

Optimalisasi Gerakan *Self-Care Management Stunting (GENTING)* pada *One Day One Egg Program*

Akifa Syahrir^{1*}, Rista Apriana², Suwarly Mobiliu³

^{1,2,3}Program Studi Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Received: 04-12-2025

Revised: 26-02-2026

Accepted: 16-03-2026

*Corresponding

Author:

Akifa Syahrir, Program Studi Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Gorontalo, Indonesia

Email:

akifa@poltekkesgorontalo.ac.id

Kata Kunci:

Caregiver; Kader Kesehatan; Self-Care Management; Stunting

Keywords:

Caregiver; Community Health Worker; Self-Care Management; Stunting



This is an Open Access article published by Jurnal Omni Pengabdian Masyarakat, distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Abstrak:

Peningkatan angka stunting pada dasarnya telah banyak upaya yang telah dilakukan, namun yang menjadi penyebab belum efektifnya kebijakan serta program intervensi stunting yang ada dan telah dilakukan diantaranya kebijakan dan regulasi terkait intervensi stunting belum secara maksimal. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan edukasi kepada kader kesehatan mengenai management stunting khususnya pemberian makan dengan metode satu telur satu hari. Metode pengabdian masyarakat dilakukan dengan pendekatan ceramah dan diskusi aktif dengan peserta. Hasil dari kegiatan Gerakan *Self-care Management Stunting (GENTING)* menunjukkan bahwa kader kesehatan dan caregiver mengetahui cara pencegahan stunting dengan salah satu kegiatan yang bisa dilakukan adalah dengan memakan telur satu hari satu kali pada anak. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah GENTING memiliki potensi besar untuk menjadi solusi strategis dalam menurunkan angka stunting khususnya bagi kader dalam upaya mencegah terjadinya stunting pada anak.

Abstract:

The increase in stunting prevalence has basically been made many efforts, but the cause of the ineffectiveness of existing stunting intervention policies and programs that have been carried out include policies and regulations related to stunting intervention that have not been maximized. The purpose of this service activity was to provide education to health cadres about stunting management, especially feeding with the method of one egg a day. The community service method was carried out with an active lecture and discussion approach with participants. The results of the Self-care Management Stunting Movement (GENTING) show that health cadres and caregivers knew how to prevent stunting with one of the activities that can be done was to eat eggs once a day on children. The conclusion of this activity is that GENTING program has great potential to be a strategic solution in reducing stunting rates, especially for cadres in an effort to prevent stunting in children.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan bentuk masalah kekurangan gizi kronik dan termanifestasi dalam bentuk gagal tumbuh yang dapat dimulai sejak dalam kandungan hingga anak berusia dua tahun. Stunting di dua tahun pertama kehidupan menimbulkan kerusakan yang irreversible, termasuk tinggi badan yang pendek di usia dewasa, hambatan perkembangan fungsi kognitif dan motorik, performans yang buruk di sekolah, serta gangguan metabolik saat dewasa. Selain itu, menurut UNICEF Tahun 2018, stunting dapat menyebabkan penurunan daya saing SDM, serta secara ekonomi menurut World Bank Tahun 2016 dapat mengakibatkan potensi kerugian 2-3% dari GDP per tahun (Larson et al., 2023).

Salah satu penyebab potensial stunting adalah kualitas diet selama pemberian makanan pendamping dan masa kanak-kanak. Ini terjadi meskipun penyebabnya beragam dan mungkin dimulai di dalam Rahim (Namirembe et al., 2022; Juwita et al., 2025; Rafi'i et al., 2025). Penelitian lainnya mengungkapkan bahwa kejadian stunting berkaitan dengan pemberian ASI eksklusif (Tiotor et al., 2024). Kegagalan untuk memperbaiki kekurangan gizi dikaitkan dengan penurunan pertumbuhan linear pada anak kecil, dan kurangnya konsumsi makanan sumber hewani juga dikaitkan dengan pertumbuhan yang terlambat pada anak yang lebih besar dan awal masa remaja (Rachmah et al., 2020).

Salah satu fasilitas kesehatan di Kecamatan Sipatana, Kota Gorontalo adalah Puskesmas Sipatana. Data awal tahun 2021 menunjukkan bahwa ada 45 kasus balita stunting di Kecamatan Sipatana, dengan kategori sangat pendek 13 anak dan kategori pendek 32 anak. Hanya sekitar 55% balita yang rutin mengunjungi posyandu untuk diukur berat badan dan tinggi badan. Selain itu, Kelurahan Tapa menunjukkan prevalensi stunting yang berubah-ubah dalam dua tahun terakhir, menurut hasil wawancara dengan Petugas Kesehatan di Puskesmas Sipatana.

