

## **SOSIALISASI PENCEGAHAN STUNTING PADA PESERTA POSYANDU DESA KECAPI KRAJAN KABUPATEN JEPARA MELALUI PENGENALAN GUMMY CANDY KOMBINASI DAUN KELOR DAN PISANG**

Rakhmi Hidayati, Nanda Intan Permatasari, Sri Rahayu, Setianingrum Wulan  
Dari, Faradita Putri Rozakna, Fariza Putri  
Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus  
Email: rahmiapt@gmail.com

### **ABSTRAK**

*Stunting adalah masalah gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi dalam waktu lama, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan anak. Desa Kecapi, sebagai salah satu desa dengan angka stunting yang cukup tinggi, berdasarkan data Bappeda 2023, Desa Kecapi termasuk daerah yang tinggi kasus stunting. Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode sosialisasi dan pembagian sampel gratis gummy dari daun kelor dan buah pisang, dalam kegiatan posyandu ini terdapat 36 peserta yang hadir. Tahapan yang dilaksanakan dalam kegiatan ini meliputi : Tahap pertama pada kegiatan ini adalah sosialisasi tentang stunting dan pencegahannya, Tahap kedua adalah pengenalan mengenai gummy candy serta cara pembuatannya dan membagikan sampel gratis pada peserta. Melalui pengenalan gummy candy dari daun kelor dan pisang, masyarakat diberikan alternatif camilan sehat yang kaya akan nutrisi. Demonstrasi praktis dan penjelasan rinci dari tim mahasiswa ITEKES Cendekia Utama Kudus menambah pemahaman peserta tentang stunting serta cara pencegahannya. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan stunting pada anak-anak. Acara yang berlangsung selama satu hari ini berjalan dengan baik dan diikuti oleh kelompok sasaran masyarakat di Posyandu Melati 6.*

**Kata Kunci:** Stunting, desa Kecapi, gummy candy, daun kelor, buah pisang

### **ABSTRACT**

*Stunting is a chronic nutritional problem caused by a lack of nutritional intake for a long time, especially during the first 1000 days of a child's life. Kecapi Village, as one of the villages with a fairly high stunting rate, based on 2023 Bappeda data, Kecapi Village is an area with a high number of stunting cases. This activity was carried out using the socialization method and distributing free samples of gummy from Moringa leaves and bananas. In this posyandu activity there were 36 participants present. The stages carried out in this activity include: The first stage in this activity is socialization about stunting and its prevention. The second stage is an introduction to gummy candy and how to make it and distributing free samples to participants. Through the introduction of gummy candy from Moringa leaves and*

*bananas, the public is given a healthy snack alternative that is rich in nutrients. Practical demonstrations and detailed explanations from the ITEKES Cendekia Utama Kudus student team increased participants' understanding of stunting and how to prevent it. This activity aims to increase public awareness regarding the importance of preventing stunting in children. This one day event went well and was attended by the target group of people at Posyandu Melati 6.*

**Keywords:** *Stunting, Kecapi village, gummy candy, Moringa leaves, banana*

## LATAR BELAKANG

Masa balita adalah periode yang sangat rentan terhadap masalah gizi, termasuk stunting. Stunting merupakan salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia, yang saat ini menempati peringkat kelima dunia dalam prevalensi stunting pada anak balita. Di Indonesia, stunting dikenal sebagai kerdil, yang berarti adanya gangguan pada pertumbuhan fisik dan perkembangan otak anak. Stunting adalah masalah gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi dalam jangka waktu panjang, terutama selama 1000 hari pertama kehidupan anak. Dampaknya meliputi hambatan pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kesehatan secara keseluruhan. Pencegahan dan penanganan *stunting* menjadi prioritas dalam program kesehatan masyarakat. Dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang sejak dini serta melalui intervensi yang tepat, diharapkan angka stunting di Indonesia dapat ditekan dan anak-anak dapat tumbuh optimal<sup>1</sup>.

Tingkat prevalensi stunting di Indonesia lebih tinggi dibandingkan dengan negara-negara lain dengan tingkat pendapatan serupa. Pada tahun 2017, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 29,6%, naik menjadi 30,8% pada tahun 2018, sebelum menurun menjadi 27,7% pada tahun 2019. Ini berarti sekitar 28 dari 100 balita mengalami stunting. Berdasarkan data tersebut, angka *stunting* di Indonesia masih berfluktuasi dan belum mencapai standar yang ditetapkan oleh WHO, yang menetapkan batas maksimum prevalensi *stunting* sebesar 20%. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang lebih besar untuk menurunkan angka stunting di Indonesia agar mencapai standar internasional. Ini termasuk peningkatan intervensi gizi, edukasi kepada orang tua tentang pentingnya asupan nutrisi seimbang, serta program-program kesehatan yang fokus pada 1000 hari pertama kehidupan anak. Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan angka stunting di Indonesia dapat turun dan anak-anak Indonesia dapat tumbuh dengan sehat dan optimal<sup>2</sup>.

