

Rusun Berdaya dan Beraksi: Pemberdayaan Ibu dalam Pemberian Bekal Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting di Rusun 23 Ilir Kota Palembang

Empowered and Proactive Public Housing: Empowering Mothers in Providing Balanced Nutrition to Prevent Stunting in Rusun 23 Ilir, Palembang City

¹Risa Nur Amalia, ²Najmah, ²Nur Alam Fajar, ³Ferenadia Apriliani, ³Putri Hervilanti, ³Riama Claudia Christine LG, ³Dwi Dianaulina, ³Devy Yuliantari, ³Jevin Anugrah Saputra, ³Ruth Evita Gloria LG

¹Poltekkes Kemenkes Palembang

²Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang, Sumatera Selatan

³Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang, Sumatera Selatan

Korespondensi: R.N. Amalia, risa@poltekkespalembang.ac.id

Naskah Diterima: 25 September 2024. Disetujui: 5 Desember 2024. Disetujui Publikasi: 30 Juli 2025

Abstract. Stunting is a chronic nutritional issue that impedes children's growth and development and remains a significant public health challenge both globally and nationally. In Indonesia, efforts to reduce stunting have yet to meet the national targets set in the National Medium-Term Development Plan (RPJMN). To address this issue, effective interventions involving multiple stakeholders are essential. Given the vital role of mothers in maintaining child health, empowering them to prepare nutritious meals based on the "My Plate" concept (Isi Piringku) is a promising strategy. The community service program titled "Empowered and Proactive Public Housing" (Rusun Berdaya dan Beraksi) aimed to empower mothers in providing balanced nutrition to prevent stunting in children. The program included a series of activities such as educational sessions, interactive games, the development of informational pocket books, cooking demonstrations, balanced meal competitions, and dissemination of the program's outcomes through media articles and official booklets. These materials were shared with policymakers, including the Chairperson of the Palembang City PKK Team. The results indicated a significant improvement in mothers' knowledge and attitudes toward providing balanced nutrition, as evidenced by statistical analysis ($p < 0.05$). This community-based empowerment initiative proved effective in enhancing mothers' awareness, knowledge, and practical skills in preparing nutritious meals for children, thereby contributing to stunting prevention efforts in the 23 Ilir Public Housing Complex, Palembang.

Keywords: *Stunting, Balanced nutrition, Fill my plate, Empowering mothers, Flats.*

Abstrak. Stunting merupakan masalah gizi kronis yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak yang merupakan tantangan kesehatan masyarakat di tingkat global dan nasional. Upaya penanggulangan stunting di Indonesia belum dapat mencapai target penurunan stunting yang ditetapkan dalam RPJMN. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan intervensi efektif yang melibatkan berbagai pihak. Mengingat peran krusial ibu dalam menjaga kesehatan anak, pemberdayaan ibu dalam penyiapan makanan bergizi sesuai konsep Isi Piringku dapat menjadi sebuah strategi penting. Kegiatan pengabdian masyarakat "Rusun Berdaya dan Beraksi" bertujuan untuk memberdayakan ibu-ibu di rumah susun 23 Ilir Palembang dalam pemberian bekal gizi seimbang sesuai konsep Isi Piringku guna mencegah stunting pada anak. Kegiatan ini mencakup

serangkaian kegiatan berupa edukasi, permainan, penyusunan buku saku, demo masak, lomba masak bekal gizi seimbang hingga diseminasi hasil kegiatan melalui artikel berita di media massa dan diseminasi buku hasil pengabdian kepada masyarakat ke pengambil kebijakan yaitu Ketua Tim Penggerak PKK Kota Palembang. Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan sikap positif ibu-ibu terhadap pemberian bekal gizi seimbang setelah mengikuti kegiatan ini. Peningkatan ini dibuktikan dengan hasil uji statistik yang signifikan ($p < 0,05$) pada tingkat pengetahuan dan sikap ibu-ibu. Dengan demikian, kegiatan pemberdayaan berbasis komunitas ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran serta kemampuan ibu-ibu dalam menyediakan makanan bergizi seimbang bagi anak dan turut berkontribusi pada upaya pencegahan stunting di rumah susun 23 Ilir Palembang.

