



Kebun Gizi Keluarga Solusi Cerdas Cegah Stunting

Family Nutrition Garden: A Smart Solution to Prevent Stunting

M. Afrizal Miradji^{1*}, Nehru Firdaus Ardhana², Aulia Ninit Ekawati³, Rizkia Oktaviani⁴,
Ody Achmed Daffa⁵, Helmi Wahyu Triansyah⁶, Achmad Baihaqi⁷, Kristina Herlina
Nangus⁸, Muhammad Whindo Langgeng Rachmadiar⁹, Denisa Ayudhityas¹⁰

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10} Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, Indonesia

Email: afrizal@unipasby.ac.id, nehruardhana2@gmail.com,
aulianinitekawati228000109@gmail.com, rizkiaoktaviani04@gmail.com,
odyachmed3@gmail.com, helmiwt02@gmail.com, baihaqiachmad223@gmail.com,
herlindanangus@gmail.com, windholanggeng@gmail.com, denisaayu1712@gmail.com,

Alamat: Jl. Dukuh Menanggal XII, Dukuh Menanggal, Kec. Gayungan, Surabaya, Jawa Timur
60234

Korespondensi Penulis: afrizal@unipasby.ac.id

Article History:

Received: 10 Juli 2025

Revised: 02 Agustus 2025

Accepted: 15 Agustus 2025

Online Available: 20 Agustus 2025

Published: 25 Agustus 2025

Keywords: Family nutrition garden; Stunting; Community empowerment; Balanced nutrition; Food security

Abstract: The Family Nutrition Garden Program: A Smart Solution to Prevent Stunting in Kedondong Village, Tulangan Subdistrict, Sidoarjo Regency, was implemented as a community empowerment effort to reduce stunting prevalence through the optimization of home gardens. This program applied a participatory and educational approach, involving the community from the planning stage to evaluation. The implementation methods included coordination with the village government and PKK cadres, nutrition education on balanced diets, training on cultivation techniques, and evaluation through pre-test and post-test assessments. The results showed a 15% increase in participants' knowledge scores, from an average of 75 (before the training) to 91 (after the training), indicating the effectiveness of the workshop in improving understanding of nutrition and the utilization of home gardens. A key success factor was the active involvement of housewives, who play an essential role in fulfilling family nutrition needs and promoting clean and healthy living practices. The program proved effective in increasing community knowledge about nutritious food availability, household food security, and the formation of balanced diet habits. This success opens opportunities for sustainable program development through the establishment of family nutrition garden management groups and integration with government initiatives, making it replicable in other regions facing similar challenges.

Abstrak

Program Kebun Gizi Keluarga Solusi Cerdas Cegah Stunting di Desa Kedondong, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo, dilaksanakan sebagai upaya pemberdayaan masyarakat untuk menurunkan prevalensi stunting melalui optimalisasi lahan pekarangan. Kegiatan ini menggunakan pendekatan partisipatif dan edukatif yang melibatkan masyarakat sejak tahap perencanaan hingga evaluasi. Metode pelaksanaan mencakup koordinasi dengan pemerintah desa dan kader PKK, penyuluhan gizi seimbang dan teknik bercocok tanam, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan skor pengetahuan warga sebesar 15%, dari rata-rata 75 (sebelum penyuluhan) menjadi 91 (sesudah penyuluhan), yang mengindikasikan efektivitas kegiatan workshop dalam meningkatkan pemahaman gizi dan pemanfaatan pekarangan. Faktor kunci keberhasilan program adalah keterlibatan aktif ibu rumah tangga, yang berperan penting dalam pemenuhan gizi keluarga dan penerapan pola hidup bersih dan

sehat. Penyuluhan ini terbukti meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai ketersediaan pangan bergizi, ketahanan pangan rumah tangga, serta membentuk kebiasaan konsumsi gizi seimbang. Keberhasilan tersebut membuka peluang pengembangan program secara berkelanjutan melalui pembentukan kelompok pengelola kebun gizi dan integrasi dengan program pemerintah, sehingga dapat direplikasi di wilayah lain yang memiliki permasalahan serupa.

