

Sosialisasi Pentingnya Pencegahan Stunting bagi Siswa

Anung Probo Ismoko¹, Yudha Febrianta², RD. Devy Citra Pratiwi³.

^{1, 2, 3} Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia.

*Correspondence: ismokoanung@ump.ac.id

¹ Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, Indonesia.

Dikirimkan : 12 Desember 2025

Diterima : 30 Desember 2025

Diterbitkan : 30 Desember 2025

Abstrak

Latar Belakang: Stunting adalah gangguan pertumbuhan pada anak yang disebabkan oleh malnutrisi kronis, yang mengakibatkan keterlambatan dalam perkembangan fisik dan mental. Kondisi ini menimbulkan risiko jangka panjang bagi kesehatan, kemampuan kognitif, dan produktivitas anak. Oleh karena itu, meningkatkan kesadaran tentang pencegahan stunting di kalangan siswa SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga sangat penting untuk membantu siswa, orang tua, dan masyarakat memahami bahaya stunting dan pentingnya gizi yang adekuat.

Tujuan : Tujuan program pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pengetahuan kepada siswa tentang bahaya stunting, dampaknya terhadap perkembangan fisik dan mental, serta pentingnya gizi yang cukup untuk mendukung pertumbuhan optimal.

Metode : Program Pengabdian Masyarakat (PPM) ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Data dan temuan disajikan dalam bentuk naratif, berdasarkan pengamatan, penjelasan, dan refleksi yang dikumpulkan selama kegiatan pendidikan pencegahan stunting.

Hasil : Program ini berhasil menyampaikan pendidikan pencegahan stunting dengan melibatkan mahasiswa secara aktif sebagai agen perubahan. Kegiatan ini meningkatkan pemahaman mahasiswa tentang stunting, meningkatkan kesadaran mereka akan kebutuhan gizi, dan secara positif mempengaruhi sikap dan perilaku mereka. Dampak program ini meluas beyond mahasiswa, meningkatkan kesadaran di kalangan komunitas sekolah yang lebih luas.

Kesimpulan : Kegiatan pelayanan masyarakat ini secara efektif mencapai tujuannya dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pencegahan stunting. Program ini memberikan kontribusi positif yang signifikan dalam membentuk perilaku yang lebih sehat dan memperkuat pemahaman komunitas, memberikan landasan penting untuk membangun generasi mendatang yang lebih sehat, cerdas, dan produktif.

Kata kunci : Sosialisasi, Pencegahan, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak yang disebabkan oleh malnutrisi kronis dan mengakibatkan keterlambatan pertumbuhan fisik dan mental. Menurut data dari Kementerian Kesehatan Indonesia, prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi, yaitu sekitar 27% pada tahun 2020 (Muchtar dkk., 2023). Stunting dapat memiliki dampak negatif pada anak, seperti penurunan sistem kekebalan tubuh, gangguan perkembangan otak, dan penurunan produktivitas di masa depan. Oleh karena itu, pencegahan stunting sangat penting sejak usia dini. Sosialisasi pentingnya pencegahan stunting bagi siswa di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga merupakan langkah penting untuk meningkatkan kesadaran siswa, orang tua, dan masyarakat sekitar tentang bahaya stunting dan cara mencegahnya. Sosialisasi ini dapat dilakukan melalui berbagai kegiatan, seperti seminar, lokakarya, kampanye, dan kegiatan pendidikan lainnya.

Sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam sosialisasi pencegahan stunting, karena di sekolah lah anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya (Fida Fitriani dkk., 2022). Dengan melibatkan siswa dalam sosialisasi pencegahan stunting, diharapkan pesan tentang pentingnya gizi seimbang dan kebiasaan makan yang baik dapat lebih mudah disampaikan dan diterima oleh siswa. Beberapa contoh kegiatan sosialisasi pencegahan stunting yang dapat dilakukan di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga antara lain mengadakan seminar kesehatan, lokakarya memasak sehat, kampanye makan sehat, dan kegiatan lain yang dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya pencegahan stunting. Dengan sosialisasi ini, diharapkan dapat tercipta lingkungan yang mendukung pencegahan stunting, sehingga anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik serta mencapai potensi optimal mereka.