Kata Kunci: *Stunting, Gizi seimbang, Isi piringku, Pemberdayaan ibu, Rumah susun.*

Pendahuluan

Stunting merupakan kondisi yang ditandai dengan gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat kekurangan gizi kronis yang merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan yang mempengaruhi anak-anak secara global (Anggraini & Rachmawati, 2021). Stunting disebabkan oleh kurangnya asupan nutrisi dalam jangka waktu lama sehingga berdampak buruk pada pertumbuhan fisik dan kognitif anak (Purbandini, 2023). Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik tetapi juga menghambat perkembangan otak sehingga berpotensi menimbulkan konsekuensi jangka panjang (Ruminem & mayusef, 2022). Secara global *World Health Assembly* (WHA) menargetkan untuk mengurangi stunting sebanyak 40% pada tahun 2025 dibandingkan dengan tahun 2013. Selain itu, *Sustainable Development Goals* (SDGs) nomor 2 menargetkan untuk menghapuskan semua jenis kekurangan gizi pada tahun 2030. Di Indonesia, target menurunkan prevalensi stunting dijabarkan dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yaitu 14% tahun 2024 (Kemenkes, 2021). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI), diketahui prevalensi stunting secara nasional di Indonesia tahun 2023 adalah 21,5%, hanya turun 0,1% dari tahun 2022 dengan prevalensi 21,6% (BKPK Kemenkes, 2022). Prevalensi tersebut menunjukkan bahwa tidak tercapainya target RPJMN dalam penurunan stunting yaitu sebesar 14% pada tahun 2024. (Kemenkes, 2021). Stunting merupakan hal yang banyak terjadi di Indonesia, sehingga menekankan perlunya intervensi yang efektif untuk mencegah dan mengatasi masalah ini (Sahdani dkk., 2021). Prevalensi stunting menggarisbawahi pentingnya intervensi dini untuk mengurangi dampaknya terhadap kesehatan anak di masa mendatang (Huriah dkk., 2021).

Mencegah stunting dimulai di dalam keluarga, salah satunya melalui edukasi kepada orang tua untuk memberikan gizi yang cukup dalam pertumbuhan anak (Hadiyanto, 2024). Ibu memainkan peran penting dalam pencegahan stunting pada anak usia sekolah dengan memastikan nutrisi dan persiapan makanan yang tepat (Aprilina dkk., 2021). Pemberdayaan perempuan dan peningkatan pengetahuan dan kemampuan ibu merupakan strategi penting dalam mencegah stunting (Margatot & Huriah, 2021). Program pemberdayaan ibu berbasis masyarakat terbukti efektif dalam mendukung upaya pemulihan stunting dan meningkatkan keluaran gizi (Muksin dkk., 2022). Upaya pencegahan stunting harus mencakup pendekatan holistik yang mengintegrasikan suplementasi gizi, pendidikan, dan pemberdayaan masyarakat (Nadirawati dkk., 2023). Pemberian program dan intervensi pendidikan anak usia dini dapat memberikan dampak positif terhadap status gizi anak dan berkontribusi terhadap pencegahan stunting (Huriah & Hermawan, 2022). Dalam mengatasi stunting memerlukan pendekatan dari berbagai sisi yang melibatkan berbagai pihak, termasuk penyedia layanan kesehatan, pengambil kebijakan, dan masyarakat untuk menciptakan solusi yang lebih berkelanjutan (Amirah dkk., 2022). Dengan menerapkan strategi pemberdayaan ibu, dampak buruk stunting dapat dikurangi, sehingga mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang sehat pada anak.

Isi Piringku merupakan konsep yang mengacu pada pedoman untuk keragaman makanan dan porsi yang disarankan untuk dikonsumsi setiap kali makan sebagai bagian dari gagasan gizi seimbang yang diatur dalam Permenkes No 41 Tahun 2014. "Isi Piringku" menyarankan untuk 2/3 bagian dari setengah piring untuk makanan pokok dan sayuran, dan 1/3 bagian untuk lauk-pauk dan buah dalam satu piring setiap makan. Dalam satu hari disarankan untuk mengonsumsi tiga hingga empat porsi karbohidrat, sayur, buah, dan protein hewani dan nabati (Kemenkes RI, 2019).

