

Sinergi Kefarmasian : Edukasi Pangan Aman dan Bebas Stunting Bagi Muslimah Wahdah Baubau

Wa ode Syafriah¹, Hasty Hamzah², Evi Mustiqawati³, Ratih Nurwanti⁴
¹⁻⁴ Politeknik Baubau

*correspondingauthor @waodesyafriah@gmail.com

Dikirim: 9 Maret 2026 Diterima 20 Maret 2026 Dipublikasi: 31 Maret 2026

Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini tidak hanya berlangsung pada saat anak memasuki usia balita. Seribu hari pertama kehidupan anak merupakan bagian penting yang memberikan pengaruh terhadap tumbuh kembang anak usia dini hingga beranjak dewasa. Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), stunting terjadi akibat kekurangan gizi jangka panjang, infeksi berulang, serta rendahnya akses terhadap pangan yang aman dan bergizi. Dari sudut pandang kefarmasian, keamanan pangan berkaitan erat dengan mutu bahan pangan, cemaran kimia dan mikrobiologi, serta penggunaan bahan tambahan yang tidak tepat. Tujuan Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya ibu balita mengenai pencegahan stunting melalui penerapan prinsip keamanan pangan berbasis kefarmasian. Sampel kegiatan melibatkan 30 ibu yang memiliki balita di wilayah wahdah kota baubau. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan interaktif, dan edukasi membaca label. Hasil menunjukkan bahwa peserta baru mengetahui stunting bisa dicegah sejak dalam kandungan, peserta memahami pentingnya membaca label pangan dan memastikan produk memiliki izin BPOM. Simpulan kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi dari sudut pandang kefarmasian efektif dalam meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang keamanan pangan sebagai upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Kata kunci: Balita, Keamanan Pangan, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi pada anak dengan gagal tumbuh atau terlambat bertumbuh karena kekurangan gizi kronis yang dimulai sejak dalam kandungan ibu selama 1000 hari pertama kehidupan hingga usia 23 bulan (baduta). Penyebab dari stunting adalah pola asuh yang kurang baik, pelayanan *antenatal care* yang kurang kepada ibu, hambatan akses rumah tangga untuk makanan yang bergizi, hambatan akses terhadap air bersih dan sanitasi, serta penyakit infeksi yang diderita oleh anak. Selain itu masih terdapat penyebab dari faktor sosial, ekonomi, budaya, dan politik (Carolina, 2021).

Stunting atau kurang gizi kronik adalah suatu bentuk lain dari kegagalan pertumbuhan, dan kurang gizi kronik. Keadaan yang sudah terjadi sejak lama, bukan seperti kurang gizi akut. Stunting dapat juga terjadi sebelum kelahiran dan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola asuh makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan. Dampak yang dapat ditimbulkan

oleh stunting dalam jangka pendek terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Dampak buruk dalam jangka panjang menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit (Ekayanthi & Suryani, 2019).

Faktor penyebab Stunting dapat dikelompokkan menjadi penyebab langsung dan tidak langsung. Praktik pemberian kolostrum dan ASI eksklusif, pola konsumsi anak, dan penyakit infeksi yang diderita anak menjadi faktor penyebab langsung yang mempengaruhi status gizi anak dan bisa berdampak pada Stunting. Sedangkan penyebab tidak langsungnya adalah akses dan ketersediaan bahan makanan serta sanitasi dan kesehatan lingkungan. Dengan adanya permasalahan Stunting, maka dapat dipahami pula bahwa ada satu ketidakmerataan gizi terutama di daerah pinggiran metropolitan yang kerap dianggap sebagai wilayah yang tertinggal. Dengan bukti tersebut, maka dapat dipahami bahwa implementasi asas desentralisasi yang bertujuan untuk melakukan sebuah pemerataan ekonomi, sosial dan kesehatan (wulandari et al, 2021).