Selama ini, intervensi pencegahan stunting lebih banyak difokuskan pada balita dan ibu hamil, sementara kelompok remaja, khususnya siswa sekolah menengah, belum menjadi sasaran utama secara optimal. Padahal, masa remaja merupakan fase kritis pertumbuhan lanjutan (catch-up growth) sekaligus periode pembentukan kebiasaan hidup sehat yang berpengaruh terhadap status gizi jangka panjang. Remaja juga berperan sebagai calon orang tua dan agen perubahan di lingkungan keluarga maupun masyarakat. Sekolah menengah memiliki posisi strategis sebagai wahana edukasi kesehatan karena menjangkau remaja secara sistematis dan berkelanjutan. Melalui pendekatan edukatif yang terstruktur, sekolah dapat menjadi pusat penguatan literasi gizi dan pencegahan stunting berbasis perilaku. Oleh karena itu, kegiatan

pengabdian kepada masyarakat yang menargetkan siswa sekolah menengah sebagai subjek utama pencegahan stunting menjadi sangat relevan dan mendesak untuk dilakukan.

Tujuan program pengabdian masyarakat ini adalah memberikan informasi tentang bahaya stunting dan dampaknya terhadap perkembangan fisik dan mental siswa. Program ini juga memberikan pemahaman yang lebih dalam kepada siswa tentang pentingnya gizi dan dampaknya terhadap pertumbuhan. Selain itu, program ini meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya gizi seimbang dan kebiasaan makan yang baik dalam mencegah stunting. Program ini juga mendidik siswa tentang peran krusial gizi dalam mendukung pertumbuhan optimal selama masa remaja. Program ini juga memberdayakan siswa untuk mengintegrasikan kebiasaan makan sehat ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. Penelitian sebelumnya yang relevan dengan program layanan masyarakat ini meliputi “Layanan Masyarakat Melalui Sosialisasi Pencegahan Stunting di Desa Lubuk Agung” oleh Zufriady, Anggun Pebri Marconi, Brian Ilmi Faisal Adam, Khalifatul Zikri, Naufal Rivaldo Darmaneva, Novia Rahmatul Azizah, Putri Limbong, Resti Osmi Febrianti, Shalsi Fadila, Vina Sahbani, Zelfira Juwita, (Zufriady dkk., 2022) dan penelitian berjudul “Optimasi Pencegahan dan Penanganan Stunting di Desa Sungai Tuan Ilir” oleh Taufik Hidayat, Any Zahrotul Widniah, Annisa Febriana, (Widniah dkk., 2022) .

METODE

Desain Studi dan Peserta

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PPM) ini menggunakan desain deskriptif kualitatif, karena temuan disajikan dalam bentuk kata-kata, narasi, dan penjelasan deskriptif. Kegiatan ini dilaksanakan melalui program sosialisasi tentang pentingnya pencegahan stunting. Peserta program ini adalah siswa SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga, yang aktif terlibat dalam sesi pembelajaran dan diskusi.

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam program ini meliputi slide PowerPoint (PPT) sebagai media pendukung untuk penyampaian materi selama sesi sosialisasi. Selain itu, kuesioner Google Form digunakan untuk mengumpulkan data mengenai pemahaman dan kesadaran siswa tentang pencegahan stunting.