Pentingnya konsumsi gizi seimbang dalam pencegahan stunting khususnya bagi anak-anak yang tinggal di kawasan yang beresiko tinggi stunting seperti rumah susun (rusun) dengan sanitasi yang buruk, maka diperlukan upaya yang komprehensif dan berkesinambungan melalui pemberdayaan ibu dalam pemberian bekal gizi seimbang yang sesuai dengan konsep Isi Piringku. Pemberdayaan dilakukan di rumah susun 23 Ilir yang merupakan salah satu rumah susun yang terdapat di kota Palembang dengan jumlah penduduk yang cukup padat termasuk jumlah anak pada usia sekolah. Rumah susun 23 Ilir Palembang juga merupakan salah satu rumah susun yang berada di wilayah kerja Puskesmas 23 Ilir. Perlunya pendekatan dari berbagai sisi yang melibatkan berbagai pihak termasuk penyedia layanan kesehatan, pengambil kebijakan, dan masyarakat menjadikan kegiatan pemberdayaan ini berkolaborasi dengan berbagai pihak seperti Puskesmas 23 Ilir, dunia usaha yaitu manajemen Palembang Indah Mall yang secara geografis terletak tepat disamping rumah susun 23 Ilir serta melibatkan media berita *online* dalam pemberitaan kegiatan untuk meningkatkan *awareness* publik yang lebih luas terhadap isu kesehatan di kawasan rumah susun. Melalui kegiatan pemberdayaan ini diharapkan ibu-ibu di rumah susun 23 Ilir dapat berdaya dalam menyiapkan makanan bagi keluarganya secara khusus bekal gizi seimbang sesuai konsep isi piringku bagi anaknya. Rangkaian kegiatan pemberdayaan ini meliputi edukasi disertai dengan kegiatan praktik langsung berupa demo masak dan lomba masak bekal gizi seimbang sesuai konsep isi piringku serta melalui permainan dan menggunakan media Buku Saku Isi Piringku.

Berdasarkan permasalahan stunting dan pentingnya konsumsi gizi seimbang, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberdayakan ibu-ibu di Rumah Susun 23 Ilir Palembang dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pemberian gizi seimbang sesuai konsep Isi Piringku. Melalui kegiatan ini, diharapkan terjadi perubahan signifikan berupa peningkatan pemahaman ibu tentang gizi seimbang, kemampuan praktis menyiapkan makanan bergizi, serta kesadaran akan pentingnya pencegahan stunting melalui pola makan yang tepat. Luaran yang diharapkan adalah terbentuknya kemandirian ibu dalam menyiapkan bekal gizi seimbang bagi anak-anaknya, yang pada akhirnya dapat berkontribusi menurunkan risiko stunting dan meningkatkan status gizi anak di kawasan Rumah Susun 23 Ilir Palembang.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu. Kegiatan Rusun Berdaya dan Beraksi dilakukan dari bulan Februari hingga Mei 2024. Rangkaian kegiatan dimulai dengan melakukan persiapan tim dan dilanjutkan dengan *building trust* di lokasi kegiatan dengan tokoh masyarakat dan ibu-ibu yang tinggal di rumah susun. Pada tanggal 2 dan 3 Maret 2024 dilaksanakan kegiatan intervensi di rumah susun 23 Ilir Blok 17 Kota Palembang. Rangkaian akhir kegiatan Rusun Berdaya dan Beraksi berupa diseminasi kegiatan melalui artikel berita di media massa dan diseminasi buku hasil pengabdian kepada masyarakat ke pengambil kebijakan yaitu Ketua Tim Penggerak PKK Kota Palembang.

Khalayak Sasaran. Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu yang tinggal di rumah susun 23 Ilir Blok 17 Palembang. Dengan total sampel keseluruhan adalah 20 Orang.

Penetapan peserta berdasarkan kehadiran ibu-ibu pada saat kegiatan sedang berlangsung.

