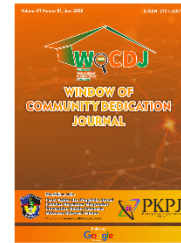




Window of Community Dedication Journal

Journal homepage : <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/wocd>



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/wocd/article/view/wocd6103>

Kegiatan Pemberdayaan dalam Pencegahan Stunting Melalui Program “1 Hari 1 Telur” di Dusun Bonginge, Desa Sipodeceng

Devy Febrianti¹, Sunandar Said², Nabila Jaya³, Nur Qadri Anugrah⁴, Rizkah⁵, Isma Nurul Kirana⁶, Eka Yusni Sari⁷, Jingga⁸, Diah Andana Permata Dwi Yanti⁷, Khaniya⁸ Eka Juniati Yakub⁹

Progran Studi Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang

devyfebriantiu@gmail.com

Abstract

Stunting is a serious public health issue with long-term impacts on child growth and development. In Bonginge Hamlet, Sipodeceng Village, stunting remains a major concern. Through community empowerment activities, provided education on the importance of animal-based protein and implemented the “1 Egg a Day” program for toddlers over an eight-day period. This initiative included education sessions, egg distribution, and monitoring of consumption outcomes. The results showed an increase in mothers’ knowledge of balanced nutrition and positive changes in family dietary patterns. This activity highlights the importance of participatory approaches and simple interventions in efforts to reduce stunting at the village level.

Keywords: *Stunting, community empowerment, nutrition education.*

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian Dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan masyarakat
Universitas Muslim Indonesia

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

Jurnal.wocd@umi.ac.id
+62 85397539583

Article history :

Received 9 Mei 2025
Received in revised form 29 Mei 2025
Accepted 15 Juni 2025
Available online 30 Juni 2025

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan serius yang berdampak jangka panjang terhadap tumbuh kembang anak. Di Dusun Bonginge, Desa Sipodeceng, angka stunting masih menjadi perhatian. Melalui kegiatan pemberdayaan masyarakat, melalui edukasi tentang pentingnya protein hewani dan melaksanakan program “1 Hari 1 Telur” selama delapan hari kepada anak balita. Kegiatan ini mencakup edukasi, distribusi telur, dan monitoring hasil konsumsi. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang serta adanya perubahan positif dalam pola makan keluarga. Kegiatan ini menegaskan pentingnya pendekatan partisipatif dan intervensi sederhana dalam upaya menurunkan angka stunting di tingkat desa.

Kata Kunci: Stunting, pemberdayaan masyarakat, protein hewani, balita, edukasi gizi, intervensi desa

A. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan global yang menimpa satu atau lebih anak berusia di bawah lima tahun pada tahun 2020. Jumlah ini terus meningkat secara signifikan karena keterbatasan akses terhadap nutrisi, kebiasaan pola makan, dan layanan nutrisi penting (UNICEF et al., 2020). Lebih dari separuh anak usia di bawah lima tahun mengalami stunting secara global $\geq 55\%$ berasal dari negara-negara di kawasan Asia. Menurut World Health Organization Dunia (WHO), Indonesia merupakan negara berkembang dengan prevalensi stunting tertinggi ketiga di Asia Tenggara. Hasil survei Status Gizi Indonesia (SGI) tahun 2022 menunjukkan bahwa 21,6% anak balita di Indonesia menderita stunting (Kemenkes RI, 2022; Nkurunziza et al., 2017; RISKESDAS, 2018).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi selama 1.000 hari pertama kehidupan. Kondisi ini menyebabkan anak memiliki tinggi badan di bawah standar usianya serta meningkatkan risiko gangguan perkembangan kognitif, fisik, dan produktivitas anak di masa depan. Stunting tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga menciptakan tantangan sosial dan ekonomi bagi komunitas dan negara. (Dewey et al., 2011)

Mengatasi stunting memerlukan intervensi berbasis masyarakat, salah satunya melalui program edukasi dan suplementasi gizi. Di Dusun Bonginge, Desa Sipodeceng, Kecamatan Baranti, Kabupaten Sidrap, program “1 Hari 1 Telur Selama 8 Hari” diinisiasi sebagai upaya meningkatkan asupan protein hewani anak-anak serta meningkatkan

pengetahuan ibu dan keluarga mengenai pentingnya gizi dalam mencegah stunting. (Geli et al., 2019)

