuk mencoba langsung mengolah makanan sehingga mampu menerapkan keterampilan ini secara mandiri di rumah.

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan sepanjang proses kegiatan melalui pengamatan langsung terhadap partisipasi masyarakat, pencatatan kehadiran, serta dokumentasi foto. Evaluasi pasca kegiatan dilakukan dengan pembagian formulir evaluasi, sesi diskusi, dan wawancara singkat dengan peserta untuk menilai peningkatan pemahaman terkait stunting, efektivitas distribusi makanan bergizi, serta kemampuan peserta dalam menerapkan keterampilan memasak sehat. Hasil monitoring dan evaluasi ini menjadi dasar untuk penyusunan laporan kegiatan serta rekomendasi tindak lanjut bagi pemerintah kelurahan dan puskesmas.

Hasil dan Pembahasan

Edukasi Pencegahan Stunting

Pelaksanaan program Edukasi Pencegahan Stunting Sejak Dini diawali dengan kegiatan penyuluhan yang melibatkan orang tua balita, ibu hamil, serta pengasuh anak di Kelurahan Gunung Lingkas. Kegiatan ini dilaksanakan di aula Kantor Kelurahan Gunung Lingkas dengan dukungan aparat kelurahan dan tenaga kesehatan dari puskesmas. Peserta yang hadir berasal dari berbagai RT dengan latar belakang sosial ekonomi beragam, namun sebagian besar merupakan keluarga dengan balita yang termasuk kelompok rentan risiko stunting sesuai pemetaan awal bersama mitra.

Sesi edukasi dirancang dalam format tatap muka interaktif yang menggabungkan pemaparan materi, tanya jawab, diskusi pengalaman, dan penjelasan visual menggunakan slide dan leaflet. Materi yang disampaikan berfokus pada beberapa poin utama, yaitu: (a) pengertian stunting, perbedaannya dengan sekadar “anak pendek”, serta mengapa stunting dikategorikan sebagai masalah gizi kronis, (b) pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai periode emas yang menentukan kualitas tumbuh kembang anak, (c) faktor risiko stunting yang terkait dengan asupan gizi, pola asuh, sanitasi, dan infeksi berulang, (d) peran ASI eksklusif, MP-ASI bergizi, dan pola makan seimbang dalam mencegah stunting, (e) konsekuensi jangka panjang stunting terhadap kecerdasan, prestasi belajar, serta produktivitas di masa dewasa.

Pada awal sesi, Tim PKM mengajukan beberapa pertanyaan pemantik untuk memetakan pemahaman awal peserta, seperti: “Apa itu stunting?”, “Apakah stunting bisa disembuhkan setelah anak besar?” dan “Sejak kapan gizi anak harus diperhatikan?”. Dari respons spontan yang muncul, terlihat bahwa sebagian peserta masih menyamakan stunting dengan “sekadar tubuh pendek karena faktor keturunan” dan belum memahami

bahwa stunting berkaitan erat dengan kurang gizi kronis sejak masa kehamilan dan awal kehidupan anak. Masih cukup banyak pula peserta yang belum mengetahui konsep 1000 HPK dan menganggap perhatian terhadap gizi baru penting setelah anak mulai makan makanan padat.

Setelah sesi pemaparan materi, dilakukan penguatan melalui contoh kasus sederhana yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Misalnya, dijelaskan perbedaan antara anak yang tinggi badannya sesuai umur serta aktif dan jarang sakit, dengan anak sebaya yang lebih pendek, sering sakit, dan mengalami keterlambatan dalam kemampuan berbicara atau belajar. Pendekatan ini membuat peserta lebih mudah memahami bahwa stunting bukan hanya masalah fisik, tetapi juga menyangkut fungsi otak dan masa depan anak. Tim PKM juga menekankan bahwa stunting bersifat sulit dipulihkan bila tidak dicegah pada periode 1000 HPK, sehingga pencegahan jauh lebih penting daripada penanganan setelah terlambat.