Metode Pengabdian. Kegiatan Rusun Berdaya dan Beraksi ini dilakukan sebagai upaya pemberdayaan bagi ibu-ibu tentang pentingnya pemberian bekal gizi seimbang sesuai Isi Piringku dalam pencegahan stunting bagi anak-anak mereka melalui berbagai kegiatan diantaranya edukasi isi piringku melalui ceramah, permainan menyusun *puzzle* isi piringku, edukasi melalui media buku saku isi piringku yang dibuat dalam bahasa lokal dan praktik demo masak bekal gizi seimbang sesuai Isi Piringku bersama kader posyandu serta lomba memasak bekal gizi seimbang sesuai Isi Piringku bagi seluruh ibu-ibu peserta pemberdayaan secara berkelompok. Guna keberlanjutan program pemberdayaan, tim juga melakukan audiensi kepada dunia usaha disekitar lokasi pemberdayaan yaitu manajemen Palembang Indah Mall untuk turut serta dalam kegiatan pemberdayaan melalui *matching program Corporate Social Responsibility* (CSR). Pada kegiatan ini digunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap ibu terkait gizi seimbang, yaitu kuesioner tentang bagaimana konsep gizi seimbang dan isi piringku serta sikap terhadap pemberian bekal gizi seimbang bagi anak-anak mereka. Pengisian kuesioner ditujukan bagi seluruh ibu-ibu peserta pemberdayaan sebanyak 20 orang ibu-ibu dari rusun 23 Ilir Blok 17 Palembang.

Indikator Keberhasilan. Jika hasil survei setelah evaluasi menunjukkan bahwa ibu memiliki pengetahuan dan sikap yang baik sesuai hasil uji statistik. Ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian pada masyarakat ini berhasil.

Metode Evaluasi. Evaluasi dilakukan dengan melakukan survei menggunakan kuesioner. Kuesioner yang disebarkan berisikan materi tentang konsep gizi seimbang dan isi piringku serta sikap terhadap pemberian bekal gizi seimbang untuk anak-anak. Tingkat pengetahuan dan sikap ibu kemudian diukur menggunakan kuesioner. Kemudian untuk mendapatkan nilai frekuensi dan penetapan nilai *cut off point* dilakukan dengan mengolah hasil yang diperoleh dari pengisian kuesioner. Aplikasi statistik *IBM SPSS Statistic versi 28* digunakan untuk analisis hasil. Hasil perbandingan dari nilai frekuensi dan nilai *cut off point* akan dikelompokkan berdasarkan tingkat pengetahuan kurang, dan pengetahuan baik serta sikap kurang dan sikap baik.

Hasil dan Pembahasan

A. Implementasi Penyusunan Buku Saku Isi Piringku

Salah satu inovasi dalam kegiatan Rusun Berdaya dan Beraksi ini adalah penyusunan buku saku isi piringku yang disesuaikan dengan konteks lokal (pada gambar 1). Penyusunan buku saku isi piringku ini bertujuan agar para ibu-ibu dapat menerapkan prinsip gizi seimbang dengan mudah karena buku saku ini menyederhanakan konsep gizi seimbang menjadi panduan visual yang mudah dipahami, sehingga memudahkan ibu-ibu dalam merencanakan dan menyiapkan makanan bergizi untuk keluarga. Buku saku ini juga memberikan rekomendasi bahan pangan lokal yang mudah didapat dan terjangkau, sehingga membantu ibu-ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga dengan lebih ekonomis. Selain itu di dalam buku saku ini juga memberikan contoh-contoh resep makanan gizi seimbang yang memanfaatkan bahan pangan lokal, sehingga menginspirasi ibu-ibu untuk berkreasi dalam memasak dan menyajikan makanan yang lebih menarik bagi keluarga khususnya bagi anak-anak dalam menyiapkan bekal. Di bagian akhir buku saku sebagai bentuk apresiasi terdapat bagian kumpulan resep dari masakan ibu-ibu rusun yang digunakan sebagai Lomba Bekal Gizi Seimbang Sesuai "Isi Piringku". Secara keseluruhan buku saku ini memberikan informasi tentang pentingnya gizi seimbang bagi kesehatan, sehingga meningkatkan kesadaran ibu-ibu untuk lebih memperhatikan asupan gizi bagi keluarganya sehingga penyusunan

buku saku Isi Piringku yang disesuaikan dengan konteks lokal ini diharapkan dapat membantu meningkatkan status gizi keluarga, khususnya bagi anak-anak, serta berkontribusi pada upaya pencegahan stunting di masyarakat.