Pada dasarnya intervensi untuk stunting bergantung pada makanan dan suplemen gizi, baik selama periode pertumbuhan kritis awal maupun jendela selanjutnya untuk potensi pertumbuhan yang terlambat. Sangat sedikit penelitian telah dilakukan tentang alternatif makanan utuh yang mudah diakses dan murah (Khasanah et al., 2022). Telur merupakan sumber nutrisi penting yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan otak yang sehat, seperti kolin, riboflavin, vitamin B-6 dan B-12, folat, seng, protein, dan DHA (Ricci et al., 2023). *Self-care management* adalah pendekatan yang menempatkan keluarga, sebagai pelaku utama dalam menjaga dan meningkatkan status gizi anak. Melalui edukasi dan dukungan yang tepat dari kader kesehatan, diharapkan keluarga dapat memahami dan menerapkan langkah-langkah praktis untuk mencegah stunting, seperti memberikan makanan bergizi, menjaga kebersihan lingkungan, dan memantau tumbuh kembang anak secara berkala (Pradana Putri & Rong, 2021).

Program kegiatan berbasis pemberdayaan komunitas telah terbukti efektif dalam menurunkan risiko stunting, terutama melalui intervensi edukasi gizi dan modifikasi perilaku yang berfokus pada konsumsi protein hewani. Studi terbaru menunjukkan bahwa integrasi edukasi self-care dengan intervensi pangan lokal mampu meningkatkan asupan nutrisi dan memperkuat kapasitas keluarga dalam mencegah stunting (Haidar et al., 2022; Ricci et al., 2023). Stunting pada masa kanak-kanak dikaitkan dengan peningkatan risiko morbiditas, gangguan perkembangan motorik dan kognitif, serta ketidakmampuan untuk mencapai potensi perkembangan (Namirembe et al., 2022). Untuk mencegah stunting, salah satu cara untuk meningkatkan kualitas kesehatan anak adalah dengan melibatkan kader dan caregiver sebagai bagian dari sistem untuk mendeteksi pertumbuhan anak dan mendukung inisiatif pemerintah untuk mengurangi angka stunting di Indonesia (Purnamasari et al., 2020).

Pendekatan keluarga dalam manajemen gizi anak merupakan salah satu faktor kunci keberhasilan program intervensi stunting. Selain itu, konsumsi telur sebagai sumber protein hewani bernilai biologis tinggi telah didokumentasikan mampu meningkatkan pertumbuhan linear anak balita, bahkan pada populasi risiko tinggi (Pacheco et al., 2021; Larson et al., 2023). Pendekatan Self-Care Management menjadi relevan karena menempatkan keluarga sebagai aktor utama yang dapat mengubah pola konsumsi dan perilaku kesehatan sehari-hari. Kegiatan ini menjadi sangat penting dan mendesak untuk dilaksanakan sebagai upaya strategis dalam memperkuat kapasitas kader dan keluarga dalam praktik perawatan mandiri (self-care) yang berkelanjutan, sehingga dapat meningkatkan asupan protein hewani harian anak dan secara nyata berkontribusi pada percepatan pencegahan serta penurunan angka stunting di tingkat komunitas. Untuk tujuan ini, maka tim pengabdian masyarakat memutuskan untuk melaksanakan Gerakan *Self-care management* stunting untuk kader kesehatan dalam menerapkan *One Day One Egg Program*.

METODE PELAKSANAAN

Gerakan *Self-Care Management Stunting* (GENTING) pada *One Day One Egg Program* ini adalah pemberian edukasi terhadap pencegahan stunting dengan metode edukasi pemberian telur kepada keluarga yang berisiko stunting. Sesuai arahan Kementerian Kesehatan, bahwa saat ini pemberian telur difokuskan dua butir telur per hari (Siegal et al., 2024). Untuk itu, memodifikasi pemberian telur kepada keluarga dilakukan dengan metode sosialisasi, demonstrasi dan *deep talk* sehingga tidak terjadi benturan persepsi terhadap pemberian telur. Lokasi pelaksanaan GENTING adalah Kelurahan Tapa sebagai salah satu Wilayah Kerja Puskesmas Sipatana, Kota Gorontalo dengan peserta berjumlah 20 orang yang terdiri dari kader kesehatan dan caregiver anak usia 6-59 bulan. Media yang digunakan berupa video edukasi dan *poster one day one egg program* yang telah dibuat oleh tim pengabdian masyarakat.