Sebagai bagian dari evaluasi sederhana terhadap efektivitas edukasi, peserta diminta mengisi lembar evaluasi setelah kegiatan. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut, sebagian besar peserta menyatakan bahwa materi yang disampaikan membantu mereka “menyadari kembali” pentingnya gizi seimbang untuk balita dan ibu hamil, serta memahami bahwa stunting merupakan kondisi yang serius dan bukan sekadar masalah estetika tubuh. Banyak peserta yang sebelumnya belum pernah mendengar istilah 1000 HPK menyatakan bahwa mereka kini mengetahui bahwa masa kehamilan hingga usia dua tahun merupakan periode yang sangat menentukan bagi masa depan anak.

Selain penguatan konsep, edukasi juga memberikan contoh konkret langkah pencegahan yang dapat dilakukan di tingkat rumah tangga, misalnya: (a) memastikan ibu hamil mendapatkan asupan makanan bergizi (sumber karbohidrat, protein hewani dan nabati, sayur, dan buah), (b) memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan dan melanjutkan ASI hingga usia 2 tahun dengan MP-ASI bergizi seimbang, (c) menghindari pemberian makanan instan rendah gizi secara berlebihan, (d) menjaga kebersihan lingkungan, sanitasi, dan kebiasaan cuci tangan pakai sabun untuk mencegah infeksi berulang, dan (e) melakukan penimbangan dan pemantauan tumbuh kembang di posyandu secara rutin.

Respon peserta terhadap program edukasi ini secara umum sangat positif. Dalam sesi diskusi terbuka, beberapa ibu mengungkapkan bahwa mereka sebelumnya menganggap stunting sebagai “takdir” atau “faktor keturunan”, namun setelah mendapat penjelasan, mereka memahami bahwa banyak faktor risiko yang dapat dikendalikan melalui pola makan, pola asuh, dan upaya menjaga kesehatan lingkungan. Ada juga peserta yang menyampaikan bahwa mereka selama ini lebih fokus pada “anak kenyang” tanpa memperhatikan keseimbangan zat gizi di dalam makanan. Dari sudut pandang mitra, aparat kelurahan dan tenaga kesehatan menyatakan bahwa kegiatan edukasi ini membantu memperkuat pesan-pesan kesehatan yang selama ini sudah disampaikan melalui posyandu, namun sering kali belum sepenuhnya dipahami oleh masyarakat.

Sehingga dengan adanya sesi khusus yang fokus pada stunting dan 1000 HPK, pesan menjadi lebih terstruktur dan mudah ditangkap. Mereka juga menilai bahwa penggunaan contoh menu sederhana dan bahasa yang kontekstual dengan kehidupan sehari-hari membuat materi terasa tidak “menakutkan” tetapi justru memotivasi. Hasil pelaksanaan program edukasi ini menunjukkan bahwa intervensi penyadaran (*awareness*) merupakan langkah awal yang sangat penting sebelum masuk ke intervensi teknis seperti distribusi makanan bergizi dan pelatihan pengolahan makanan. Tanpa pemahaman yang memadai, bantuan pangan dan pelatihan keterampilan berisiko dipandang sekadar sebagai kegiatan

sesaat, bukan sebagai bagian dari upaya jangka panjang untuk mencegah stunting. Peserta diajak memahami bahwa apa yang mereka makan dan bagaimana mereka merawat anak hari ini akan menentukan kualitas hidup anak di masa depan.

Program Edukasi Pencegahan Stunting Sejak Dini dapat dikatakan berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat tentang stunting, faktor penyebabnya, serta langkah pencegahan yang dapat dilakukan di tingkat keluarga. Edukasi ini menjadi fondasi penting bagi keberhasilan dua program berikutnya, yakni distribusi makanan bergizi dan pelatihan pengolahan makanan sehat, karena masyarakat sudah memiliki kerangka pikir bahwa gizi dan pengasuhan adalah investasi jangka panjang bagi generasi yang akan datang.