Salah satu upaya intervensi stunting adalah peningkatan keamanan pangan. Keamanan dari pangan yang dikonsumsi perlu dijamin dan dipastikan tidak adanya kontaminan sepanjang rantai pangan rantai *"from farm to fork"*. Keamanan bahan pangan dan makanan harus terstandar dengan baik, terjamin mutu dan keamanannya dari kontaminan berbahaya (bebas bakteri, virus dan penyakit bawaan pangan), sehingga akan meningkatkan kesehatan masyarakat secara umum. Dengan demikian, dapat ikut menurunkan angka prevalensi stunting dikarenakan ibu dan balita mendapat asupan makanan yang bermutu dan aman. Keamanan pangan dapat dikombinasikan dengan pengayaan nutrisi melalui fortifikasi agar nutrisi makanan meningkat(Pawestari et al., 2023).

Dampak yang ditimbulkan stunting menetap sepanjang hidup anak hingga ia dewasa. Anak-anak stunting memiliki risiko kematian lebih tinggi dibandingkan anak yang bertumbuh normal, pertumbuhan fisik dan mental terganggu, kemampuan kognitif maupun psikososialnya tidak optimal dan ketika dewasa berisiko mengalami obesitas dan penyakit tidak menular seperti hipertensi dan diabetes.(Tuloli et al. 2025).

Hampir 60% intervensi asupan makanan bergizi kepada bayi sejak 1000 hari pasca kelahiran akan menentukan apakah anak tersebut akan tumbuh dalam keadaan stunting atau tidak. Oleh karena itu, intervensi gizi di dalam penanganan stunting menjadi kunci keberhasilan. Asupan makanan yang bergizi dan seimbang dapat membentuk anak-anak yang memiliki derajat kesehatan yang paripurna. Namun, dalam kondisi kemiskinan pemenuhan makanan bergizi tentu akan menjadi persoalan serius (Setiawan & Chorunnisa, 2023).

Faktor langsung kejadian stunting adalah pemenuhan zat gizi terutama asupan energi dari zat gizi makro (karbohidrat, lemak dan protein). Selain disebabkan oleh defisiensi zat gizi makro, Stunting juga berhubungan dengan

kekurangan Seng (Zn). Rendahnya sintesis hormon pertumbuhan dapat menghambat pertumbuhan linier dan dapat menyebabkan kondisi stunting pada masa balita. Stunting dapat diatasi dengan memenuhi kebutuhan gizi anak berupa zat gizi makro dan mikro disertai pola asuh yang baik (marlina et al, 2021)

Proses fermentasi dengan teknologi yang sesuai dapat menghasilkan produk protein. Sebagai salah satu sumber gizi yang kaya akan protein nabati yang mudah dicerna, tempe dapat dimanfaatkan sebagai pangan pembangun dan pemelihara sel-sel tubuh yang rusak, serta dapat digunakan untuk menambah berat badan khususnya kelompok balita (Fujiana et al. 2021).

Kandungan nilai gizi dan senyawa bioaktif yang tinggi pada kelor dapat dimanfaatkan sebagai alternative bahan pangan dapat mengatasi dan mencegah kejadian gizi buruk dan stunting pada anak balita. Disamping itu daun kelor mudah diperoleh karena ada ditanam hampir di semua halaman rumah masyarakat, sehingga bisa mengurangi biaya pengadaannya, sehingga Kelor tidak hanya dapat dimanfaatkan menjadi hanya sekedar sayuran, tapi juga dapat diolah menjadi berbagai macam olahan seperti serbuk kelor yang dapat ditambahkan dalam pembuatan aneka olahan seperti: nugget, perkedel, sosis, cake, biskuit, cookies, coklat, minuman instan dan bubur bayi dan olahan lainnya (Asmawati et al, 2021)

Penurunan stunting menitikberatkan pada penanganan penyebab masalah gizi, yaitu faktor yang berhubungan dengan ketahanan pangan khususnya akses terhadap pangan bergizi (makanan), lingkungan sosial yang terkait dengan praktik pemberian makanan bayi dan anak (pengasuhan), akses terhadap pelayanan kesehatan untuk pencegahan dan pengobatan (kesehatan), serta kesehatan lingkungan yang meliputi tersedianya sarana air bersih dan sanitasi (lingkungan) ((Lestari et al., 2023).