Analisis Data

Data yang diperoleh dari tanggapan Google Form dikompilasi, diorganisir, dan dianalisis secara deskriptif. Analisis berfokus pada interpretasi tingkat pemahaman dan

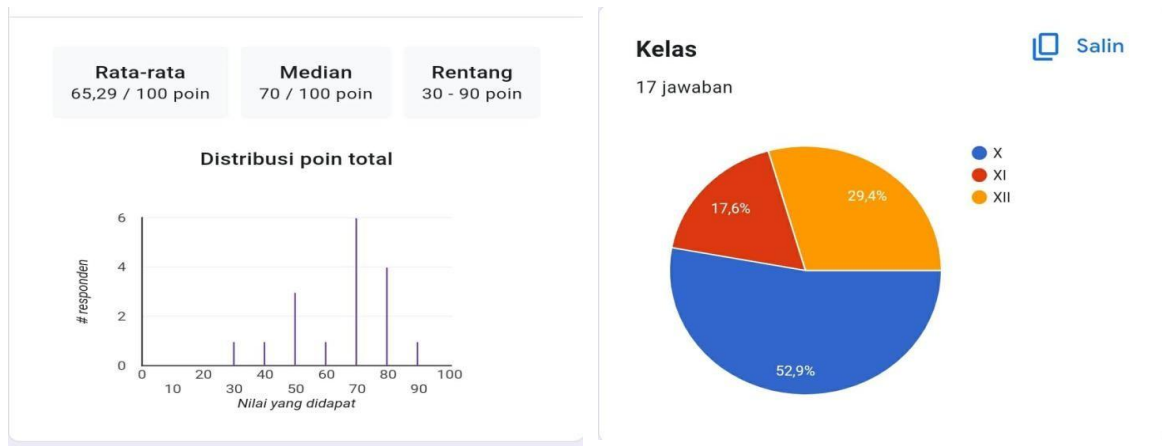
kesadaran siswa, yang menjadi dasar untuk merumuskan hasil dan kesimpulan program pengabdian masyarakat.

HASIL

Salah satu upaya untuk mencegah stunting dilakukan melalui kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga. Upaya pencegahan stunting meliputi pemberian pendidikan kepada remaja yang akan menjadi pelopor perubahan dan menjadi generasi emas. Program-program pelayanan masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya pencegahan stunting. Kegiatan ini secara langsung melibatkan siswa, dengan harapan pesan tentang gizi seimbang dan kebiasaan makan yang baik dapat lebih mudah disampaikan dan diterima oleh mereka. Selama kegiatan penyuluhan, peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif. Kegiatan penyuluhan ini didukung oleh presentasi PowerPoint (PPT) sebagai referensi untuk menyampaikan materi kepada siswa. Selain itu, untuk mengukur pemahaman siswa tentang pentingnya pencegahan stunting, peneliti menggunakan Google Form sebagai alat pengumpulan data.