Program Distribusi Makanan Bergizi

Program Distribusi Makanan Bergizi untuk Keluarga Balita merupakan intervensi langsung yang bertujuan membantu keluarga balita di Kelurahan Gunung Lingkas dalam memenuhi kebutuhan gizi harian anak. Program ini dilaksanakan berdasarkan hasil pemetaan awal yang menunjukkan bahwa banyak keluarga mengalami keterbatasan dalam mengakses pangan berkualitas akibat faktor ekonomi, pengetahuan yang terbatas mengenai pemilihan bahan pangan, serta ketidakmampuan menyediakan makanan sehat secara konsisten. Pelaksanaan program berlangsung dalam beberapa tahap mulai dari pendataan penerima manfaat, penyiapan paket pangan bergizi, distribusi langsung kepada keluarga sasaran, hingga sesi penyuluhan singkat mengenai manfaat bahan pangan dan cara pengolahannya.



Gambar 1. Pendataan Pendataan Keluarga Balita

Tahap pertama pelaksanaan program adalah pendataan keluarga balita yang berisiko atau sedang mengalami masalah gizi. Pendataan dilakukan bekerja sama dengan kader posyandu, RT setempat, dan puskesmas Gunung Lingkas. Hasil pendataan menunjukkan bahwa sebagian besar keluarga penerima manfaat merupakan keluarga dengan pendapatan rendah, keluarga dengan balita berstatus gizi kurang, serta keluarga yang sulit mengakses sumber pangan berkualitas karena keterbatasan biaya. Proses pendataan ini memastikan bahwa bantuan yang diberikan tepat sasaran dan diterima oleh keluarga yang benar-benar membutuhkan dukungan pangan bergizi.

Tahap berikutnya adalah penyusunan paket makanan bergizi yang dibagikan kepada keluarga balita. Paket pangan yang disiapkan berisi bahan makanan yang dipilih berdasarkan kebutuhan gizi balita, terutama sumber protein hewani dan nabati, vitamin, dan mineral. Setiap paket berisi telur, ayam, sayuran hijau, wortel, buah-buahan, dan beberapa bahan pangan tambahan yang mendukung kebutuhan gizi mikro. Jenis pangan tersebut dipilih karena kandungan gizinya yang tinggi, mudah diolah, dan sesuai dengan rekomendasi menu sehat bagi balita dan ibu hamil. Bahan pangan dibeli dalam kondisi

segar dan diolah dalam bentuk paket yang siap dibagikan agar mudah diterima oleh peserta.



Gambar 2. *Distribusi Pangan Bergizi*

Distribusi pangan bergizi dilakukan secara terjadwal di kantor Kelurahan Gunung Lingkas. Pada hari pelaksanaan, peserta yang hadir telah mendaftar sebelumnya dan mengikuti proses pemanggilan berdasarkan daftar penerima manfaat. Kegiatan distribusi tidak hanya sekadar pembagian paket sembako, tetapi juga dikombinasikan dengan penyuluhan singkat mengenai manfaat setiap bahan pangan dalam paket tersebut. Misalnya, Tim PKM menjelaskan bahwa telur dan ayam merupakan sumber protein berkualitas tinggi yang penting untuk pertumbuhan sel, otak, dan otot anak. Sayuran hijau dijelaskan sebagai sumber zat besi dan vitamin yang membantu mencegah anemia, sedangkan buah-buahan berfungsi memberikan vitamin penting yang membantu menjaga daya tahan tubuh anak.

Selama pelaksanaan distribusi, terlihat bahwa program mendapat respons positif dari peserta. Banyak ibu menyampaikan bahwa bantuan pangan tersebut sangat bermanfaat, terutama karena harga pangan bergizi seperti telur, ayam, dan buah tidak selalu terjangkau bagi mereka. Beberapa peserta juga menyatakan bahwa mereka sering kali kesulitan menentukan bahan makanan yang tepat untuk balita, sehingga paket pangan yang diberikan membantu mereka memahami apa saja yang harus disiapkan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak. Dengan paket pangan yang diberikan, keluarga dapat menyediakan menu bergizi tanpa perlu khawatir mengenai biaya tambahan yang besar.