Tahapan yang dilakukan pada kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 1 yang meliputi persiapan yaitu sebelum kegiatan dilakukan untuk memastikan program berjalan dengan baik dan tepat sasaran. Kerja sama telah dilakukan dengan tim pengabdian masyarakat dan mitra terkait untuk menentukan sasaran kegiatan, jenis aktivitas yang akan dilakukan, dan membuat jadwal program. Selain itu, sebagai bagian dari program "*One Day One Egg*", yang bertujuan untuk mencegah stunting dengan memenuhi kebutuhan protein harian, kader kesehatan diberi pelatihan tentang pengelolaan pangan berbasis telur dengan berbagai variasi menu makanan lokal daerah seperti ilabulo telur, binte dengan kombinasi telur.



Gambar 1. Proses Pelaksanaan Gerakan *Self-Care Management Stunting* (GENTING) pada *One Day One Egg Program*

Pelaksanaan kegiatan melibatkan berbagai pendekatan yang terintegrasi untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan dan caregiver dalam mencegah stunting. Tahap pertama adalah pelaksanaan *Gerakan Self-Care Management Stunting*, yang difokuskan pada peningkatan pengetahuan dan pemahaman kader kesehatan tentang stunting, termasuk penyebab, dampak, dan langkah-langkah pencegahannya. Selanjutnya, dilakukan pelatihan dan pendampingan kepada kader kesehatan untuk memperkuat kompetensi dalam melaksanakan program "*One Day One Egg*". Pelatihan ini dirancang untuk membekali kader dengan kemampuan teknis dalam mengelola dan mendistribusikan telur sebagai sumber protein yang mudah diakses, sekaligus memberikan edukasi kepada caregiver dan kader tentang pentingnya protein dalam mencegah stunting.

Evaluasi keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan kuesioner *self-care management stunting* yang terdiri dari komponen pengetahuan dan keterampilan kader dalam memodifikasi GENTING. Hasil analisis dilakukan dengan melakukan tabulasi data dan dianalisis menggunakan SPSS untuk melihat perubahan pre test dan post test pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan. Analisis data dilakukan menggunakan uji *paired t-*

test untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan dan keterampilan kader sebelum dan sesudah pelaksanaan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Kantor Lurah Kelurahan Tapa Kota Gorontalo dengan mengambil estimasi pelaksanaan kegiatan saat kader kesehatan memiliki kegiatan yang bertepatan dengan jadwal posyandu. Kegiatan ini telah dilakukan koordinasi sebelumnya dengan pihak Puskesmas Sipatana dan Lurah Tapa pada tanggal 04 Juli 2024. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 18 Juli 2024 yang dimulai dengan melakukan pengukuran *self-care management* stunting dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur pemahaman kader terkait stunting dan keterkaitan dengan *program one day one egg*. Selanjutnya dilakukan edukasi kesehatan terkait *self-care management* stunting oleh tim pengabdian masyarakat (Gambar 2).



Gambar 2. Penyampaian Materi Oleh Narasumber

Pendampingan dilakukan melalui metode coaching klinis mini, sesuai rekomendasi WHO mengenai peningkatan kapasitas kader kesehatan di tingkat komunitas (WHO, 2021). Proses monitoring berfokus pada dua komponen: perubahan perilaku makan, frekuensi konsumsi telur pada anak, serta kemampuan kader dalam menyampaikan edukasi kepada caregiver. Pelaksanaan kedua yaitu monitoring kegiatan kader kesehatan dan caregiver yaitu pada tanggal 12 Agustus 2024 serta pelaksanaan evaluasi kader kesehatan terkait *self-care management* stunting serta mengobservasi keterampilan setelah pelaksanaan kegiatan pertama. Evaluasi dilakukan sebagai bentuk output program GENTING yang dilakukan oleh tim pengabdian (Gambar 3). Kader kesehatan dan caregiver diharapkan telah mampu untuk menerapkan pemberian telur kepada anak khususnya pada anak usia 6-59 bulan dalam pencegahan stunting dalam bentuk pemberian telur yang telah dimodifikasi oleh keluarga.