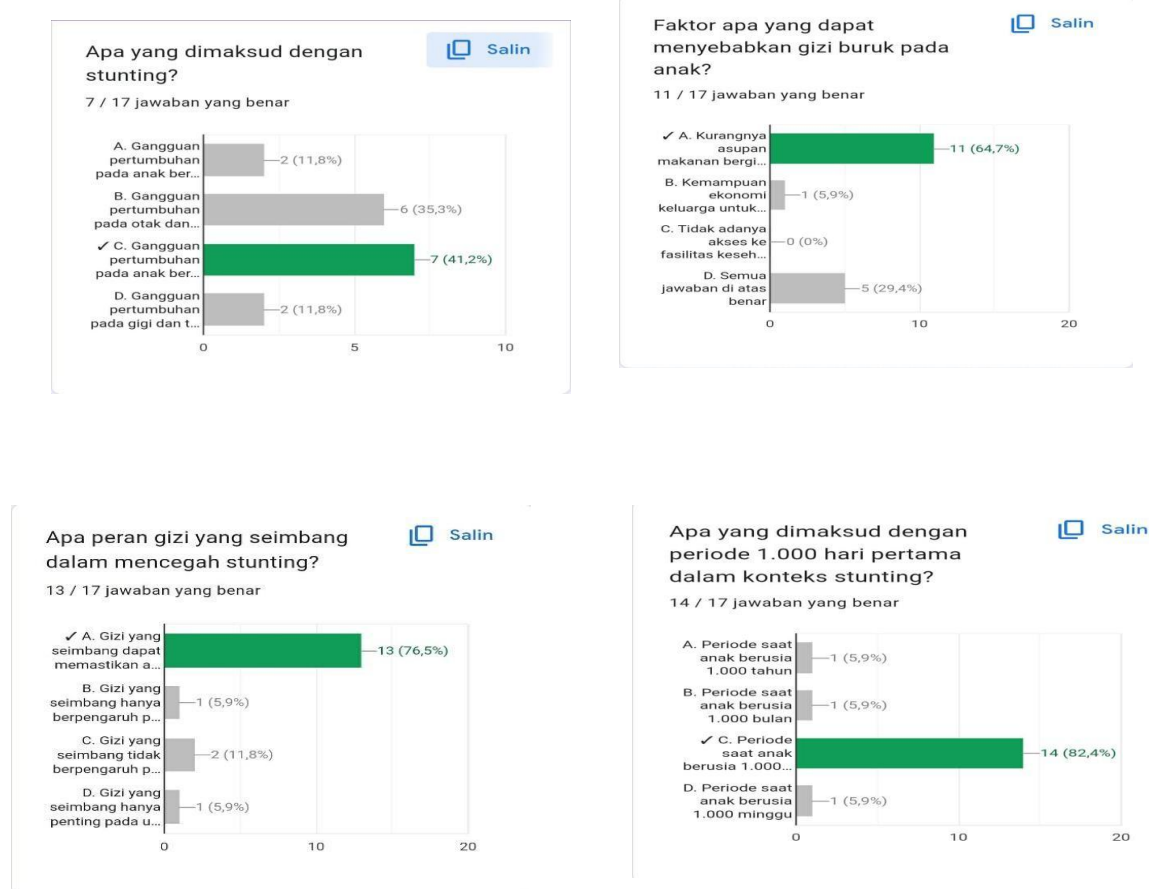
Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan oleh sekelompok dosen dan mahasiswa dari Program Studi Ilmu Olahraga Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan untuk remaja di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah 3, Purbalingga. Sasaran kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah 28 siswa dari kelas olahraga khusus di Sekolah Menengah Kejuruan Muhammadiyah Purwokerto. Sebelum kegiatan sosialisasi berupa pendidikan diberikan, dilakukan pre-test terkait materi stunting di awal kegiatan. Setelah pre-test dilakukan, kelompok mahasiswa memberikan materi terkait pentingnya pencegahan stunting. Materi dalam kegiatan pelayanan masyarakat ini disajikan dalam format PowerPoint.

Hasil kegiatan pelayanan masyarakat ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan stunting di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga dapat secara signifikan mengurangi risiko stunting pada siswa. Pencegahan stunting tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik siswa, tetapi juga meningkatkan potensi intelektual dan prestasi akademik mereka. Pelaksanaan program pencegahan stunting di lembaga pendidikan ini sangat penting untuk menciptakan generasi yang sehat dan produktif. Memelihara kesehatan anak sejak dini dapat memberikan landasan yang kuat untuk pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.



Gambar 1: Partisipasi Siswa dan Nilai

Gambar 1 menggambarkan partisipasi siswa dalam kegiatan sosialisasi. Partisipasi aktif dapat dilihat dari jumlah siswa yang hadir yang cukup tinggi. Berdasarkan data di atas, hasil partisipasi aktif siswa kelas X sebesar 52,9%, kelas XI 17,6%, dan kelas XII 29,4%. Nilai yang diperoleh siswa juga dapat menjadi acuan untuk menilai efektivitas kegiatan. Peningkatan nilai siswa juga dapat menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai pencegahan stunting. Hasil partisipasi dan nilai yang diperoleh dapat menjadi acuan untuk menilai kesuksesan kegiatan sosialisasi.