Provinsi Sulawesi Selatan menurut SSGI 2024 angka stunting turun dari 27,4 persen menjadi 23,3 persen. Adapun di mana target prevalensi stunting Provinsi Sulsel dari baseline 2023 sebesar 27,4 persen dengan target sebelumnya 2025 sebesar 23,9 persen. Adapun untuk 2045 sebesar 6,1 persen. Kerja keras dan konsistensi Inovasi Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan membuahkan hasil dari tahun 2020-2024 berupa pendampingan gizi desa dan intervensi gizi 1000 HPK berupa PMT lokal balita dan ibu hamil, multivitamin, pemberian tablet tambah darah bagi rematri dan ibu hamil. Kepala Dinas Kesehatan Sulsel, M. Ishaq Iskandar menyebutkan bahwa pola hidup sehat, seperti menghindari rokok yang dapat berdampak pada risiko stunting dan mencukupi kebutuhan gizi anak, merupakan langkah mendasar dalam mencegah stunting. Ia juga menyoroti pentingnya literasi kesehatan di masyarakat.

Upaya pencegahan (prevensi) primer dilakukan melalui program pengabdian masyarakat mahasiswa PKLT yang merupakan gabungan dari beberapa program studi Ilmu Kesehatan dan Sains Teknologi, IKesT Muhammadiyah Palembang. Upaya ini bertujuan untuk membantu program pemerintah dalam pengendalian stunting di masyarakat desa/kelurahan melalui inovasi berbasis bukti yang dirumuskan dalam intervensi kesehatan masyarakat berbasis promotif dan preventif. Dimana dalam praktiknya masyarakat merupakan mitra dalam praktik pelayanan kesehatan.

B. PELAKSAAAN DAN METODE

Pelaksanaan program ini melalui beberapa tahapan:

Edukasi dan Sosialisasi: Kader posyandu bersama perangkat desa memberikan edukasi mengenai bahaya stunting, pentingnya protein hewani dalam tumbuh kembang anak, dan cara sederhana pemenuhan gizi lewat konsumsi telur. Edukasi dilakukan melalui pertemuan warga, penyuluhan singkat sebelum distribusi telur, dan pembagian leaflet informatif.

Intervensi Pemberian Telur: Setiap anak balita yang berisiko stunting di Dusun Bonginge menerima satu butir telur setiap hari selama 8 hari berturut-turut. Distribusi dilakukan secara langsung ke rumah penerima manfaat untuk memastikan konsumsi dan meminimalisir hambatan akses.

Monitoring dan Evaluasi: Kader melakukan pencatatan konsumsi harian dan pemantauan status kesehatan anak sebelum dan sesudah program, meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, dan keaktifan anak. Wawancara singkat dengan ibu juga dilakukan untuk mengetahui perubahan perilaku atau pemahaman seputar gizi.

Pelibatan Komunitas: Keterlibatan tokoh masyarakat dan pemerintah desa memastikan keberlanjutan program, serta mendorong replikasi di lingkungan lainnya.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Posko 3 PBL(Pengalaman Belajar Lapangan) bekerja sama dengan kader posyandu Saudising Dusun Bonginge, Desa Sipodeceng, Kecamatan Baranti, Kabupaten Sidrap. Kegiatan koordinasi awal bersama Bidan Desa Sipodeceng dan dilanjutkan dengan kader posyandu Saudising. (Gambar 1). Adapun tujuan dari program ini yaitu meningkatkan pengetahuan masyarakat dan Ibu balita mengenai gizi seimbang dan pola hidup sehat.

Peningkatan Asupan Gizi: Selama delapan hari, anak-anak memperoleh asupan protein berkualitas tinggi. Telur kaya akan asam amino esensial, omega-3, vitamin A, D, B12, zat besi, dan seng. Studi dan pengalaman program serupa membuktikan konsumsi telur secara rutin mampu mempercepat pemulihan berat dan tinggi badan anak yang sebelumnya mengalami defisit gizi.