Sisi mitra, aparat kelurahan dan puskesmas menilai bahwa program distribusi pangan ini membantu meringankan beban keluarga dan memperkuat upaya pencegahan stunting di wilayah tersebut. Mereka menyampaikan bahwa intervensi seperti ini penting karena banyak keluarga masih mengalami keterbatasan dalam menyediakan makanan sehat sehari-hari, sehingga bantuan pangan bergizi dapat meningkatkan peluang balita untuk mendapatkan asupan nutrisi yang lebih baik. Selain itu, kader posyandu menyatakan bahwa program ini mendukung kegiatan pemantauan tumbuh kembang di posyandu karena orang tua menjadi lebih sadar tentang kebutuhan gizi balita.

Dampak awal dari program ini mulai terlihat dari peningkatan pemahaman peserta mengenai pemilihan bahan pangan yang tepat untuk balita. Melalui diskusi informal setelah pembagian paket, banyak peserta mengungkapkan bahwa mereka baru mengetahui pentingnya kombinasi protein hewani, sayuran, dan buah dalam satu menu. Sebagian peserta bahkan menyampaikan bahwa mereka berencana mengganti beberapa kebiasaan konsumsi yang selama ini terlalu banyak mengandalkan makanan instan atau

makanan berlemak rendah gizi. Program Distribusi Makanan Bergizi memberikan kontribusi nyata dalam mendukung pemenuhan gizi balita di Kelurahan Gunung Lingkas.

Program ini tidak hanya menyalurkan bantuan pangan, tetapi juga memberikan edukasi gizi sederhana yang meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya makanan sehat dalam mencegah stunting. Intervensi ini menjadi pelengkap penting bagi program edukasi dan pelatihan memasak, karena menyediakan bahan pangan yang dapat diolah dengan keterampilan yang dipelajari melalui program pengolahan makanan sehat. Dengan demikian, distribusi pangan bergizi tidak hanya membantu secara langsung dalam pemenuhan gizi, tetapi juga berperan strategis dalam mengubah pola konsumsi keluarga menuju pola makan yang lebih sehat dan seimbang.

Pelatihan Pengolahan Makanan Sehat

Program Pelatihan Pengolahan Makanan Sehat merupakan rangkaian ketiga dari keseluruhan kegiatan pengabdian Bersama Cegah Stunting yang dilaksanakan di Kelurahan Gunung Lingkas. Program ini dirancang sebagai bentuk intervensi yang berfokus pada peningkatan keterampilan praktis keluarga, khususnya para ibu rumah tangga, dalam mengolah bahan pangan menjadi makanan bergizi seimbang yang sesuai kebutuhan tumbuh kembang balita. Pelatihan ini sangat penting karena distribusi makanan bergizi hanya akan berdampak optimal apabila keluarga mampu mengolah bahan pangan tersebut dengan teknik yang tepat dan sesuai prinsip gizi seimbang.

Pelatihan dilaksanakan secara tatap muka di halaman Kantor Kelurahan Gunung Lingkas dengan melibatkan Tim PKM dari tim pengabdian serta tenaga kesehatan dari puskesmas. Peserta pelatihan terdiri atas ibu-ibu penerima manfaat program distribusi pangan bergizi serta pengasuh balita yang ingin meningkatkan pengetahuan dan keterampilan memasak sehat. Kegiatan diawali dengan pengenalan mengenai prinsip dasar pengolahan makanan bergizi, seperti teknik memasak yang meminimalkan kehilangan nutrisi, pentingnya kombinasi pangan sumber protein, vitamin, dan mineral, serta penghindaran penggunaan minyak, garam, dan penyedap berlebihan yang tidak dianjurkan untuk balita.

