



## Implementasi Kesadaran Berkonstitusi melalui Penyuluhan Gizi dan Pencegahan Stunting di SDN 104206 Sei Rotan

### *Implementation of Constitutional Awareness through Nutrition Counseling and Stunting Prevention at SDN 104206 Sei Rotan*

Reyken Agria Siahaan<sup>1\*</sup>, Hanania Sitohang<sup>2</sup>, Cinta Laura Panggabean<sup>3</sup>

Universitas Negeri Medan

Email: reykenreyken59@gmail.com<sup>1\*</sup>, hanania.5243240061@mhs.unimed.ac.id<sup>2</sup>,

cintapanggabean132@gmail.com<sup>3</sup>

#### Article Info

##### Article history:

Received : 04-06-2026

Revised : 06-06-2026

Accepted : 08-06-2026

Published : 10-06-2026

#### Abstract

*Stunting remains a serious nutritional problem in Indonesia, including in Deli Serdang Regency, with a prevalence exceeding the WHO critical threshold. The right to adequate nutrition is a constitutional right guaranteed by Article 28H paragraph (1) of the 1945 Constitution of the Republic of Indonesia; however, public awareness particularly among school-age children of this right remains very low. This community service activity aims to improve the understanding of students at SD Negeri 104206 Sei Rotan regarding balanced nutrition, stunting prevention, and the constitutional right to health in an integrated manner. The method used was participatory-based community education, targeting 30 fifth-grade students. Evaluation was conducted through pre-test and post-test, as well as affective observation. The results showed a significant increase in the average knowledge score from 54.7 (pre-test) to 82.3 (post-test), or an increase of 50.5%. The percentage of students achieving a passing score ( $\geq 70$ ) increased from 16.7% to 93.3%. Affectively, 90% of students demonstrated active involvement during the discussions and the "Isi Piringku" (My Plate) practical session. It is concluded that a nutrition counseling approach integrating the constitutional rights framework has proven effective in improving students' nutritional literacy while simultaneously fostering their awareness as active subjects of the right to health.*

**Keywords :** *Constitutional Awareness, Right to Health, Stunting*

#### Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan gizi serius di Indonesia, termasuk di Kabupaten Deli Serdang, dengan prevalensi yang melampaui ambang kritis WHO. Hak atas gizi yang cukup merupakan hak konstitusional yang dijamin Pasal 28H ayat (1) UUD NRI 1945, namun kesadaran masyarakat khususnya anak usia sekolah terhadap hak ini masih sangat rendah. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa SD Negeri 104206 Sei Rotan mengenai gizi seimbang, pencegahan stunting, dan hak konstitusional atas kesehatan secara terintegrasi. Metode yang digunakan adalah community education berbasis partisipatif, dengan sasaran 30 siswa kelas 5. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test serta observasi afektif. Hasil menunjukkan peningkatan rata-rata skor pengetahuan yang signifikan dari 54,7 (pre-test) menjadi 82,3 (post-test), atau sebesar 50,5%. Persentase siswa dengan nilai tuntas ( $\geq 70$ ) meningkat dari 16,7% menjadi 93,3%. Secara afektif, 90% siswa menunjukkan keterlibatan aktif selama diskusi dan praktik "Isi Piringku". Disimpulkan bahwa pendekatan penyuluhan gizi yang mengintegrasikan kerangka hak konstitusional terbukti efektif dalam meningkatkan literasi gizi siswa sekaligus menumbuhkan kesadaran mereka sebagai subjek aktif hak atas kesehatan.