Pemahaman Warga Meningkat: Edukasi yang berjalan seiring dengan distribusi telur membuat para ibu semakin memahami pentingnya gizi dan praktik pemberian makanan bergizi, terutama protein hewani. Kader juga melaporkan meningkatnya antusiasme warga untuk melanjutkan konsumsi telur dan sumber protein lain setelah program berakhir.

Dampak Jangka Pendek: Program 8 hari menjadi awal pembiasaan makan telur dan menjadi momentum edukasi praktis yang mudah diterima keluarga. Walau belum dapat menggambarkan perubahan signifikan status stunting dalam jangka waktu singkat, perubahan pola makan keluarga ke arah lebih baik sudah mulai terlihat.

Keberlanjutan dan Replikasi: Keberhasilan program ini menunjukkan bahwa intervensi sederhana namun terencana, seperti konsumsi satu telur per hari, dapat dilakukan dengan biaya rendah dan memberi manfaat nyata. Dengan kolaborasi lintas sektor, pendekatan ini dapat diperluas ke level dusun hingga kecamatan di wilayah Sidrap dan sekitarnya.

Dalam kesempatan ini mahasiswi PBL Posko 3 Bonginge menjalankan program ini. Adapun hasil kegiatan ini yaitu Masyarakat menyambut dengan antusias



Gambar 1. Foto bersama Bidan Desa Sipodeceng dan Kader Posyandu

Selanjutnya yaitu kegiatan program pemberian 1 hari 1 telur untuk pencegahan stunting. Adapun kegiatan tersebut dapat dilihat pada Gambar 2



Gambar 2. Pemberian Makanan Olahan Telur

Kutipan dan Acuan

Stunting, yang merupakan akibat dari kekurangan gizi kronis, dapat mempengaruhi perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak. UNICEF, WHO, dan World Bank (2020) menyebutkan bahwa lebih dari 55% kasus stunting global terjadi di kawasan Asia, dengan Indonesia termasuk dalam negara dengan prevalensi tertinggi di Asia Tenggara. Stunting tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga menciptakan tantangan sosial dan ekonomi jangka panjang bagi negara.

Di Indonesia, prevalensi stunting pada anak balita tercatat sebesar 21,6% menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Khusus di Sulawesi Selatan, angka stunting mencapai 23,3%

pada tahun 2024, meskipun ada penurunan yang signifikan dibandingkan tahun sebelumnya (Kemenkes RI, 2022). Penurunan ini menandakan adanya kemajuan dalam upaya pengendalian stunting melalui program-program berbasis masyarakat dan intervensi gizi yang terintegrasi.

Salah satu intervensi yang efektif untuk mengatasi stunting adalah pemberian protein hewani, seperti telur, yang dapat meningkatkan kualitas gizi anak. Telur kaya akan asam amino esensial, vitamin A, D, B12, serta zat besi, yang diperlukan untuk tumbuh kembang optimal. Penelitian oleh Nkurunziza et al. (2017) menunjukkan bahwa pemberian telur secara rutin pada anak-anak berisiko stunting dapat memperbaiki status gizi dan mendukung pemulihan berat badan dan tinggi badan anak.

D. PENUTUP

Program “1 Hari 1 Telur Selama 8 Hari” berhasil meningkatkan asupan gizi anak dan pengetahuan ibu tentang pentingnya protein hewani dalam pencegahan stunting. Meski sederhana, intervensi ini menunjukkan dampak positif dan berpotensi untuk direplikasi di wilayah lain sebagai langkah nyata mendukung penurunan angka stunting

Simpulan

Program “1 Hari 1 Telur” di Dusun Bonginge merupakan langkah nyata dan sederhana dalam upaya pencegahan serta penurunan stunting di tingkat desa. Melalui pendekatan edukasi dan intervensi langsung berupa pemberian telur setiap hari kepada balita, program ini mampu meningkatkan status gizi dan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya asupan protein hewani. Sinergi antara pemerintah desa, tenaga kesehatan, posyandu, dan masyarakat terbukti sangat penting guna menjaga keberlanjutan serta memperluas dampaknya.