Pada bagian awal pelatihan, Tim PKM menjelaskan berbagai teknik memasak sehat seperti mengukus, merebus, memanggang, dan menumis rendah minyak. Penjelasan diberikan melalui demonstrasi langsung agar peserta dapat memahami perbedaan hasil dan manfaat setiap teknik memasak. Misalnya, Tim PKM menunjukkan bahwa sayuran yang direbus dalam waktu terlalu lama dapat kehilangan sebagian besar vitamin yang larut dalam air, sementara teknik kukus lebih mampu mempertahankan kualitas gizinya. Contoh konkret seperti ini membantu peserta memahami alasan ilmiah di balik pemilihan metode memasak tertentu. Setelah sesi demonstrasi awal, pelatihan dilanjutkan dengan praktik memasak bersama. Peserta dibagi ke dalam beberapa kelompok kecil untuk mencoba mengolah menu sederhana berbahan dasar paket pangan yang sebelumnya telah didistribusikan, seperti sop ayam sayur, telur kukus lembut, tumis sayuran rendah minyak, puree wortel dan labu untuk MP-ASI, serta menu sarapan sehat berbasis buah. Tim PKM memberikan pendampingan selama proses memasak, memastikan peserta memahami langkah-langkahnya dan mampu mengikuti resep dengan baik. Suasana pelatihan berlangsung aktif, karena banyak peserta berdiskusi dan mengajukan pertanyaan mengenai alternatif bahan makanan yang terjangkau namun tetap bergizi.

Selama kegiatan berlangsung, terlihat bahwa sebagian besar peserta belum familiar dengan teknik memasak sehat, khususnya teknik steam (kukus) dan quick sauté (tumis cepat rendah minyak). Banyak peserta yang terbiasa menggunakan minyak dalam jumlah

besar atau memasak dalam waktu lama karena beranggapan bahwa makanan akan terasa lebih enak atau matang sempurna. Melalui penjelasan Tim PKM, peserta memperoleh pemahaman baru bahwa cara memasak yang keliru dapat mengurangi kandungan gizi, sehingga berdampak pada kualitas asupan bagi balita. Contoh sederhana seperti memasak telur dengan cara dikukus atau direbus dibandingkan menggoreng juga memberikan wawasan baru bagi ibu-ibu peserta.

Salah satu aspek penting dalam pelatihan ini adalah memberikan edukasi mengenai penyusunan menu seimbang dalam konteks kondisi ekonomi masyarakat. Tim PKM menekankan bahwa makanan bergizi tidak selalu harus mahal, melainkan dapat disesuaikan dengan bahan pangan lokal yang tersedia. Beberapa peserta mengaku bahwa mereka selama ini kesulitan menyusun menu yang beragam karena keterbatasan biaya dan kurangnya pengetahuan mengenai alternatif bahan makanan. Melalui pelatihan ini, peserta belajar bahwa bahan pangan seperti telur, tahu, tempe, sayuran lokal, dan buah musiman dapat menjadi sumber gizi penting yang sangat efektif dalam mencegah stunting. Setiap kelompok menyajikan hasil masakannya dan berdiskusi mengenai nilai gizi menu yang disiapkan.

Tim PKM memberikan umpan balik mengenai komposisi gizi, teknik memasak, serta cara penyajian yang layak untuk balita. Antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan mengenai porsi makan untuk balita, frekuensi pemberian MP-ASI, hingga tips agar anak mau makan sayur atau makanan bergizi lainnya. Beberapa ibu bahkan mencatat resep dan teknik memasak yang dirasa baru bagi mereka untuk dipraktikkan kembali di rumah. Berdasarkan hasil observasi selama pelatihan, terlihat adanya peningkatan pemahaman peserta mengenai teknik memasak sehat dan pentingnya menjaga kualitas gizi dalam makanan sehari-hari. Peserta yang sebelumnya terbiasa menggunakan metode menggoreng untuk hampir semua makanan mulai memahami bahwa variasi teknik memasak dapat mendukung gizi yang lebih baik bagi anak.