Kata Kunci: Kebun gizi keluarga; Stunting; Pemberdayaan masyarakat; Gizi seimbang; Ketahanan pangan

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang hingga kini masih menjadi tantangan besar bagi pembangunan kesehatan di Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 21,5% dan baru mengalami penurunan sebesar 0,1% dari tahun sebelumnya, masih jauh dari target nasional 14% pada tahun 2024 (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga menghambat perkembangan kognitif, mengurangi produktivitas di masa depan, dan meningkatkan risiko penyakit kronis di usia dewasa (Bima Mandala Putra et al., 2024; Hapsari et al., 2023).

Upaya penurunan stunting memerlukan pendekatan holistik yang mencakup intervensi spesifik dan sensitif. Intervensi spesifik berfokus pada pemenuhan gizi langsung, seperti pemberian makanan tambahan bergizi dan pemantauan tumbuh kembang anak, sedangkan intervensi sensitif mencakup penyediaan air bersih, sanitasi, serta pemberdayaan masyarakat untuk mengelola sumber pangan secara mandiri (Domili et al., 2023). Peran kader Posyandu dan keterlibatan keluarga sangat menentukan keberhasilan intervensi gizi karena mampu memberikan edukasi langsung kepada ibu balita (Aulia & Purnamawati, 2025). Salah satu bentuk intervensi sensitif yang terbukti efektif adalah pemanfaatan lahan pekarangan melalui program kebun gizi.

Kebun gizi adalah konsep pemanfaatan lahan pekarangan rumah untuk menanam sayuran, buah, dan tanaman pangan bergizi lainnya yang bisa dikonsumsi langsung oleh keluarga. Program ini tidak hanya meningkatkan ketersediaan pangan sehat, tetapi juga membentuk kebiasaan konsumsi gizi seimbang serta meningkatkan ketahanan pangan rumah tangga (Sintawati & Anggraeni, 2024; Kurniyawan et al., 2024). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebun gizi dapat meningkatkan konsumsi sayur dan buah, menurunkan risiko kekurangan gizi, serta berkontribusi pada pencegahan stunting, terutama di wilayah pedesaan (Rasidin et al., 2023).

Selain itu, kegiatan pengabdian masyarakat di beberapa wilayah telah membuktikan bahwa kebun gizi mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat serta pemanfaatan lahan kosong untuk sumber pangan bergizi. Misalnya, program pengabdian di Desa Mojosari dan Desa Giyanti berhasil meningkatkan pengetahuan warga tentang stunting serta mengoptimalkan pemanfaatan lahan untuk menanam sayur-mayur bergizi (Ekarini et al., 2024; Khuluq et al., 2025). Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis masyarakat melalui kebun gizi efektif untuk menurunkan prevalensi stunting dan dapat direplikasi di berbagai daerah.

Desa Kedondong, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo, memiliki potensi besar dalam pengembangan kebun gizi. Sebagian besar masyarakat memiliki lahan pekarangan yang dapat dioptimalkan untuk menanam berbagai tanaman bergizi seperti sayuran daun, umbi-umbian, dan tanaman obat keluarga. Namun, potensi ini belum sepenuhnya dimanfaatkan secara berkelanjutan karena keterbatasan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam bercocok tanam yang efektif serta pengelolaan hasil panen (Suproborini et al., 2024). Oleh karena itu, diperlukan program pemberdayaan masyarakat berbasis kebun gizi yang terintegrasi dengan edukasi gizi dan praktik pola hidup bersih dan sehat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui program Kebun Gizi Keluarga Solusi

Cerdas Cegah Stunting di Desa Kedondong diharapkan dapat menjadi model pemberdayaan yang efektif. Berdasarkan latar belakang tersebut, program ini dirancang untuk mengintegrasikan edukasi gizi, pelatihan teknik bercocok tanam, dan pendampingan pasca panen. Dengan keterlibatan aktif masyarakat, khususnya ibu rumah tangga, diharapkan program ini dapat meningkatkan ketersediaan pangan bergizi, mengubah perilaku konsumsi, dan pada akhirnya berkontribusi pada penurunan angka stunting di wilayah tersebut.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat “Kebun Gizi Keluarga Solusi Cerdas Cegah Stunting” dilaksanakan di Desa Kedondong, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo. Metode pelaksanaan kegiatan mengacu pada pendekatan partisipatif dan edukatif, yang melibatkan masyarakat secara aktif dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip penelitian kuantitatif deskriptif, di mana proses pengumpulan dan pengolahan data dilakukan secara sistematis untuk menggambarkan fenomena yang ada tanpa memanipulasi variabel (Karimuddin et al., 2022).