Gambar 2 : Mengukur Tingkat Pemahaman Siswa

Gambar 2 menggambarkan pengukuran tingkat pemahaman siswa menggunakan Google Forms dan kuis. Peningkatan pemahaman siswa dapat dilihat dengan membandingkan hasil sebelum dan setelah kegiatan. Data yang dikumpulkan dapat dianalisis untuk menentukan sejauh mana kegiatan penyuluhan di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga telah memberikan dampak positif terhadap pemahaman siswa. Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan pencegahan stunting di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga telah memberikan dampak positif yang luas, meliputi peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, partisipasi aktif, peningkatan nilai-nilai, pergeseran paradigma, dampak positif pada pemahaman siswa, dan peningkatan kesadaran masyarakat. Semua ini berkontribusi pada upaya pencegahan stunting dan pembentukan generasi yang lebih sehat dan produktif.

PEMBAHASAN

Program layanan masyarakat ini bertujuan untuk mendidik remaja di SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting. Dengan melibatkan siswa sebagai agen perubahan dan calon pionir generasi emas, kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam mengurangi risiko stunting serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mereka akan pentingnya gizi seimbang dan pola makan sehat. Dampak positif yang luas dari kegiatan ini meliputi peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, partisipasi aktif, peningkatan nilai-nilai, pergeseran paradigma, dampak positif pada pemahaman siswa, dan peningkatan kesadaran masyarakat. Semua ini merupakan kontribusi signifikan dalam upaya pencegahan stunting dan pengembangan generasi yang lebih sehat dan produktif. Penting untuk dicatat bahwa kesuksesan kegiatan ini tidak hanya tercermin dalam peningkatan pengetahuan siswa, tetapi juga dalam perubahan perilaku dan paradigma. Pendidikan yang diberikan diharapkan dapat memotivasi siswa untuk mengadopsi gaya hidup sehat dan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Selain itu, partisipasi aktif siswa juga dapat menjadi indikator keberlanjutan program. Dengan melibatkan siswa secara langsung, program ini berpotensi menjadi berkelanjutan dan menjadi bagian dari budaya sekolah. Hal ini krusial untuk memastikan bahwa pesan pencegahan stunting terus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari siswa. Secara keseluruhan, kegiatan pelayanan masyarakat ini berhasil mencapai tujuannya dalam memberikan pendidikan pencegahan stunting. Dengan melibatkan siswa sebagai agen perubahan, program ini memiliki dampak positif yang signifikan, tidak hanya pada pengetahuan tetapi juga pada perilaku dan kesadaran siswa serta masyarakat luas. Program ini menyediakan landasan penting untuk menciptakan generasi yang lebih sehat, cerdas, dan produktif di masa depan.

Dibandingkan dengan kegiatan sosialisasi stunting yang umumnya berfokus pada masyarakat umum atau ibu dan balita, program ini menempatkan remaja sekolah menengah sebagai sasaran utama. Hal ini memperkuat posisi remaja sebagai kelompok strategis dalam upaya pencegahan stunting. Literatur pengabdian menunjukkan bahwa intervensi pada remaja memiliki nilai tambah karena masa remaja merupakan fase pembentukan kebiasaan makan, gaya hidup, dan kesadaran kesehatan yang berpengaruh hingga dewasa. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan yang diperoleh siswa dalam kegiatan ini berpotensi memberikan dampak jangka panjang, baik pada diri siswa sendiri maupun pada lingkungan sekitarnya. Secara reflektif, peningkatan pemahaman siswa yang diperoleh melalui program ini tidak hanya dipengaruhi oleh materi yang disampaikan, tetapi juga oleh metode pelaksanaan yang bersifat partisipatif. Keterlibatan aktif siswa dalam diskusi dan tanya jawab memungkinkan terjadinya proses pembelajaran dua arah, yang menurut kajian pengabdian masyarakat, lebih efektif dalam mendorong internalisasi nilai dan perubahan sikap dibandingkan metode ceramah satu arah.