Penurunan stunting memerlukan pendekatan yang menyeluruh, yang harus dimulai dari pemenuhan prasyarat pendukung. Beberapa upaya lain yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan sosialisasi tentang pencegahan stunting dan pemenuhan gizi dalam rentang 1000 HPK (Ahmad et al., 2023)

Dalam perspektif kesehatan masyarakat, ketahanan pangan berkelindan erat dengan isu stunting. Stunting didefinisikan sebagai kegagalan pertumbuhan linier akibat kekurangan gizi kronis, terutama yang terjadi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yakni sejak konsepsi hingga anak berusia dua tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Permasalahan stunting membutuhkan perhatian serius karena dapat menimbulkan dampak jangka panjang yang luas terhadap anak, termasuk terhambatnya perkembangan fisik dan kognitif apabila tidak ditangani secara tepat (Nirmalasari, 2020). Stunting pada anak di bawah usia dua tahun berkaitan erat dengan asupan gizi yang tidak mencukupi, baik selama masa kehamilan maupun setelah kelahiran. Kecukupan gizi dan protein menjadi faktor utama, disertai pengaruh dari pengetahuan ibu, tingkat pendidikan, kemiskinan, dan ketahanan pangan keluarga. (Nirmalasari, 2020).

beberapa penelitian mendukung pentingnya pendekatan berbasis komunitas dalam mengatasi stunting. Saraswati et al.(2021)menunjukkan bahwa ketahanan pangan rumah tangga berkontribusi besar terhadap status gizi anak. Supadmi et al.(2024)menemukan bahwa pengetahuan gizi ibu dan pola konsumsi makanan lokal berperan penting dalam pencegahan stunting. Selain itu, Saleh et al.(2021)menegaskan bahwa keterlibatan ibu sebagai pengasuh utama dalam 1.000 hari pertama kehidupan sangat menentukan kualitas pertumbuhan anak.Pemanfaatan potensi desa berbasis kearifan lokal dan pangan alami seperti umbi-umbian, sayuran, dan buah musiman memiliki nilai gizi yang tinggi dan mudah dijangkau oleh masyarakatdapat menjadi solusi pemenuhan kebutuhan gizi(Sihite et al., 2021).Oleh karena itu, pendekatan partisipatif yang mengintegrasikan edukasi gizi, pemanfaatan pangan lokal, dan budidaya tanaman pangan menjadi strategi potensial dalam menangani stunting secara berkelanjutan.

Muslimah Wahdah Islamiyah Baubau mayoritas adalah ibu rumah tangga dan pendidik yang memegang kendali penuh atas dapur dan asupan gizi keluarga. Intervensi Langsung: Mengedukasi mereka tentang stunting berarti melakukan intervensi langsung pada pembuat keputusan menu harian. Keamanan Pangan Mandiri: Ibu yang memahami keamanan pangan akan menjadi filter pertama dalam mencegah masuknya bahan pangan berbahaya (mengandung formalin, boraks, atau pewarna tekstil) ke meja makan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada 2 september 2025 bertempat di lingkup wilayah wahdah Islamiyah kota baubau. Peserta kegiatan ini berjumlah 30 orang yang terdiri dari ibu rumah tangga, masyarakat umum yang memiliki anak balita, serta ibu dari kader posyandu. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam satu hari dan dibagi menjadi beberapa metode yakni Pemberian materi terkait stunting dan keamanan pangan dari sudut pandang kefarmasian, Dialog dan diskusi dengan peserta mengenai pentingnya kebutuhan gizi serta keamanan pangan, dan Sosialisasi mengenai keamanan pangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting didefinisikan sebagai tinggi badan yang pendek jika dibandingkan usianya. Stunting merupakan pengaruh langsung hasil kekurangan gizi kronis dan berkelanjutan. Ketidacukupan gizi ini sangat erat kaitannya dengan kemiskinan, kesehatan dan gizi ibu yang buruk, sering jatuh sakit atau pemberian makanan dan perawatan yang tidak tepat pada 1000 hari awal kehidupan. Sedangkan, infeksi berulang atau penyakit kronis menyebabkan asupan nutrisi yang