a. Tahap Persiapan

Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak pemerintah desa, kader PKK, dan tenaga kesehatan setempat. Tahap ini mencakup:

- 1) Survei awal untuk mengidentifikasi kondisi gizi keluarga dan pemanfaatan lahan pekarangan rumah warga.
- 2) Perizinan dan sosialisasi kegiatan kepada tokoh masyarakat dan warga setempat agar tercipta dukungan penuh.

b. Tahap Penyuluhan

Dilaksanakan penyuluhan mengenai:

- 1) Pentingnya gizi seimbang dan pola makan sehat sebagai upaya pencegahan stunting.
- 2) Konsep kebun gizi keluarga sebagai sumber pangan bergizi dan berkelanjutan.

Penyuluhan disampaikan oleh narasumber dari puskesmas dan tim pelaksana menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan media visual.

c. Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur peningkatan pengetahuan warga tentang gizi seimbang dan kebun gizi. Dengan metode ini diharapkan masyarakat Desa Kedondong mampu secara mandiri mengelola kebun gizi sebagai upaya nyata dalam mencegah stunting.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan kegiatan mini workshop diawali dengan koordinasi intensif bersama Pemerintah Desa Kedondong, kader PKK, serta tenaga kesehatan setempat. Koordinasi ini bertujuan untuk memastikan dukungan penuh dari pemangku kepentingan lokal, sekaligus menyelaraskan agenda kegiatan dengan program pembangunan desa yang sedang berjalan.



Gambar 1. Koordinasi bersama Pemerintah Desa

Proses koordinasi mencakup penyampaian tujuan program, ruang lingkup kegiatan, serta pembagian peran antara tim pelaksana dan pihak desa. Melalui forum ini, pihak desa memberikan data awal terkait kondisi gizi keluarga, potensi pemanfaatan lahan pekarangan, serta informasi mengenai kelompok masyarakat yang berpotensi menjadi peserta aktif. Tahap persiapan juga mencakup perizinan resmi dari pemerintah desa, yang diikuti dengan kegiatan sosialisasi kepada tokoh masyarakat dan warga. Sosialisasi ini berhasil membangun antusiasme peserta, ditandai dengan komitmen dukungan fasilitas, partisipasi kader PKK sebagai fasilitator lokal, serta kesediaan warga untuk mengikuti pelatihan dan menerapkan konsep kebun gizi di rumah masing-masing.

b. Tahap Penyuluhan

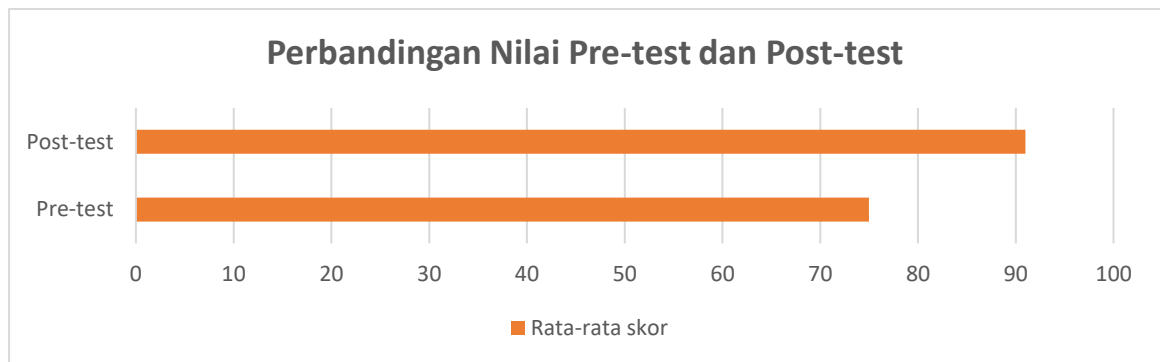
Penyuluhan dihadiri oleh 30 peserta yang mayoritas adalah ibu rumah tangga. Materi mencakup pentingnya gizi seimbang, pola makan sehat, dan konsep kebun gizi keluarga sebagai sumber pangan bergizi berkelanjutan. Narasumber dari tim pelaksana menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi, dan media visual. Peserta aktif bertanya, terutama terkait teknik menanam sayuran cepat panen dan pengelolaan hasil panen agar tetap bernilai gizi tinggi.