Selain itu, peserta menyatakan bahwa mereka memperoleh wawasan baru mengenai cara menyusun menu sehat yang tetap terjangkau, terutama bagi keluarga dengan pendapatan rendah. Dari hasil evaluasi singkat setelah kegiatan, sebagian besar peserta menyatakan bahwa pelatihan ini sangat bermanfaat dan memberikan keterampilan baru yang dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Mereka juga mengapresiasi bahwa pelatihan tidak hanya memberikan teori tetapi juga praktik langsung yang memungkinkan peserta mencoba teknik memasak secara nyata. Pihak kelurahan dan puskesmas menilai bahwa program pelatihan ini menjadi pelengkap yang sangat efektif bagi dua program sebelumnya karena mampu menjembatani pemahaman masyarakat mengenai gizi dengan keterampilan memasak yang aplikatif.

Program Pelatihan Pengolahan Makanan Sehat berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengolah pangan bergizi sesuai kebutuhan balita. Pelatihan ini tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis peserta, tetapi juga memperkuat kesadaran mereka bahwa pengolahan makanan yang tepat adalah salah satu kunci dalam pencegahan stunting. Dengan keterampilan baru ini, keluarga di Kelurahan Gunung Lingkas diharapkan mampu menyediakan makanan sehat secara mandiri, berkelanjutan, dan konsisten, sehingga mendukung tumbuh kembang optimal anak serta upaya jangka panjang dalam menurunkan angka stunting di wilayah tersebut.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa edukasi gizi dan pencegahan stunting yang diberikan secara langsung kepada keluarga balita mampu meningkatkan

pengetahuan, sikap, dan perilaku orang tua dalam pemenuhan gizi anak. Penelitian terdahulu menyatakan bahwa edukasi berbasis komunitas mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) secara signifikan meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya asupan gizi, pola asuh, dan sanitasi, serta mendorong perubahan perilaku dalam pemberian makanan anak (Rahmawati et al., 2021). Temuan serupa juga dilaporkan oleh penelitian terdahulu yang menyimpulkan bahwa pendekatan edukatif berbasis diskusi dan praktik langsung lebih efektif dibandingkan penyuluhan satu arah, karena mampu meningkatkan kesadaran dan keterlibatan aktif peserta (Sari & Handayani, 2020).

Selain itu, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa program distribusi makanan bergizi yang disertai edukasi gizi memberikan dampak nyata terhadap peningkatan kecukupan asupan protein dan mikronutrien pada balita, khususnya pada keluarga dengan keterbatasan ekonomi (Putri et al. 2022). Studi tersebut menegaskan bahwa bantuan pangan akan lebih efektif apabila disertai pemahaman mengenai cara pemanfaatannya, sehingga tidak hanya bersifat konsumtif tetapi juga edukatif. Hal ini sejalan dengan temuan dalam kegiatan di Kelurahan Gunung Lingkas, di mana distribusi pangan tidak hanya membantu pemenuhan gizi, tetapi juga meningkatkan kesadaran keluarga dalam memilih dan mengolah bahan makanan sehat.

Secara keseluruhan, hasil-hasil penelitian terdahulu tersebut memperkuat temuan dalam kegiatan ini bahwa pendekatan terpadu melalui edukasi, distribusi pangan bergizi, dan pelatihan pengolahan makanan sehat merupakan strategi efektif dalam upaya pencegahan stunting, khususnya pada masyarakat dengan keterbatasan ekonomi dan akses informasi. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga membangun keterampilan praktis dan kesadaran jangka panjang dalam pemenuhan gizi keluarga