buruk, penyerapan dan pemanfaatan yang buruk, atau bentuk kehilangan nutrisi lainnya. Stunting mencegah anak-anak mencapai potensi fisik dan kognitif mereka. Salah satu aspek yang mempengaruhi stunting adalah keamanan pangan dan higienitas. Penyakit menular yang disebabkan oleh kurangnya kondisi higienis dan air bersih merupakan faktor penentu stunting pada anak. Masyarakat dengan status sosial ekonomi rendah dan tidak memiliki akses cukup pada air bersih dan tinggal di lingkungan yang tercemar memiliki potensi tinggi untuk mengidap penyakit menular). Faktor yang menghambat anak pertumbuhan seperti diare, menjadi sangat penting untuk dicegah karena mengakibatkan malabsorpsi nutrisi dan kekurangan nutrisi akibat kurangnya nafsu makan.

Materi sosialisasi stunting dan keamanan pangan dari sudut pandang kefarmasian informasi mendasar terkait penyakit patogen bawaan makanan, pangan aman dan bergizi, contoh menu, proses, penanganan, dan penyimpanan makanan yang tepat. Contoh menu yang diberikan adalah menu dengan bahan yang terjangkau dan mendayagunakan pangan lokal. Isi materi sosialisasi yang diberikan dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Materi sosialis keamanan pangan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa, 2 september 2025 bertempat di lingkup wilayah wahdah kota baubau. Pelaksanaan sosialisasi keamanan pangan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Kegiatan Sosialisas

Peserta sosialisasi cukup antusias terhadap penjelasan yang diberikan. Mayoritas peserta adalah ibu-ibu yang memiliki balita. Meskipun demikian, sosialisasi ini juga melibatkan keikutsertaan masyarakat umum seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Peserta Kegiatan Sosialisasi

Peserta cukup antusias dalam mengikuti sosialisasi. Hal ini terlihat dari pertanyaan yang diberikan oleh ibu-ibu terkait keingintahuan mereka terhadap makanan sehat dan penyiapan makanan yang lebih baik dan tepat. Ibu-ibu juga bertukar cerita mengenai menu yang biasa dimasak dan pola makan yang sudah mereka terapkan untuk balita dan anak mereka.

SIMPULAN

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini masyarakat mendapatkan edukasi terkait stunting dan keamanan pangan. Lewat kegiatan ini ada beberapa hal yang dicapai : Masyarakat menjadi lebih paham mengenai hubungan keamanan pangan dan stunting, Ibu-ibu mendapat ruang untuk bertukar informasi mengenai menu yang bisa mereka susun guna memaksimalkan tumbuh kembang anak dan balita, Ibu-ibu mendapat informasi bagaimana penanganan, pengolahan, dan penyimpanan makanan yang baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada ketua Muslimah DPD Wahdah Islamiyah Baubau yang telah mengizinkan dan memfasilitasi kami melakukan pengabdian ini, para kader posyandu puskesmas Katobenge serta ibu-ibu peserta kegiatan yang bisa menyempatkan hadir dalam kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, Z. F., Dulahu, W. Y., & Aulia, U. (2023). Sosialisasi dan Konseling Pencegahan Stunting Serta Pemberian Makanan Tambahan berbahan Daun Kelor. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi* <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/Jpmf>
- Amirullah A, Putra ATA. Deskripsi Status Gizi Anak Usia 3 Sampai 5 Tahun Pada Masa Covid 19. *MURHUM : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.2020;19(12):16-27
- Asmawati, A., Sari, D. A., Ihromi, S., Nurhayati, N., Pacitra, S., Lutfiah, T. D., & Rizal, H. (2021). Cegah Stunting Dan Gizi Buruk Pada Balita Dengan Edukasi Gizi Bagi Tumbuh Kembang Anak Di Desa Banyumulek Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Agro Dedikasi Masyarakat (JADM)*, 2(2), 7–12.
- Carolina, O. (2021). Analisis Pelayanan Intervensi Gizi Spesifik Integratif Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pademangan Jakarta Utara. Universitas Indonesia.
- Elly Marlina Usman, fera nurul widadah, sarah salsabila, Roby zam-zamRafsanjani (2021). Strategi penaggualnagn stunting pada balita dan pemberian makanan tambahan bergizi di Desa Kertahaja. *Proceeding UIN Sunan Gunung Jati Bandung*
- Fitri Fujiana and others, ‘Potensi Pangan Fermentasi Tempe Dalam Mengatasi Kejadian Stunting Di Indonesia’, *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2021, 20–26 <<https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.481>>.
- Hendy Setiawan and Chorunnisa Chorunnisa, ‘Intervensi Diversifikasi Pangan Lokal Dalam Menurunkan Prevalensi Stunting Di Kabupaten Batang: Analisis Kajian Politik Keamanan Non-Tradisional’, *Salus Cultura: Jurnal Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan*, 3.2 (2023), 78–90 <<https://doi.org/10.55480/saluscultura.v3i2.112>>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Pencegahan stunting pada anak. <https://promkes.kemkes.go.id/pencegahan-stunting>
- Lestari, C. I., Pamungkas, C. E., W.D., S. M., Amilia, R., Adiputri, N. W. A., Arieska, R., Rospia, E. D., Makmun, I., Amini, A., Cahyaningtyas, D. K., &