Implikasi keberlanjutan program menjadi aspek penting yang perlu disoroti. Partisipasi aktif siswa menunjukkan potensi program ini untuk dikembangkan menjadi kegiatan edukasi kesehatan berbasis sekolah yang berkelanjutan. Integrasi materi pencegahan stunting ke dalam kegiatan ekstrakurikuler, pembelajaran PJOK, atau program UKS dapat menjadi langkah strategis untuk memastikan keberlanjutan dampak program. Selain itu, peran siswa sebagai agen perubahan membuka peluang terjadinya efek multiplikasi, di mana pengetahuan yang diperoleh dapat disebarluaskan ke keluarga dan masyarakat sekitar. Dengan demikian, kontribusi ilmiah artikel ini tidak hanya terletak pada pelaporan hasil kegiatan pengabdian, tetapi juga pada penguatan bukti bahwa pendekatan edukasi stunting berbasis remaja dan sekolah memiliki potensi strategis dalam mendukung upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan. Analisis reflektif ini mempertegas bahwa program pengabdian tidak hanya bersifat kegiatan sesaat, tetapi dapat menjadi model intervensi preventif yang relevan untuk dikembangkan pada konteks pendidikan menengah lainnya.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari artikel layanan masyarakat berjudul “Sosialisasi Pentingnya Pencegahan Stunting bagi Siswa” adalah bahwa kegiatan layanan masyarakat ini berhasil mencapai tujuannya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang bahaya stunting serta pentingnya gizi seimbang untuk pertumbuhan optimal. Melalui pendekatan pendidikan seperti sosialisasi, seminar, dan diskusi interaktif, siswa tidak hanya memperoleh pemahaman konseptual tentang dampak stunting terhadap perkembangan fisik dan mental,

tetapi juga termotivasi untuk menerapkan pola makan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini memiliki dampak positif tidak hanya dalam meningkatkan pengetahuan individu, tetapi juga dalam menumbuhkan kesadaran kolektif di lingkungan sekolah dan masyarakat sekitar. Secara keseluruhan, program ini merupakan langkah strategis dalam menciptakan generasi muda yang lebih sehat, cerdas, dan produktif, sekaligus memperkuat kolaborasi antara sekolah, siswa, dan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting yang berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada para siswa SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pelayanan masyarakat ini. Antusiasme dan keterlibatan para siswa dalam setiap sesi sosialisasi, diskusi, dan kegiatan pendidikan lainnya merupakan faktor penting dalam kesuksesan program ini. Kami juga mengucapkan terima kasih kepada SMK Muhammadiyah 3 Purbalingga, khususnya kepala sekolah, guru, dan seluruh staf yang telah memberikan dukungan penuh dan fasilitas yang memungkinkan kegiatan ini berjalan lancar. Penghargaan tertinggi kami sampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto, khususnya Program Studi Ilmu Olahraga, yang telah memberikan kesempatan, bimbingan, dan dukungan kepada tim dosen pelayanan masyarakat untuk melaksanakan kegiatan ini sebagai bentuk nyata kontribusi universitas dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat dan pendidikan. Kami berharap kolaborasi ini dapat terus berlanjut dan memberikan manfaat berkelanjutan bagi dunia pendidikan dan masyarakat luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Fida Fitriani, U., Gebilya Tiboyong, W., Ardhani, D., Naufal, A., Agustina, N., Maulana Fahrudin, T., Pembangunan Nasional, U., Timur Jl Raya Rungkut Madya, J., & Anyar, G. (2022). Sosialisasi Dan Penerapan Perilaku Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Penurunan Angka Stunting di Sekolah Dasar Desa Kunjorowesi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1.
- Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, H. (2023). Edukasi Pengenalan Stunting Pada Remaja Putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2). <https://doi.org/10.34312/ljpmt.v2i2.21400>
- Widniah, A. Z., Hidayat, T., & Febriana, A. (2022). Optimalisasi pencegahan dan penanggulangan stunting di Desa Sungai Tuan Ilir. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1). <https://doi.org/10.29303/indra.v3i1.160>

Zufriady, Z., Marconi, A. P., Adam, B. I. F., Zikri, K., Darmaneva, N. R., Azizah, N. R., Limbong, P., Febrianti, R. O., Fadila, S., Sahbani, V., & Juwita, Z. (2022). Pengabdian Pengabdian Masyarakat Melalui Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Lubuk Agung. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 3(1). <https://doi.org/10.51214/japamul.v3i1.365>