**Kata Kunci :** *Kesadaran Berkonstitusi, Hak atas Kesehatan, Stunting*



## PENDAHULUAN

Hak atas kesehatan merupakan salah satu hak asasi manusia yang dijamin secara eksplisit dalam konstitusi negara Indonesia. Pasal 28H ayat (1) Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 menegaskan bahwa setiap orang berhak hidup sejahtera lahir dan batin, bertempat tinggal, dan mendapatkan lingkungan hidup yang baik dan sehat serta berhak memperoleh pelayanan kesehatan. Mandat konstitusional ini menempatkan negara pada posisi sebagai penanggung jawab utama pemenuhan hak kesehatan seluruh warga negaranya, termasuk dalam konteks pencegahan masalah gizi kronis yang tengah menjadi perhatian serius pemerintah (Fadhila et al., 2022). Kesadaran berkonstitusi yakni kesadaran warga negara akan hak dan kewajibannya sebagaimana termaktub dalam konstitusi, menjadi fondasi penting agar setiap lapisan masyarakat dapat menuntut, mengawal, dan turut berpartisipasi aktif dalam mewujudkan hak tersebut (Haridito et al., 2024).

Stunting, yang didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, merupakan ancaman serius terhadap terpenuhinya hak atas kesehatan anak Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting nasional masih berada di angka 21,6%, melampaui ambang batas kritis yang ditetapkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebesar 20% (Balitbangkes Kemenkes RI, 2023). Di Provinsi Sumatera Utara, angka stunting dilaporkan mencapai 25,8%, dengan Kabupaten Deli Serdang dengan lokasi SD Negeri 104206 Sei Rotan sebagai salah satu daerah dengan beban stunting yang signifikan (Irwansyah et al., 2023). Kondisi ini menuntut intervensi komprehensif yang tidak hanya bersifat medis dan nutrisi, tetapi juga edukatif dan berbasis nilai-nilai hak konstitusional warga negara.

Stunting bukan sekadar permasalahan pertumbuhan fisik semata. Dampak jangka panjangnya mencakup penurunan kapasitas kognitif, risiko penyakit tidak menular di usia dewasa, serta kerugian ekonomi akibat rendahnya produktivitas sumber daya manusia (Sudirman et al., 2021). Dalam perspektif hukum, kondisi ini merupakan bentuk pelanggaran terhadap hak konstitusional anak atas kesehatan yang menjadi tanggung jawab bersama keluarga, masyarakat, dan negara (Maharani & Setiawan, 2023). Intervensi pencegahan stunting melalui pendidikan gizi kepada calon generasi penerus sejak usia sekolah dasar, karenanya, tidak hanya berdimensi kesehatan, tetapi juga merupakan upaya mewujudkan kesadaran berkonstitusi secara nyata di akar rumput (Bappenas RI, 2021).

Siswa sekolah dasar merupakan agen perubahan yang strategis dalam ekosistem komunitas. Pengetahuan yang ditanamkan sejak dini mengenai pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting akan membentuk perilaku hidup sehat yang berkelanjutan, baik bagi mereka sendiri maupun bagi keluarga dan masyarakat sekitarnya (Wijaya et al., 2023). Namun, praktik di lapangan menunjukkan bahwa pemahaman siswa SD Negeri 104206 Sei Rotan mengenai gizi seimbang, dampak stunting, dan kaitannya dengan hak konstitusional masih sangat terbatas. Berdasarkan observasi awal, sebagian besar siswa tidak mengetahui definisi stunting, tidak memahami penyebab dan dampaknya, serta belum menyadari bahwa hak atas gizi yang cukup adalah bagian dari hak konstitusional yang dijamin negara. Kesenjangan pengetahuan ini mengindikasikan perlunya intervensi edukatif yang terstruktur dan kontekstual (Kurniawati et al., 2021).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menjembatani kesenjangan tersebut dengan mengintegrasikan pendidikan gizi dan pencegahan stunting ke dalam kerangka



kesadaran berkonstitusi. Program ini berupaya menunjukkan kepada siswa bahwa terpenuhinya hak atas gizi yang baik bukan sekadar urusan kesehatan pribadi, melainkan merupakan bagian dari hak konstitusional yang wajib diperjuangkan dan dipenuhi bersama-sama. Dengan demikian, kegiatan ini berkontribusi pada tiga dimensi sekaligus: peningkatan literasi gizi siswa, pembentukan kesadaran hak konstitusional sejak dini, dan penguatan kapasitas komunitas sekolah dalam upaya penurunan stunting di wilayah Sei Rotan, Kabupaten Deli Serdang (Sirait et al., 2024).