- Sarah, S. (2023). Upaya Penurunan Stunting Melalui Kelas Pasangan Ramah Anak (Parana) Di Desa Kembang Kerang Kecamatan Aikmel Lombok Timur. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 532. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.13683>
- Ni Wayan Dian Ekayanthi and Pudji Suryani, 'Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Mencegah Stunting Pada Kelas Ibu Hamil', *Jurnal Kesehatan*, 10.3 (2019), 312–19 <<https://doi.org/10.26630/jk.v10i3.1389>>.
- Setyaning Pawestari, Yoga Dwi Saputra, and Dzun Haryadi Ittiqo, 'Sosialisasi Keamanan Pangan Untuk Pencegahan Stunting Di Dusun Mapak Reong, Desa Kuranji', *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 6.3 (2023), 826–30 <<https://doi.org/10.29303/jpmipi.v6i3.5446>>.
- Sihite, N. W., & Chaidir, M. S. (2022). Keterkaitan kemiskinan, kecukupan energi dan protein dengan kejadian stunting balita di Puskesmas 11 Ilir Palembang. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(1), 37. <https://doi.org/10.21111/dnj.v6i1.7083>
- Saraswati, D., Gustaman, R. A., & Hoeriyah, Y. A. (2021). Hubungan Status Ketahanan Pangan Rumah Tangga Dan Pola Asuh Terhadap Kejadian Stunting Pada Baduta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(2), 226–237. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v12i2.344>
- Supadmi, S., Laksono, A. D., Kusumawardani, H. D., Ashar, H., Nursafingi, A., Kusri, I., & Musoddaq, M. A. (2024). Factor related to stunting of children under two years with working mothers in Indonesia. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 26. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2024.101538>
- Saleh, A., Syahrul, S., Hadju, V., Andriani, I., & Restika, I. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting: a Systematic Review. *Gaceta Sanitaria*, 35, S576–S582. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.087>
- Sihite, N. W., & Chaidir, M. S. (2022). Keterkaitan kemiskinan, kecukupan energi dan protein dengan kejadian stunting balita di Puskesmas 11 Ilir Palembang. *Darussalam Nutrition Journal*, 6(1), 37. <https://doi.org/10.21111/dnj.v6i1.7083>
- Teti Sutriyati Tuloli and others, 'Journal of Community and Clinical Pharmacy (Jurnal Farmasi Komunitas Dan Klinik) Persepsi Masyarakat Tentang Penggunaan Obat Tradisional Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Bongoime Kecamatan Tilongkabila Kabupaten Bone Bolango', 01.1 (2025), 30–40.
- Wulandari Leksono, A., Kartika Prameswary, D., Sekar Pembajeng, G., Felix, J., (2021). Risiko Penyebab Kejadian Stunting pada Anak. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat: Pengmaskemas*, 1(2), 34–38.