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan

c. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui efektivitas kegiatan penyuluhan/workshop. Instrumen yang digunakan berupa *pre-test* dan *post-test* yang diberikan kepada peserta. Hasil tes ini digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan warga setelah mengikuti kegiatan. Melalui evaluasi ini dapat diketahui sejauh mana materi yang disampaikan mampu dipahami oleh peserta.



Gambar 3. Perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test*

Berdasarkan grafik yang ditampilkan, dapat diinterpretasikan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat setelah mengikuti kegiatan penyuluhan/workshop. Rata-rata skor pengetahuan sebelum kegiatan (*pre-test*) adalah 75, sedangkan setelah kegiatan (*post-test*) meningkat menjadi 91. Hal ini menunjukkan adanya kenaikan sebesar 15%, yang menegaskan bahwa penyuluhan interaktif efektif dalam meningkatkan pemahaman warga mengenai gizi seimbang dan pemanfaatan lahan pekarangan. Faktor penghambat optimalisasi pekarangan disebabkan karna keterbatasan pengetahuan dan keterampilan (Suproborini et al., 2024).



Gambar 4. Peserta mengerjakan soal *pre-test* dan *post-test*

Penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pengetahuan warga, dengan kenaikan skor sebesar 15%. Efektivitas ini sesuai dengan hasil penelitian Domili et al. (2023) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi dapat mengubah perilaku konsumsi pangan jika disampaikan secara interaktif dan kontekstual. Selain itu, keterlibatan ibu rumah tangga sebagai peserta utama memperkuat keberlanjutan program, peran ibu sangat menentukan dalam pemenuhan gizi keluarga dan penerapan pola hidup bersih (Bima Mandala Putra et al., 2024).

Konsep kebun gizi keluarga tidak hanya berperan dalam penyediaan pangan sehat, tetapi juga meningkatkan ketahanan pangan rumah tangga. Sintawati & Anggraeni (2024) menegaskan bahwa kebun gizi yang dikelola dengan pendekatan partisipatif mampu memperbaiki ketersediaan pangan dan berkontribusi pada pencegahan stunting.

Dengan peningkatan pengetahuan yang signifikan, masyarakat diharapkan dapat memanfaatkan pekarangan secara berkelanjutan. Langkah selanjutnya yang direkomendasikan adalah pembentukan kelompok pengelola kebun gizi serta integrasi dengan program pemerintah seperti Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL) yang telah terbukti meningkatkan konsumsi sayur dan buah serta ketahanan pangan rumah tangga (Rasidin et al., 2023).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan, dapat disimpulkan bahwa program Kebun Gizi Keluarga di Desa Kedondong efektif sebagai strategi pemberdayaan masyarakat untuk pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan warga sebesar 15% menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis penyuluhan interaktif mampu mengubah pemahaman dan mendorong pemanfaatan lahan pekarangan secara optimal. Melalui keterlibatan aktif ibu rumah tangga, program ini tidak hanya meningkatkan ketersediaan pangan bergizi, tetapi juga memperkuat ketahanan pangan rumah tangga dan membentuk kebiasaan konsumsi gizi seimbang. Keberhasilan ini membuka peluang pengembangan program secara berkelanjutan melalui pembentukan kelompok pengelola kebun gizi dan integrasi dengan program pemerintah, sehingga manfaatnya dapat diperluas dan menjadi model replikasi di wilayah lain yang memiliki permasalahan stunting serupa.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Seluruh mahasiswa KKN UNIPA Surabaya kelompok Desa Kedondong mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Pemerintah Desa Kedondong, Kecamatan Tulangan, Kabupaten Sidoarjo, yang telah memberikan izin, dukungan, serta fasilitas sehingga kegiatan program Kebun Gizi Keluarga Solusi Cerdas Cegah Stunting dapat terlaksana dengan baik.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada kader PKK dan tenaga kesehatan setempat yang telah berperan aktif dalam mendampingi masyarakat, baik pada tahap persiapan, penyuluhan, maupun evaluasi kegiatan. Partisipasi dan antusiasme warga, khususnya para ibu rumah tangga, menjadi faktor kunci keberhasilan program ini, sehingga mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan pemanfaatan lahan pekarangan.