Desa Kecapi, sebagai salah satu desa dengan angka stunting yang cukup tinggi, berdasarkan data Bappeda 2023, Desa Kecapi termasuk daerah yang tinggi kasus stunting. Stunting, atau perawakan pendek, adalah kondisi di mana tinggi badan seseorang tidak sesuai dengan usia mereka, yang ditentukan dengan menghitung skor Z-indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U)<sup>3</sup>. Dampak dari stunting meliputi gangguan perkembangan otak dan kecerdasan, pertumbuhan fisik yang terhambat, serta gangguan metabolisme dalam tubuh<sup>4</sup>.

Banyaknya kasus balita stunting di daerah Jepara, khususnya di Desa Kecapi Krajan, membutuhkan intervensi untuk mencegah dan mengatasi masalah ini. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan kader Posyandu dan ibu-ibu balita tentang cara mencegah stunting. Program ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya asupan gizi seimbang dalam mencegah stunting.

Dalam program ini, diperkenalkan *gummy candy* yang terbuat dari kombinasi daun kelor dan pisang, dengan harapan anak-anak dapat menerima nutrisi yang lebih baik melalui camilan sehat yang menarik dan

mudah diterima. Selain itu, program ini juga melibatkan kader Posyandu dalam sosialisasi dan pemberian makanan tambahan, sehingga dapat meningkatkan kapasitas dan peran aktif mereka dalam upaya pencegahan stunting di desa. Kegiatan ini mencakup beberapa tahapan. Tahap pertama adalah sosialisasi mengenai stunting dan pencegahannya, di mana peserta diberikan informasi mendalam tentang stunting, dampaknya, dan pentingnya gizi seimbang. Tahap kedua adalah pengenalan *gummy candy* serta cara pembuatannya, dilanjutkan dengan pembagian sampel gratis kepada peserta. Demonstrasi praktis ini membantu peserta memahami proses pembuatan *gummy candy* yang kaya nutrisi dari daun kelor dan pisang.

Keterlibatan aktif kader Posyandu dalam kegiatan ini diharapkan dapat memperkuat upaya pencegahan stunting secara menyeluruh di Desa Kecapi Krajan. Dengan edukasi yang tepat dan produk gizi inovatif seperti *gummy candy*, masyarakat diharapkan lebih sadar akan pentingnya gizi dalam masa pertumbuhan anak dan dapat menerapkan pengetahuan ini dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan dampak positif dalam penanganan masalah gizi di daerah tersebut. Desa Kecapi Krajan, sebagai salah satu desa dengan angka stunting yang tinggi, menjadi lokasi inisiasi program sosialisasi pencegahan stunting. Peneliti memperkenalkan *gummy candy* dari kombinasi daun kelor dan pisang. Daun kelor mengandung nutrisi tinggi seperti vitamin A, vitamin C, kalsium, dan protein, sementara pisang kaya akan kalium dan serat, keduanya penting untuk pertumbuhan dan kesehatan anak.

Program ini bertujuan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, terutama ibu-ibu peserta Posyandu, mengenai pentingnya gizi seimbang. Selain itu, keterlibatan kader Posyandu dalam sosialisasi dan pemberian makanan tambahan memperkuat kapasitas mereka dalam pencegahan stunting, dengan adanya camilan sehat ini, diharapkan anak-anak lebih tertarik mengonsumsi makanan bergizi, sehingga upaya pencegahan stunting di desa dapat lebih efektif.

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini menggunakan metode sosialisasi. Sosialisasi adalah proses di mana masyarakat, terutama ibu dan anak, diberikan informasi dan edukasi mengenai Kesehatan dan gizi pada anak. Kegiatan sosialisasi dan pembagian sampel gratis *gummy* berbahan daun kelor dan buah pisang ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman para orang tua balita mengenai manfaat daun kelor dan buah pisang sebagai bahan pangan inovatif. Kegiatan ini dilaksanakan oleh mahasiswa PKM-K Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus pada tanggal 10 Juli 2024 di Desa Kecapi Krajan tepatnya di Posyandu Melati 6, Kecamatan Tahunan, Kabupaten Jepara. Peserta kegiatan ini terdiri dari anak-anak dan ibu yang memiliki balita. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa brosur.