## **METODE PENELITIAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan secara luring di SD Negeri 104206 Sei Rotan, Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Sasaran kegiatan adalah 30 siswa kelas 5 yang dipilih berdasarkan pertimbangan bahwa mereka berada pada fase perkembangan kognitif yang memungkinkan pemahaman konsep gizi dan hak konstitusional secara lebih komprehensif. Metode yang diterapkan adalah *community education* dengan pendekatan partisipatif-aktif (Ramdhani et al., 2020).

Pelaksanaan kegiatan berlangsung melalui tiga tahapan sistematis. Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan koordinasi dengan kepala sekolah dan guru kelas, kemudian menyusun materi penyuluhan berbasis evidens yang disesuaikan dengan karakteristik kognitif siswa SD. Instrumen evaluasi berupa soal pre-test dan post-test (15 soal pilihan ganda) divalidasi terlebih dahulu oleh pakar gizi dan ahli pendidikan kewarganegaraan untuk memastikan validitas isi dan konstruk. Media pembelajaran yang disiapkan meliputi poster gizi interaktif, video animasi stunting, dan lembar kerja "Piringku Sehat" (Nainggolan et al., 2022).

Tahap pelaksanaan berlangsung selama 150 menit efektif dengan rangkaian aktivitas sebagai berikut: pembukaan dan ice breaking (15 menit); pengisian pre-test (10 menit); pemaparan materi sesi pertama mengenai hak konstitusional atas kesehatan dan kewajiban negara (20 menit); sesi kedua tentang definisi, penyebab, dampak, dan pencegahan stunting (25 menit); penayangan video animasi stunting dilanjutkan diskusi kelompok (25 menit); sesi praktik "Isi Piringku" menggunakan alat peraga makanan (20 menit); deklarasi "Generasi Sehat Berkonstitusi" (10 menit); dan pengisian post-test serta penutup (25 menit). Evaluasi keberhasilan program diukur melalui perbandingan skor pre-test dan post-test serta observasi respons afektif siswa selama kegiatan berlangsung (Kurniawati et al., 2021).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Peningkatan Pemahaman Kognitif Siswa**

Evaluasi kognitif dilakukan melalui perbandingan skor pre-test dan post-test yang diberikan kepada 30 siswa. Pada kondisi awal (pre-test), rata-rata pengetahuan siswa mengenai gizi, stunting, dan hak konstitusional atas kesehatan hanya mencapai skor 54,7 dari skala 100. Rendahnya skor awal ini mengonfirmasi temuan observasi lapangan bahwa pemahaman siswa tentang gizi seimbang dan hak-hak konstitusional mereka masih sangat terbatas. Mayoritas siswa (83,3%) memperoleh nilai di bawah 70 ambang batas ketuntasan minimal yang mengindikasikan kesenjangan pengetahuan yang signifikan (Amir et al., 2022).

Setelah pelaksanaan intervensi, terjadi lonjakan pemahaman yang sangat signifikan. Rata-rata skor post-test meningkat menjadi 82,3 sebuah kenaikan absolut sebesar 27,6 poin atau setara dengan peningkatan 50,5%. Yang lebih mengesankan, persentase siswa yang mencapai skor  $\geq$



70 melonjak drastis dari 16,7% pada pre-test menjadi 93,3% pada post-test. Peningkatan ini menunjukkan efektivitas pendekatan multi-modal (visual, diskusi interaktif, dan praktik langsung) dalam mentransfer pengetahuan gizi dan konstitusional kepada siswa usia sekolah dasar. Hasil ini selaras dengan temuan Dewi et al. (2023) yang membuktikan bahwa penyuluhan gizi dengan media visual interaktif mampu meningkatkan pengetahuan secara signifikan ( $p < 0,01$ ) dibandingkan metode ceramah konvensional.