Gambar 3. Evaluasi Pelaksanaan GENTING

Kader merupakan pilar utama dan garis pertahanan terdepan dalam meningkatkan kesehatan masyarakat karena para kaderlah yang memahami karakteristik masyarakat di wilayahnya (Triyanti et al., 2017). Kader berkontribusi dalam memotivasi caregiver atau keluarga dalam meningkatkan pencegahan stunting kepada anak yaitu dengan cara keterlibatan memanfaatkan dan mengolah makanan lokal, komunikasi kesehatan tentang stunting, dan kerja sama antar kader untuk mencegah dan mengendalikan stunting di wilayah kerja (Hasanah et al., 2024; Fitrah & Agustina, 2023).

Setelah pelaksanaan GENTING, kompetensi kader dievaluasi melalui kuesioner dengan hasil kader mampu menjelaskan pentingnya Genting kepada keluarga, terutama dalam konteks pencegahan stunting serta dapat mengelola program "*One Day One Egg*" dengan baik, termasuk memastikan konsumsi telur ke keluarga sasaran dan memberikan edukasi tentang pengolahannya. Hasil pelaksanaan yang telah dicapai adalah adanya peningkatan pengetahuan kader kesehatan terkait Gerakan *Self-Care Management Stunting* (GENTING) dalam menerapkan Program *One Day One Egg* (Tabel 1).

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi *Self-Care Management Stunting*, rata-rata pengetahuan kader kesehatan dan caregiver tentang *self-care management* adalah 42 dan mengalami peningkatan menjadi 58 setelah edukasi dengan $p\text{-value} = 0.000$ yang mengindikasikan adanya perbedaan nilai rerata pengetahuan kader sebelum dan setelah diberikan *Self-Care Management Stunting*. Dari segi keterampilan, rerata pengetahuan kader kesehatan dan caregiver tentang keterampilan *self-care management* sebelum diberikan edukasi *Self-Care Management Stunting* adalah 10 dan setelah diberikan edukasi mengalami peningkatan menjadi 36 dengan $p\text{-value} = 0.000$ yang artinya ada perbedaan rerata keterampilan kader sebelum dan setelah diberikan edukasi *Self-Care Management Stunting*. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kader yang mendapatkan pelatihan intensif lebih mampu melakukan komunikasi interpersonal yang efektif kepada caregiver. Pergeseran perilaku konsumsi protein hewani yang teramati pada keluarga sasaran menunjukkan bahwa pemberdayaan kader merupakan strategi yang tepat dalam konteks komunitas.

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Kader Kesehatan Terkait GENTING

Indikator	Mean (SD)	Min-Max	p-value
Self-care management			
Pre-test	42 (5.44)	15-55	0.000
Post-test	58 (5.21)	45-60	
Keterampilan			
Pre-test	10 (2.65)	8-12	0.000
Post-test	36 (2.89)	36-40	

*Analisis *Paired t-test*

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menegaskan bahwa edukasi *Self-care Management Stunting* secara efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan serta caregiver yang dibuktikan oleh perbedaan rerata yang signifikan secara statistik ($p\text{-value} = 0.000$), baik dalam aspek pengetahuan maupun keterampilan. Edukasi ini dapat dianggap sebagai intervensi yang berhasil untuk memperkuat kompetensi kader dalam pencegahan stunting. Sebuah studi menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan terkait stunting (Kartini et al., 2026). Penelitian lainnya menegaskan bahwa intervensi yang melibatkan kader lokal cenderung lebih berhasil karena adanya kedekatan sosial dan kepercayaan masyarakat (Hasanah et al., 2024; Ike Fitrah & Agustina, 2023).