Gambar 1. Buku saku isi piringku

B. Implementasi Edukasi Bekal Gizi Seimbang Sesuai "Isi Piringku"

Pada Sabtu, 2 Maret 2024 dilaksanakan kegiatan Edukasi Bekal Gizi Seimbang sesuai Isi Piringku di blok 17 Rusun 23 Ilir Kota Palembang (pada gambar 2). Kegiatan diawali dengan pengisian *pretest* oleh ibu-ibu peserta kegiatan (pada gambar 2). Selanjutnya petugas gizi Puskesmas 24 Ilir Palembang Ice Krisnawati, AmG dan 8 anggota tim memberikan edukasi tentang gizi seimbang dan konsep isi piringku. Tim juga mengadakan permainan edukasi berupa penyusunan *puzzle* isi piringku secara berkelompok setelah selesai sesi edukasi (pada gambar 3). Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan penjelasan teknis Lomba Bekal Gizi Seimbang Sesuai "Isi Piringku" oleh tim mahasiswa FKM Unsri terkait ketentuan dan peraturan lomba, selanjutnya dilakukan pengundian bahan masakan utama yang akan menjadi bahan utama dalam Lomba Bekal Gizi Seimbang Sesuai "Isi Piringku". Pilihan bahan utama yang diundi diantaranya ayam, ikan lele, ikan sarden dan telur bebek yang mana tiap kelompok akan mendapatkan 1 bahan utama tersebut dan merencanakan menu bekal dengan menggunakan bahan utama hasil undian tersebut. Setelah setiap kelompok mendapatkan informasi bahan utama, ibu-ibu diminta untuk berdiskusi dan mengisi rencana menu bekal dan daftar belanja yang akan dibelanjakan serta mengisi kartu resep rencana masakan yang akan dibuat untuk lomba, sekaligus diminta untuk mengidentifikasi rencana makanan pokok, lauk pauk, sayuran dan buah-buahan dari menu masakan yang akan dilombakan (pada gambar 4).



Gambar 2. *Pretest* dan edukasi bekal gizi seimbang sesuai isi piringku oleh petugas gizi Puskesmas 24 Ilir Palembang



Gambar 3. Permainan penyusunan *puzzle* isi piringku secara berkelompok



Gambar 4. Penyusunan rencana daftar belanja dan pengisian kartu resep oleh tim ibu-ibu rusun

C. Implementasi Demo Masak dan Lomba Bekal Gizi Seimbang Sesuai "Isi Piringku"

Setelah hari sebelumnya ibu-ibu mendapatkan edukasi tentang bekal gizi seimbang sesuai isi piringku, pada hari berikutnya minggu 3 Maret 2024 dilaksanakan kegiatan Demo Masak dan Lomba Bekal Gizi Seimbang sesuai Isi Piringku. Kegiatan diawali dengan masing-masing kelompok berbelanja dan memasak bekal secara swadaya di rumah kelompok masing-masing, tim mahasiswa FKM Unsri melakukan supervisi ke rumah ibu-ibu yang digunakan untuk tempat menyiapkan bekal tersebut sebagai upaya untuk memastikan proses penyiapan makanan dilaksanakan secara higienis, aman, dan sesuai dengan prinsip-prinsip gizi seimbang (pada gambar 5). Setelah proses memasak berakhir, ibu-ibu rusun diminta berkumpul untuk mengumpulkan hasil masakan serta mempresentasikan hasil masakan mereka dan konsep isi piringku sesuai menu masing-masing dihadapan dewan juri yang terdiri dari dosen FKM Unsri dan Kader Posyandu (pada gambar 5 dan 6). Kegiatan dilanjutkan dengan pelaksanaan demo masak oleh kader posyandu (pada gambar 7) yang telah mendapatkan pengarahan oleh petugas gizi Puskesmas 24 Ilir Palembang sebelumnya, demo masak ini dimaksudkan agar ibu-ibu rusun mendapatkan contoh praktis dan langsung tentang cara mengolah bahan makanan menjadi bekal gizi seimbang yang menarik, lezat, dan sesuai dengan prinsip Isi Piringku. Selain itu, demo masak ini juga bertujuan untuk menginspirasi ibu-ibu untuk mencoba resep baru dan memperkuat pemahaman tentang gizi

seimbang. Kegiatan hari kedua ditutup dengan penyerahan hadiah lomba dari manajemen Palembang Indah Mall oleh Kepala RT Blok 17 rumah susun 23 Ilir dan Ibu Camat Kelurahan 24 Ilir Kota Palembang serta ditutup dengan pengisian *posttest* (pada gambar 8).