Kesimpulan

Program pengabdian kepada masyarakat bertajuk “Bersama Cegah Stunting melalui Edukasi dan Pemenuhan Gizi Seimbang sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Kelurahan Gunung Lingkas” memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, serta keterampilan keluarga balita terkait pencegahan stunting. Kegiatan ini dirancang sebagai respons terhadap berbagai permasalahan utama yang dihadapi masyarakat, seperti rendahnya pemahaman tentang gizi, keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, serta minimnya keterampilan dalam mengolah makanan sehat. Untuk menjawab tantangan tersebut, program dilaksanakan melalui tiga pendekatan utama yang saling terintegrasi, yaitu edukasi pencegahan stunting, distribusi makanan bergizi, dan pelatihan pengolahan makanan sehat. Melalui kegiatan edukasi, orang tua dan pengasuh balita memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai konsep stunting, pentingnya periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), peran gizi seimbang, ASI eksklusif, MP-ASI, sanitasi, serta pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak.

Program distribusi makanan bergizi turut memberikan kontribusi nyata dalam membantu keluarga memenuhi kebutuhan nutrisi harian, sekaligus meningkatkan kesadaran dalam memilih dan memanfaatkan bahan pangan yang sehat, terjangkau, dan bernilai gizi tinggi. Di sisi lain, pelatihan pengolahan makanan sehat berperan penting dalam meningkatkan keterampilan ibu rumah tangga dalam mengolah bahan pangan secara tepat agar kandungan gizinya tetap terjaga dan sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak. Hasil pelaksanaan program menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas yang memadukan aspek pengetahuan, ketersediaan pangan, dan keterampilan

pengolahan makanan mampu memperkuat upaya pencegahan stunting di tingkat keluarga. Keberhasilan ini juga didukung oleh kolaborasi lintas sektor antara pemerintah kelurahan, puskesmas, kader posyandu, dan perguruan tinggi. Secara keseluruhan, program ini tidak hanya meningkatkan kesadaran dan kapasitas keluarga dalam pemenuhan gizi balita, tetapi juga mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat yang berkelanjutan. Dengan demikian, kegiatan ini berpotensi menjadi model intervensi yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik sosial yang serupa.

Acknowledgment

-

Daftar Pustaka

- Akmala, W. (2024). Peran Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Tematik Kluster Pelayanan Publik Dalam Mengoptimalkan Program Penurunan Stunting Di Desa Tuva, Kecamatan Gumbasa, Kabupaten Sigi. *Menara Kearifan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 22-27.
- Ansar, R. T. W., & Yuliani, D. P. (2025). Optimalisasi pencegahan stunting dalam perlindungan sosial di kabupaten kolaka provinsi sulawesi tenggara (*Doctoral dissertation, IPDN*).
- Apriadi, D., & Hidayat, N. (2022). Kuliah Kerja Nyata: Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Kegiatan Pendampingan Pendidikan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Paguntaka*, 1(1), 25-30. <https://doi.org/10.31764/jmm.v5i2.4122>
- Handayani, D. (2023). Analisis pengaruh bantuan program sembako terhadap prevalensi stunting di Indonesia (Tesis). Universitas Indonesia Repository. Diakses dari <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920519771>.
- Harahap, H. M., Widyastuti, A., Nurjanah, A. E., Wlakusa, H., Nasikha, H., Lestari, I., ... & Saputra, Y. E. (2024). KKN-Tematik Upaya Penguatan Ketahanan Pangan Masyarakat Dan Percepatan Penurunan Stunting Melalui Optimalisasi Potensi Daerah. *Eastasouth Journal of Impactive Community Services*, 3(01), 26-45. <https://doi.org/10.58812/ejimcs.v3i01.279>
- Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting pada Anak Balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 1-6. <https://doi.org/10.59025/js.v2i1.54>
- Hidayat, N., Jumadi, J., Wulandari, S., Kurniawan, MF, Ingan, R., Jumaiti, J., & Fitriani, LT (2025). Pemberdayaan Masyarakat Pesisir Melalui Edukasi Gizi dan Intervensi Bubur Kacang Hijau untuk Pengendalian Hipertensi di Kelurahan Pantai Amal RT 11. *Harmoni Pendidikan: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2 (3), 80-86. <https://doi.org/10.62383/hardik.v2i3.1750>
- Hidayat, N., Rachmawani, D., Saputra, F., Safitri, L., Putra, A. A. E., Sukmawati, S. K., & Asyirah, N. (2024). Program pemberdayaan ibu rumah tangga di kelurahan juata kerikil, kota tarakan: meningkatkan pendapatan dan gizi masyarakat melalui pengolahan daging ikan tenggiri menjadi olahan pempek. *Jurnal pengabdian masyarakat*, 2(2), 1-8. <https://doi.org/10.58818/jpm.v2i2.50>
- Hidayat, N., Sudiyadi, AP, & Ariestyaningrum, D. (2025). Analisis Persediaan Tiga Jenis Beras Terlaris di Toko Beringin Mart Kota Tarakan Dengan Metode ABC (Activity