Tahapan yang dilaksanakan dalam kegiatan ini meliputi:

- 1) Tahap pertama adalah sosialisasi tentang stunting dan pencegahannya. Informasi yang dibagikan memuat konsep dasar stunting atau

pengertiannya serta beragam permasalahan terkait stunting dan cara pencegahannya. Permen lunak yang mengandung sayuran dan buah ini merupakan inovasi terbaru dalam mengolah sayuran dan buah yang menggabungkan dua bahan alami superfood, yaitu buah pisang dan daun kelor, dapat dikonsumsi khususnya bagi balita dan anak-anak

- 2) Tahap kedua adalah pengenalan mengenai gummy candy serta cara pembuatannya dan membagikan sampel gratis pada peserta. Cara pembuatan gummy candy dari daun kelor dan buah pisang yaitu:
  - a. Langkah pertama adalah menyiapkan sari daun kelor dan sari buah pisang. Untuk itu, daun kelor dicuci bersih dan buah pisang dipotong-potong. Setiap bahan kemudian ditimbang masing-masing sebanyak 10 gram, dan ditambahkan aquadest dengan perbandingan 1:10, yaitu 100 ml air untuk 10 gram daun kelor atau pisang. Selanjutnya, daun kelor dan pisang tersebut diblender hingga halus, kemudian disaring menggunakan saringan halus untuk memisahkan sari dari ampasnya. Setelah sari daun kelor dan pisang didapatkan, langkah berikutnya adalah menimbang sari tersebut agar sesuai dengan jumlah yang diperlukan dalam formula, yaitu 30 gram. Sari ini akan menjadi komponen utama dalam *gummy candy* yang mengandung nutrisi alami dari daun kelor dan buah pisang.
  - b. Langkah kedua dalam pembuatan *gummy candy* dari daun kelor dan buah pisang dimulai dengan pengembangan gelatin. Gelatin dilarutkan dalam aquadest, lalu didiamkan selama  $\pm 10$  menit hingga mengembang dan membentuk gel. Setelah itu, sari daun kelor dan sari buah pisang dicampurkan dalam baskom bersama dengan tambahan gula, asam sitrat, dan kalium sorbat. Campuran ini kemudian ditambahkan dengan sisa aquadest dari total 150 ml yang telah digunakan sebelumnya untuk mengembangkan gelatin. Aduk campuran hingga merata dan homogen. Campuran tersebut kemudian dipanaskan dalam panci, lalu ditambahkan essence pisang sambil terus diaduk hingga semua bahan tercampur sempurna. Setelah merata, campuran gummy candy ini dituangkan ke dalam cetakan dan didiamkan pada suhu ruang ( $15-30^{\circ}\text{C}$ ) hingga mengeras dan membentuk gummy yang bisa dikeluarkan dari cetakan. *Gummy candy* yang sudah jadi kemudian dapat dikemas untuk disajikan atau disimpan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan “sosialisasi pencegahan stunting pada peserta posyandu Desa Kecapi Krajan Kabupaten Jepara melalui pengenalan *gummy candy* kombinasi daun kelor dan pisang” dihadiri oleh 36 peserta dan berlangsung dengan sukses. Acara diawali dengan sambutan dari Kepala Posyandu yang menekankan pentingnya pemahaman tentang stunting dan dampaknya pada pertumbuhan anak. Dalam sesi edukasi, dosen pembimbing menjelaskan secara rinci mengenai stunting, penyebabnya, dan bagaimana daun kelor serta pisang dapat menjadi sumber gizi yang baik. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan *stunting* pada anak-anak, dengan

memperkenalkan produk *gummy candy* sebagai camilan sehat dalam mendukung pencegahan *stunting*.



**Gambar 1**  
**Penyampaian Sosialisasi Pencegahan *Stunting* Pada Posyandu Melati 6**



**Gambar 2**  
**Foto bersama dengan kader posyandu**



**Gambar 3**  
**Pembagian *Gummy Candy* sebagai testimoni**

Acara ini dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh tim mahasiswa dari Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus mengenai pencegahan stunting. Kami memberikan penjelasan tentang apa itu stunting, dampak negatifnya pada pertumbuhan dan perkembangan anak, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat diambil oleh orang tua dan masyarakat.

Salah satu solusi yang kami perkenalkan adalah pembuatan *gummy candy* yang diperkaya dengan nutrisi penting untuk mendukung pertumbuhan anak. *Gummy candy* ini dibuat dengan menggunakan kombinasi daun kelor dan buah pisang, yang dikenal kaya akan nutrisi seperti vitamin A, vitamin C, kalsium, dan kalium.