DAFTAR REFERENSI

- Aulia, F. O., & Purnamawati, D. (2025). *Kontribusi Kader Posyandu dalam Intervensi Stunting : Kajian Literatur Tahun 2023 – 2025 (The Contribution of Posyandu Cadres in Stunting Interventions : A Literature Review from 2023 – 2025)*. 4(2), 155–168.
- Bima Mandala Putra, Devy Mareta Priyanti Sukma, Hayati Firdaus Nur Fitrianda, Muhammad Iqbal Maulana, Rifqiyan Humaidillah, Nur Azizah Wandinia Ghozali, & Moh Ismail. (2024). Intervensi Gizi Sensitif: Peran Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Dan Penerapan Pola Hidup Bersih Pada Anak Di Desa Karang Kedawung. *Jurnal Ekonomi Bisnis Dan Manajemen*, 2(4), 178–187. <https://doi.org/10.59024/jise.v2i4.957>
- Domili, I., Anasiru, M. A., Napu, A., Zakaria, R., & Mustafa, Y. (2023). Pencegahan Stunting Melalui Intervensi Spesifik Dan Sensitif. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(6), 5778. <https://doi.org/10.31764/jmm.v7i6.19181>
- Ekarini, F., Munggaran, M. A., & Khamdani, M. (2024). *Jurnal Bina Desa Upaya Pencegahan Stunting dengan Pemanfaatan Kebun Gizi sebagai Inovasi dalam Peningkatan Gizi Anak di Desa Mojosari Pendahuluan*. 6(2), 161–166.
- Hapsari, I., Palupi, F. D., & Hadisuyitno, J. (2023). Gambaran karakteristik ibu, status gizi, dan pemberian makanan pendamping ASI pada baduta di lokus stunting Kota Malang. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 2655–2668.
- Karimuddin, A., Jannah, M., Hasda, S., Fadila, Z., Taqwin, Masita, Ardiawan, K. N., & Sari, M. E. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. <http://penerbitzaini.com>
- Kementerian Kesehatan. (2024). Membentengi Anak dari Stunting. *Mediakom*, 167, 19. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/mediakom/20240728/4646123/mediakom-167/>

- Khuluq, H., Sodik, A., Rahayu, T. P., & Puspitasari, A. E. (2025). *Handling Stunting by Improving Family Nutrition and Utilization of Nutrition Gardens in Giyanti Village , Rowokele District , Kebumen City* *Penanganan Stunting dengan Peningkatan Gizi Keluarga dan Pemanfaatan Kebun Gizi di Desa Giyanti , Kecamatan Rowokele , Kabupaten Kebumen*. 785–792.
- Kurniyawan, E. H., Firdaus, A. G. N., Sari, F. R., Putri, M. H., Diyanti, S. P., Afandi, A. T., & Muhammad Nur, K. R. (2024). Pemenuhan kebutuhan gizi balita keluarga petani. *Journal Health and Nutritions*, 10(1), 38–46.
- Rasidin, R., Swamilaksita, P. D., Melani, V., Ronitawati, P., & Kuswari, M. (2023). Perbedaan Tingkat Pengetahuan Gizi, Ketersediaan Pangan Rumah Tangga, Dan Konsumsi Sayuran Pada Masyarakat Penerima P2Kp Dan Non P2Kp. *Journal of Nutrition College*, 12(3), 246–253. <https://doi.org/10.14710/jnc.v12i3.36723>
- Sintawati, N., & Anggraeni, D. (2024). Pemberdayaan masyarakat melalui kebun gizi untuk meningkatkan ketahanan pangan. *J-ADIMAS (Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat)*, 12(2), 92–97.
- Suproborini, A., Soeprijadi, M., Laksana, D., Sidha Bhagawan, W., Sholihah, A. K., Putri, A., & Rahmawati, N. (2024). Pemanfaatan Pekarangan Untuk Meningkatkan Gizi Keluarga Di Dusun Tempuran Desa Bajulan Kecamatan Saradan Kabupaten Madiun. *Jurnal Pengabdian Farmasi Dan Kesehatan*, 1(1), 21–31.