- based costing) Berbasis Pom-Qm For Windows. *JIBEMA: Jurnal Ilmu Bisnis, Ekonomi, Manajemen, dan Akuntansi*, 3 (1), 1-13.
<https://doi.org/10.62421/jibema.v3i1.132>
- Hitman et al., (2019). "Penyuluhan pencegahan stunting pada anak (stunting prevention expansion in children)," *Community Dev. J.*, vol. 2, no. 3, pp. 624-628, 2021, [Online]. Available: <https://journal.upy.ac.id/index.php/lppm/article/view/642>
- Jihad, F. F., Mayasari, J. S., Ananta, A. C., Sasdyanti, S., Bintang, R. S., Wahyuni, R. S., ... & Duana, M. (2024). Pemberdayaan Mahasiswa Dalam Praktik Belajar Lapangan Untuk Mengatasi Stunting Di Desa: Pendekatan Terpadu Dan Sinergis. *KHIDMAH: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 33-38.
<https://doi.org/10.46367/khidmah.v1i2.2119>
- Nuryuda, R. F. (2021). Sosialisasi Dampak Pemberian Sembako Guna Menyeimbangkan Kebutuhan Gizi pada Keluarga Rawan Stunting di Kelurahan Pataruman Kota Banjar. *Lentera Karya Edukasi*, 4(2), 65-76.
<https://doi.org/10.17509/lekaedu.v4i2.62779>
- Putri, A. R., Nugroho, A., & Hidayati, L. (2022). Efektivitas program bantuan pangan bergizi terhadap status gizi balita pada keluarga berisiko stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(3), 189-197.
- Rahmawati, D., Suryani, N., & Lestari, W. (2021). Edukasi gizi berbasis masyarakat dalam upaya pencegahan stunting pada ibu balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 123-131.
- Sari, M., & Handayani, S. (2020). Pengaruh penyuluhan gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita tentang pencegahan stunting. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 12(1), 45-52.
- Sari, D. N., Zisca, R., Widyawati, W., Astuti, Y., & Melysa, M. (2023). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 4(1), 85-94.
- Setyorini R. Heru, & Andriyani, A. (2023). Peningkatan pengetahuan tentang stunting sebagai upaya pencegahan terjadinya stunting. *Jurnal Bina Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2). <https://doi.org/10.55081/jbpkm.v4i1.881>
- Siwi, A. P. R., & Maruti, E. S. (2024, Agustus). Kontribusi Pencegahan Stunting Bersama Mahasiswa PMM Melalui Penyuluhan dan Berbagi Sembako di Puskesmas Kassi-Kassi-Makassar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(6), 69-72.
<https://doi.org/10.62017/jpmi>
- Wardana, A. K., & Astuti, I. W. (2019). Penyuluhan pencegahan stunting pada anak [Stunting prevention in children]. *Jurnal Berdaya Mandiri*, 1(2).
<https://doi.org/10.31316/jbm.v1i2.642>
- World Health Organization. (2014). *Childhood Stunting: Challenges and opportunities. Report of a Promoting Healthy Growth and Preventing Childhood Stunting colloquium*. WHO Geneva, 34.