Peserta posyandu diberikan penjelasan tentang cara pembuatan *gummy candy*, termasuk bahan-bahan yang digunakan dan manfaat nutrisi dari setiap komponen. Setelah penjelasan, kami membagikan sampel gratis *gummy candy* kepada peserta posyandu. Tujuannya adalah agar para ibu dapat merasakan langsung manfaat dari produk ini dan lebih tertarik untuk memberikan asupan gizi yang seimbang kepada anak-anak mereka melalui cara yang menarik dan mudah diterima. Melalui kegiatan ini, diharapkan para peserta dapat memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam tentang pentingnya pencegahan stunting dan bagaimana penerapan pola makan yang sehat dapat mendukung pertumbuhan anak secara optimal. Kami juga berharap bahwa inovasi seperti *gummy candy* ini dapat menjadi salah satu solusi efektif dalam mengatasi masalah gizi di masyarakat.

Setelah sesi sosialisasi dan pembagian sampel gratis, dilakukan demonstrasi pembuatan *gummy candy*. Peserta diberikan penjelasan dan tutorial mengenai pembuatan *gummy candy* yang kaya akan vitamin dan mineral dari buah pisang dan daun kelor. Penjelasan ini mencakup bahan-bahan yang digunakan, cara pengolahan, dan manfaat dari setiap

komponen yang ditambahkan ke dalam *gummy candy*. Pada akhir kegiatan sosialisasi, kami membagikan *gummy candy* dari daun kelor dan buah pisang ini sebagai sampel kepada para ibu untuk anak-anak dan balita di posyandu tersebut, sebagai bentuk uji coba (testimoni) agar mereka dapat merasakan langsung manfaat dari produk yang diperkenalkan.

Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya nutrisi dalam pencegahan stunting dan menunjukkan bahwa produk seperti *gummy candy* dapat menjadi alternatif yang menyenangkan dan efektif untuk mendukung kesehatan anak-anak.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

Dari kegiatan ini menunjukkan bahwa sosialisasi berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, terutama para ibu peserta Posyandu, mengenai pentingnya asupan gizi seimbang dalam mencegah stunting. Melalui pengenalan *gummy candy* dari daun kelor dan pisang, masyarakat diberikan alternatif camilan sehat yang kaya akan nutrisi. Demonstrasi praktis dan penjelasan rinci dari tim mahasiswa Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus menambah pemahaman peserta tentang stunting serta cara pencegahannya.

Pembagian *gummy candy* sebagai sampel memberikan pengalaman langsung kepada para ibu mengenai manfaat produk ini, menunjukkan bahwa dengan cara yang menarik dan mudah diterima, peningkatan gizi anak dapat dilakukan secara efektif. Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi signifikan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Kecapi Krajan.

### **Saran**

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat ini, disarankan agar para ibu yang memiliki anak balita dapat mengembangkan pengetahuan yang diperoleh selama kegiatan berlangsung, misalnya dengan membuat *gummy candy* dari bahan selain daun kelor dan buah pisang. Kegiatan serupa juga dapat diadakan di daerah lain dengan angka kejadian stunting yang tinggi atau di desa lain untuk meningkatkan edukasi masyarakat dalam upaya meminimalkan stunting. Selain itu, diharapkan adanya dukungan dari pemerintah kabupaten melalui dinas terkait untuk membantu mencegah stunting di desa melalui sosialisasi atau penyuluhan mengenai stunting dan langkah-langkah pencegahannya.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan sosialisasi pengabdian masyarakat ini. Secara khusus, penulis mengucapkan terima kasih kepada Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus atas dukungannya. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Posyandu Melati 6 di Desa Kecapi Krajan yang telah menyediakan tempat untuk kegiatan sosialisasi, sehingga program ini dapat terlaksana. Selain itu, penulis berterima kasih kepada para ibu balita dan anak-anak yang menjadi peserta kegiatan sosialisasi, yang telah berpartisipasi dengan antusias.



Partisipasi mereka memberikan kontribusi berharga bagi pelaksanaan kegiatan ini dan menjadi masukan yang bermanfaat bagi penulis serta tenaga kesehatan lainnya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Nuryuliyani. mengenal lebih jauh tentang stunting. 2023; Tersedia pada: [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2657/mengenal-lebih-jauh-tentang-stunting)
- [2] Rahayu YD, Yunariyah B, Jannah R. Gambaran Faktor Penyebab Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Semanding Tuban. *J Kesehat Masy.* 2022;10(2):156–62.
- [3] Eva Purwita. Determinants of Stunting in Children Under Five in Rural Areas. *Sci Midwifery.* 2022;10(4):2858–65.
- [4] Hikmahrachim HG, Ronoatmodjo S. Stunting and developmental delays among children aged 6-59 mo. *Int J Appl Pharm.* 2020;