**Tabel 1.** Rekapitulasi Peningkatan Hasil Pre-Test dan Post-Test Siswa

Indikator Penilaian	Nilai Pre-Test	Nilai Post-Test	Keterangan Peningkatan
Jumlah Peserta (N)	30	30	–
Nilai Terendah (Min)	20	55	+ 35 Poin
Nilai Tertinggi (Max)	80	100	+ 20 Poin
Rata-rata Nilai (Mean)	54,7	82,3	+50,5%
Siswa dengan Nilai $\geq 70$ (%)	16,7%	93,3%	+76,6%

## 2. Respons Afektif dan Pembentukan Kesadaran Berkonstitusi

Selain capaian kognitif, kegiatan ini juga menghasilkan perubahan afektif yang terukur pada para siswa. Observasi terstruktur yang dilakukan oleh dua observer selama kegiatan menunjukkan bahwa 90% siswa menampilkan keterlibatan aktif (active engagement) selama sesi diskusi kelompok, yang ditandai dengan antusiasme bertanya, kesediaan berbagi pengalaman mengenai pola makan keluarga, dan keberanian menyampaikan pendapat. Temuan ini selaras dengan prinsip bahwa diskusi berbasis pengalaman nyata siswa (experiential learning) mampu mendorong internalisasi nilai yang lebih dalam dibandingkan paparan informasi satu arah semata (Wijaya et al., 2023).

Sesi praktik "Isi Piringku" menggunakan alat peraga makanan menjadi titik puncak keberhasilan afektif. Dalam sesi ini, siswa diminta menyusun komposisi makanan ideal berdasarkan pedoman gizi seimbang Kemenkes RI, kemudian mempresentasikan hasilnya kepada kelompok lain. Aktivitas ini tidak hanya menguatkan pemahaman kognitif, tetapi juga membangun rasa percaya diri dan tanggung jawab siswa sebagai subjek aktif hak atas kesehatan, bukan sekadar objek kebijakan (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Deklarasi "Generasi Sehat Berkonstitusi" yang dilakukan sebagai penutup kegiatan kemudian mengonsolidasikan perubahan afektif ini menjadi komitmen kolektif yang terverbalakan, yang menurut Ramdhani et al. (2020) merupakan prediktor kuat terhadap keberlanjutan perubahan perilaku.

Keberhasilan program ini memiliki beberapa implikasi penting. Pertama, integrasi kerangka hak konstitusional dalam penyuluhan gizi terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi intrinsik siswa untuk peduli terhadap status gizinya. Ketika siswa memahami bahwa hak atas gizi yang cukup adalah hak konstitusional yang harus diperjuangkan, mereka lebih termotivasi untuk berperilaku sehat dan menjadi agen penyebaran informasi kepada keluarga mereka (Haridito et al., 2024). Kedua, pendekatan berbasis sekolah yang melibatkan siswa sebagai agen perubahan memiliki daya lipat (multiplier effect) yang signifikan, karena satu siswa yang tersadarkan berpotensi memengaruhi minimal satu unit keluarga (Sirait et al., 2024). Ketiga, temuan ini memperkuat urgensi kebijakan integrasi pendidikan gizi ke dalam kurikulum



sekolah dasar, sebagaimana yang telah diadvokasikan dalam Rencana Aksi Nasional Stunting 2021–2024 (Bappenas RI, 2021).

## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di SD Negeri 104206 Sei Rotan berhasil mencapai tujuannya secara komprehensif. Program penyuluhan gizi dan pencegahan stunting berbingkai kesadaran berkonstitusi ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kognitif siswa secara signifikan, dibuktikan oleh kenaikan rata-rata skor sebesar 50,5% dari 54,7 pada pre-test menjadi 82,3 pada post-test serta peningkatan ketuntasan siswa dari 16,7% menjadi 93,3%.