Gambar 5. Supervisi proses memasak bekal dan proses presentasi hasil masakan



Gambar 6. Bekal gizi seimbang sesuai isi piringku karya ibu-ibu rusun 23 Ilir



Gambar 7. Demo masak oleh Kader Posyandu dan hasil masakannya



Gambar 8. Penyerahan hadiah lomba dan pengisian *posttest*

D. Keberhasilan Kegiatan

Ibu-ibu rusun 24 ilir di kota Palembang menjalani *pretest* untuk mengukur tingkat pengetahuan mereka terkait konsep gizi seimbang dan isi piringku serta sikap terhadap pemberian bekal gizi seimbang sebelum dilaksanakannya kegiatan. Tabel 1 berikut menunjukkan distribusi karakteristik responden dalam kegiatan pemberdayaan ini.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden

Karakteristik Responden	Jumlah (n)	%
Usia		
20-30 Tahun	9	45
31-40 Tahun	11	55
Jenis Kelamin		
Laki-laki		
Perempuan	20	100
Pendidikan		
SMP	7	35
SMA	13	65
Perguruan Tinggi		
Bekerja		
Bekerja	6	30
Tidak Bekerja	14	70

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Berdasarkan data dari Tabel 1 di atas, distribusi responden menurut umur adalah sebagai berikut: 9 responden berusia 20-30 tahun (45%) dan 11 responden berusia 31-40 tahun (55%). Untuk karakteristik pendidikan, 7 responden memiliki gelar SMP (35%) dan 13 responden memiliki gelar SMA (65%). Kemudian untuk distribusi responden menurut status bekerja terdapat 6 responden bekerja (30%) dan terdapat 14 responden tidak bekerja (70%).

Tabel 2. Nilai tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi

Pengetahuan	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Kurang	13	65,0	9	45
Baik	7	35,0	11	55
<i>Jumlah</i>	20	100,0	20	100,0

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 2 terlihat bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden masih menunjukkan kurangnya pengetahuan

terkait konsep gizi seimbang dan isi piringku. Secara khusus, temuan menunjukkan bahwa 60,0% responden masih kurang informasi tentang komponen bekal sehat isi piringku. Setelah dilakukan intervensi dampak dari serangkaian kegiatan Rusun Berdaya dan Beraksi terhadap tingkat pengetahuan responden. Temuan menunjukkan bahwa banyak responden mengalami peningkatan pengetahuan. Mereka memiliki pemahaman yang komprehensif tentang konsep gizi seimbang dan isi piringku untuk kontribusi terhadap pertumbuhan anak mereka.

Tabel 3. Nilai sikap responden sebelum dan sesudah intervensi

Sikap	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Positif	9	45,0	9	45
Negatif	11	55,0	11	55
<i>Jumlah</i>	20	100,0	20	100,0

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Berdasarkan data yang disajikan pada Tabel 3 terlihat bahwa sebelum intervensi sebagian besar responden masih menunjukkan sikap yang kurang baik terhadap pemberian bekal gizi seimbang. Secara khusus, temuan menunjukkan bahwa 55,0% responden masih memiliki sikap negatif. Setelah serangkaian kegiatan Rusun Berdaya dan Beraksi, sikap ibu terhadap pemberian bekal gizi seimbang yang menunjukkan perubahan pandangan mereka tentang manfaat dari isi piringku dapat membuat anak mereka menjadi lebih sehat yang menghasilkan perubahan total ke perspektif yang lebih positif dan suportif. Individu memiliki pemahaman yang komprehensif tentang risiko perilaku mereka, termasuk dampaknya terhadap kesehatan anak-anak di Rusun 24 Ilir.

Tabel 4. Pengaruh intervensi terhadap pengetahuan responden *menggunakan uji paired sample t-test*

Variabel	N	Mean	SD	Min	Maks	Pvalue
Pengetahuan						0,000
Sebelum Intevensi	20	14,10	1,944	11	15	
Sesudah Intervensi	20	17,85	1,599	15	20	

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Menurut Tabel 4 di atas, nilai rata-rata hasil pengetahuan responden sebelum intervensi adalah 14,10 dengan standar deviasi 1,944; nilai rata-rata hasil pengetahuan responden untuk pengukuran kedua, atau sesudah intervensi, adalah 17,85 dengan standar deviasi 1,599, dan nilai rata-rata hasil pengetahuan untuk kedua pengukuran adalah 3,750 dengan standar deviasi 2,731. Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi. Hasil uji stastitik menunjukkan bahwa nilai $p=0,000 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak.