Saran

Diperlukan kesinambungan program melalui dukungan pemerintah desa dan kader posyandu agar kebiasaan konsumsi gizi seimbang terus berlanjut. Selain itu, penting untuk memperluas edukasi gizi kepada seluruh anggota keluarga dan melibatkan lebih banyak pihak agar intervensi dapat menjangkau lebih banyak anak berisiko stunting.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada Kepala Desa Sipodeceng, Kepala Dusun Bonginge, Bidang Desa, Kader Posyandu, serta Masyarakat setempat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan Program “1 Hari 1 Telur” pada Pengalaman Belajar Lapangan(PBL) II Posko 3 Bonginge .

E. DAFTAR PUSTAKA

- Cita Sehat Foundation. (2024, October 21). Gerakan 1 Hari 1 Telur untuk Berantas Stunting. <https://citasehat.org/1-hari-1-telur-untuk-berantas-stunting-2/>
- Cita Sehat Foundation. (2024a, August 21). CITA SEHAT VIRTUAL RUN FOR CARE KUMPULKAN DONASI SEBESAR Rp8.982.008. <https://citasehat.org/cita-sehat-virtual-run-for-care-kumpulkan-donasi-sebesar-rp8-982-008/>
- Gubernur Andi Sudirman Komitmen Cegah dan Percepat Penurunan Stunting di Sulsel. (2025, April 18). <https://sulselprov.go.id/post/gubernur-andi-sudirman-komitmen-cegah-dan-percepat-penurunan-stunting-di-sulsel>
- UNICEF, WHO, & World Bank Group. (2023). Levels and Trends in Child Malnutrition: Key findings of the 2023 edition. <https://data.unicef.org/resources/jme-report-2023/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting Indonesia 2021-2030. <https://www.stunting.go.id/>
- WHO. (2021). Guideline: Implementing effective actions for improving adolescent nutrition. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240028702>
- Dewey, K. G., & Begum, K. (2011). Long-term consequences of stunting in early life. *Maternal & Child Nutrition*, 7(s3), 5–18. <https://doi.org/10.1111/j.1740-8709.2011.00349.x>
- Ministry of Health Indonesia. (2018). Basic Health Research (RISKESDAS). <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas-2018/>
- Gelli, A., et al. (2019). Using school feeding programs to improve diets of children and adolescents in low- and middle-income countries. *Nutrition Reviews*, 77(11), 829–842. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuz026>
- FAO. (2020). The State of Food Security and Nutrition in the World 2020. <https://www.fao.org/publications/sofi/2020/en/>
- Black, R. E., et al. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Bhutta, Z. A., et al. (2013). Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: What can be done and at what cost? *The Lancet*, 382(9890), 452–477. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60996-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60996-4)
- Titaley, C. R., et al. (2013). Nutrition and health status of children in Indonesia: Evidence from the 2011 DHS. *BMC Public Health*, 13, 1064. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1064>

- Filmer, D., & Pritchett, L. H. (2001). Estimating wealth effects without expenditure data—or tears: An application to educational enrollments in states of India. *Demography*, 38(1), 115–132. <https://doi.org/10.1353/dem.2001.0003>
- Sudfeld, C. R., et al. (2015). Linear growth and child development in low- and middle-income countries: A meta-analysis. *Pediatrics*, 135(5), e1266–e1275. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-3111>
- Nasution, A. I., et al. (2022). Effectiveness of Nutrition Education on Maternal Knowledge and Child Feeding Practice in Indonesia: A Review. *Journal of Nutritional Science*, 11, e25. <https://doi.org/10.1017/jns.2022.16>
- Nugraheni, S. A., et al. (2020). Intervensi Gizi dan Pemberdayaan Masyarakat dalam Penurunan Stunting: Studi di Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 8(2), 75–81. [https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8\(2\).75-81](https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8(2).75-81)
- Syafiq, A., et al. (2019). The Impact of Community Empowerment in Reducing Stunting in Indonesia: A Case Study of Posyandu Cadres in West Java. *Indonesian Journal of Health Promotion*, 14(1), 1–9. <https://doi.org/10.31934/promotif.v14i1.1234>