Selain capaian kognitif, program ini juga berhasil menumbuhkan kesadaran afektif siswa sebagai subjek aktif hak konstitusional atas kesehatan. Melalui pendekatan multi-modal yang mengintegrasikan ceramah interaktif, media visual, praktik langsung, dan deklarasi komitmen, siswa tidak hanya memperoleh pengetahuan baru, tetapi juga membangun kesadaran bahwa hak atas gizi yang baik adalah tanggung jawab konstitusional yang harus diperjuangkan bersama.

Berdasarkan hasil tersebut, disarankan agar pihak sekolah mengintegrasikan modul edukasi gizi berbasis hak konstitusional ini ke dalam program kesehatan sekolah secara berkala, sekaligus melibatkan peran orang tua dalam menciptakan ekosistem keluarga yang mendukung pemenuhan hak gizi anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amir, A., Fitria, L., & Hasibuan, R. (2022). Hubungan pengetahuan gizi ibu dengan kejadian stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Medan Helvetia. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 12(1), 45–54.
- Balitbangkes Kemenkes RI. (2023). Laporan Nasional Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Bappenas RI. (2021). Rencana Aksi Nasional Penurunan Prevalensi Stunting 2021–2024. Badan Perencanaan Pembangunan Nasional.
- Dewi, R. K., Nurhayati, E., & Suryaningsih, C. (2023). Efektivitas penyuluhan gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang pencegahan stunting. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(3), 112–121.
- Fadhila, N., Pramono, A., & Wijayanti, R. (2022). Implementasi hak konstitusional atas kesehatan dalam kebijakan penanggulangan stunting di Indonesia. *Jurnal Konstitusi*, 19(4), 822–847.
- Haridito, C. A., Marbun, D. N., & Tambunan, S. R. (2024). Kesadaran berkonstitusi warga negara dalam pemenuhan hak atas kesehatan: Kajian implementatif di tingkat komunitas. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 14(1), 1–14.
- Irwansyah, M., Putri, Y. D., & Lubis, M. I. (2023). Stunting di Kabupaten Deli Serdang: Determinan sosioekonomis dan intervensi berbasis komunitas. *Media Gizi Masyarakat Indonesia*, 12(2), 88–97.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Kemenkes RI.



- Kurniawati, E., Solihah, I., & Handayani, O. W. K. (2021). Pengaruh pendidikan kesehatan metode ceramah terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 63–70.
- Maharani, R. D., & Setiawan, A. (2023). Hak atas kesehatan anak dalam perspektif konstitusi dan hukum internasional: Implementasi di Indonesia. *Jurnal Hukum Kesehatan Indonesia*, 3(1), 28–41.
- Nainggolan, O., Syahputra, A. R., & Panjaitan, R. L. (2022). Intervensi sensitif dan spesifik dalam penurunan angka stunting: Studi kasus di Sumatera Utara. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 7(1), 48–57.
- Ramdhani, A., Handayani, H., & Setiawan, A. (2020). Hubungan pola asuh gizi dengan kejadian stunting pada anak usia 12–59 bulan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(3), 147–154.
- Sirait, E. M., Lubis, R., & Ginting, B. (2024). Pemberdayaan siswa sekolah dasar melalui edukasi gizi dan kesehatan berbasis Pancasila. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Unimed*, 4(1), 55–66.
- Sudirman, H., Hadju, V., & Massi, M. N. (2021). Stunting sebagai masalah gizi kronis: Dampak multidimensional dan strategi penanganannya. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 10(2), 77–88.
- Wijaya, I. M. K., Nurhayati, T., & Lestari, D. P. (2023). Peran pendidikan kesehatan di sekolah dasar dalam membentuk perilaku hidup sehat anak. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia*, 6(2), 101–112.