Tabel 5. Pengaruh intervensi terhadap sikap *menggunakan uji paired sample t-test*

Variabel	N	Mean	SD	Min	Maks	Pvalue
Sikap						0,000
Sebelum Intevensi	20	51,50	5,577	41	64	
Sesudah Intervensi	30	77,30	1,809	74	80	

Sumber: Data Primer Terolah, 2024

Berdasarkan output yang ditunjukkan pada tabel 5, nilai rata-rata sikap responden sebelum intervensi adalah 51,50, dengan standar deviasi 5,577; nilai rata-

rata sikap responden untuk pengukuran kedua, atau sesudah intervensi, adalah 77,30, dengan standar deviasi 1,809, dan perbedaan rata-rata antara kedua pengukuran adalah 25,800, dengan standar deviasi 5,197. Terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap responden sebelum dan sesudah intervensi; hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai $p=0,000 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa hipotesis nol ditolak.

Kesimpulan

Rusun Berdaya dan Beraksi merupakan serangkaian kegiatan dalam rangka pemberdayaan kepada ibu-ibu di rumah susun 23 Ilir Kota Palembang. Kegiatan berlangsung selama dua hari dengan bekerjasama dengan pemerintah Kelurahan 24 Ilir, Kepala RT Blok 17, Puskesmas 23 Ilir serta manajemen Palembang Indah Mall. Kegiatan Rusun Berdaya dan Beraksi berhasil meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu-ibu di rumah susun 23 Ilir Palembang terkait pemberian bekal gizi seimbang sesuai konsep Isi Piringku. Melalui serangkaian kegiatan seperti edukasi, permainan, demo masak, dan lomba, serta kolaborasi dengan berbagai pihak, terjadi peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan dan sikap ibu-ibu dalam penerapan prinsip gizi seimbang. Hasil analisis statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah intervensi, dengan peningkatan pengetahuan dari rata-rata 14,10 menjadi 17,85 dan sikap dari 51,50 menjadi 77,30. Hal ini menunjukkan bahwa program pemberdayaan berbasis komunitas efektif sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan kesehatan anak-anak dan pencegahan stunting melalui keterlibatan aktif ibu-ibu dalam penyediaan makanan bergizi.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada warga rumah susun 23 Ilir Kota Palembang, Kepala RT Blok 17 rumah susun 23 Ilir, Pemerintah Kelurahan 24 Ilir, Puskesmas 23 Ilir, manajemen Palembang Indah Mall serta segenap Dosen Universitas Sriwijaya terutama Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat, Mahasiswa Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya BKU Promosi Kesehatan serta kepada semua pihak-pihak yang berpartisipasi dan telah membantu kami dalam mengadakan kegiatan pengabdian masyarakat ini, sehingga dapat berjalan dengan baik.

Referensi

- Amirah, A., Harahap, J., & Ichwansyah, R. (2022). Situation Analysis as a Effort to Accelerate Stunting Reduction in Labuhan Batu Regency in 2022. *Journal of Universal Community Empowerment Provision*, 2(2), 31–38.
<https://doi.org/10.55885/jucep.v2i2.141>
- Anggraini, Y., & Rachmawati, Y. (2021). Preventing Stunting in Children. *Proceedings of the 5th International Conference on Early Childhood Education (ICECE 2020)*, 538, 203–206.
<https://doi.org/10.2991/assehr.k.210322.044>
- Aprilina, H. D., Nurkhasanah, S., & Hisbulloh, L. (2021). Mother's Nutritional Knowledge and Behavior to Stunting Prevalence Among Children Under Two Years Old: Case-Control. *Bali Medical Journal*, 10(3), 1211–1215.
<https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2868>
- BKPK Kemenkes. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
<https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4855/3/Buku%20Saku%20SSGI%202022%20rev%2070123%20OK.pdf>
- Hadiyanto. (2024). Edukasi Stunting dan Dampak Kesehatan Pada Anak Usia Dini Pada Orang Tua PAUD se-Kelurahan Cengkareng Barat. *Panrita Abdi*, 8, 567–573.
<https://doi.org/https://doi.org/10.20956/pa.v8i3.26985>