KESIMPULAN

Pelaksanaan Gerakan *Self-Care Management* Stunting (GENTING) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan dalam mencegah stunting melalui edukasi dan pendampingan yang terpantau yang dipadukan dengan program "*One Day One Egg*", menunjukkan efektivitas dalam memberdayakan keluarga dan untuk secara mandiri memenuhi kebutuhan gizi anak, khususnya melalui konsumsi protein harian. Dengan pendekatan yang melibatkan kader kesehatan sebagai agen utama, GENTING diharapkan menciptakan dampak positif yang berkelanjutan dalam upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Haidar, A., et al. (2022). Community nutrition programs and childhood growth outcomes. *Journal of Nutrition*, 158(4), 889–898.
- Hasanah, Z., Kinanti, R. G., Puriastuti, A. C., Ratna, A. P., Putri, R., & Malang, U. N. (2024). *Stunting 'S Prevention Through Structured Training Program In. 5(2)*, 759–766.
- Ike Fitrah, & Rakhmawati Agustina. (2023). Exploration of the Role of Posyandu Cadres in the Achievements of the Community Health Center Program in Reducing Stunting Incidence. *Amerta Nutrition*, 7(2sp), 65–72. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i2SP.2023.65>
- Juwita, H., Qasim, M., & Sinay, V. E. (2025). Relationship Between Feeding Practice and Stunting Incidents in Toddlers. *Omni Nursing Journal*, 2(1), 7-11. <https://doi.org/10.65277/onj.v2i1.60>
- Kartini H, A., Sumarmi, Nuryana, R. ., Hamka, & Wulandari, R. . (2026). Increasing Knowledge of Stunting through Education for Pregnant Women in the Second and Trimester. *Omni Health Journal*, 3(1), 15-19. <https://doi.org/10.65277/ohj.v3i1.123>
- Khasanah, N. N., Rustina, Y., Wiji, D., Sari, P., Wuriningsih, A. Y., & Info, A. (2022). Information System Records of Nutritional Status of Stunted Children Aged Under Five: A Literature Review of Stunting Management in Pandemic Era Sistem Informasi Catat-Lapor Status Gizi Balita Stunting: Analisis Literatur pada Penanganan Stunting di Era P. *Print) Khasanah, et Al | Amerta Nutrition*, 6(4), 432–436. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i4.2022.432-436>
- Larson, E. A., Zhao, Z., Bader-Larsen, K. S., & Magkos, F. (2023). Egg consumption and growth in children: a meta-analysis of interventional trials. *Frontiers in Nutrition*, 10(January), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1278753>
- Namirembe, G., Ghosh, S., Ausman, L. M., Shrestha, R., Zaharia, S., Bashaasha, B., Kabunga, N., Agaba, E., Mezzano, J., & Webb, P. (2022). Child stunting starts in utero: Growth trajectories and determinants in Ugandan infants. *Maternal and Child Nutrition*, 18(3), 1–12. <https://doi.org/10.1111/mcn.13359>
- Pacheco, F., et al. (2021). Impact of egg supplementation on growth among undernourished children. *Clinical Nutrition*, 40(5), 2974–2982.
- Pradana Putri, A., & Rong, J.-R. (2021). Parenting functioning in stunting management: A concept analysis. *Journal of Public Health Research*, 10(2). <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2160>
- Purnamasari, H., Shaluhayah, Z., Kusumawati, A., Fakultas, M., Masyarakat, K., Diponegoro, U., Pengajar, S., Sarjana, P., Kesehatan, I., & Universitas, M. (2020). Pelatihan Kader Posyandu Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Margadana dan Puskesmas Tegal Selatan Kota Tegal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 432–439.
- Rachmah, Q., Indriani, D., Hidayah, S., Adhela, Y., & Mahmudiono, T. (2020). Pendidikan Gizi Gemar Makan Ikan Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting Di Desa Gempolmanis Kecamatan Sambeng Kabupaten Lamongan Provinsi Jawa Timur. *Amerta Nutrition*, 4(2), 7–10. <https://doi.org/10.20473/amnt>
- Rafi'i, A., Sari, A. S., & Ririnsahawaitun. (2025). The Relationship Between Maternal Characteristics and Socioeconomic Factors and the Incidence of Stunting Among Children Under Five in

- Palembik Village. *Omni Nursing Journal*, 2(2), 30-39. <https://doi.org/10.65277/onj.v2i2.149>
- Ricci, H., Faber, M., Ricci, C., Kruger, H. S., Malan, L., Nakiranda, R., Visser, M., & Smuts, C. M. (2023). Effects of egg as an early complementary food on growth of 6- to 9-month-old infants: a randomised controlled trial. *Public Health Nutrition*, 27(1), e1. <https://doi.org/10.1017/S1368980023002604>
- Siegal, K., Wekesa, B., Custer, E., Gatwaza, T. H., Uweh, J., & Niyonshuti, M. (2024). A good egg: An evaluation of a social and behavior change communication campaign to increase egg consumption among children in Rwanda. *Maternal & Child Nutrition*, 20(1), e13573. <https://doi.org/10.1111/mcn.13573>
- Tiator, F., Arnoli, A., & Syam, I. (2024). Factors Related To The Incidence Of Stunting In Toddlers. *Omni Health Journal*, 1(2), 62-69. <https://doi.org/10.65277/ohj.v1i2.46>
- Triyanti, M., Widagdo, L., & Syamsulhuda. (2017). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Pemantauan Tumbuh Kembang Balita di Posyandu dengan Metode BBM dan Mind Mapping. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 12(2).
- WHO (2021). Community-Based Health Worker Training Guidelines. World Health Organization.