- Huriah, T., & Hermawan, A. (2022). The Effect of Providing Early Childhood Education Program Integration to Prevent Stunting (PAUD-Incasting) Through Audiovisual Media for Improving Preschool Child Nutrition Status. *Proceedings of the International Conference on Sustainable Innovation on Health Sciences and Nursing (ICOSI-HSN 2022)*, 150–157.
https://doi.org/10.2991/978-94-6463-070-1_19
- Huriah, T., Lestari, A. A., Rahmawati, A., & Prasetyo, Y. B. (2021). The Integrated Intervention of Early Childhood Education and Stunting Prevention Program in Increasing Pre-School Age Children's Food Intake. *Bali Medical Journal*, 10(3), 1329–1332.
<https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2914>
- Kemendes. (2021). *Rencana Aksi Intervensi Spesifik dalam Rangka Percepatan Penurunan Stunting*. <https://repository.kemkes.go.id/book/118>
- Kemendes RI. (2019). *Buku Panduan Untuk Siswa: Aksi Bergizi, Hidup Sehat Sejak Sekarang Untuk Remaja Kekinian*. Kementerian Kesehatan RI.
<https://www.unicef.org/indonesia/media/2806/file/aksi-bergizi-siswa-019.pdf>
- Margatot, D. I., & Huriah, T. (2021). The Effectiveness of Women Empowerment in Preventing Stunting in Children Aged 6-59 Months. *Bali Medical Journal*, 10(3), 1230–1234.
<https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2852>
- Muksin, M., Perwiraningrum, D. A., Amareta, D. I., & Purwoko, D. (2022). The Main Activities of Community-Based Maternal Empowerment for Stunting Recovery. *Proceedings of the 2nd International Conference on Social Science, Humanity and Public Health (ICOSHIP 2021)*, 645, 291–295.
<https://doi.org/10.2991/assehr.k.220207.051>
- Nadirawati, N., Suryaningsih, C., Bangun, A. V., & Rosa, R. D. D. (2023). Prevention and Intervention of Stunting in Indonesia: A Scoping Review. *Journal of Scientific Health*, 2(1), 14–28.
<https://doi.org/10.56943/jsh.v2i1.219>
- Purbandini, N. (2023). Nutritional Supplementation for Pregnant Women to Prevent Stunting Among Children: A Scoping Review. *Jurnal Aisyah Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(2), 581–590.
<https://doi.org/10.30604/jika.v8i2.1934>
- Ruminem, R., & Mayusef, M. S. (2022). Assessment of Stunting Status and Stunting Prevention Efforts in Toddlers in Penajam District, North Penajam Paser Regency. *Abdimas Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 949–955.
<https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i2.1507>
- Sahdani, F., Isaura, E. R., & Sumarmi, S. (2021). Association Between Exclusive Breastfeeding Practice, Taburia Supplementation, and Stunting Prevalence Among Children Aged 24–60 Months in Sidotopo Wetan, Surabaya. *Media Gizi Indonesia*, 16(2), 175–181.
<https://doi.org/10.20473/mgi.v16i2.175-181>

Penulis:

Risa Nur Amalia, Poltekkes Kemenkes Palembang; risa@poltekkespalembang.ac.id

Najmah, Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: najmah@fkm.unsri.ac.id

Nur Alam Fajar, Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: nuralamfajar@fkm.unsri.ac.id

Ferenadia Apriliani, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: ferenadiaaprilianii0859@gmail.com

Putri Hervilanti, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: putrihervilanti270600@gmail.com

Riama Claudia Christine LG, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: claudiachrist60@gmail.com

Dwi Dianaulina, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: dwikfd.gerak@gmail.com
Devy Yuliantari, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: devyyuliantari03@gmail.com
Jevin Anugrah Saputra, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: jevinas25@gmail.com
Ruth Evita Gloria LG, Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya, Palembang. E-mail: ruthevita19@gmail.com

Bagaimana men-sitasi artikel ini:

Amalia, R.N., Najmah, Fajar, N.A., Apriliani, F., ..., Gloria, R.E. (2025). Rusun Berdaya dan Beraksi: Pemberdayaan Ibu dalam Pemberian Bekal Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting di Rusun 23 Ilir Kota Palembang. *Jurnal Panrita Abdi*, 9(3), 614-625.