

---

## PENGGUNAAN GARAM DAPUR BERYODIUM DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI DESA RUMPPIA KECAMATAN MAJAULENG KABUPATEN WAJO

Sitti Aminah<sup>1</sup>, Nur Fadhillah Muhlis<sup>1\*</sup>, Besse Amira Amin<sup>1</sup>, Andi Hafidha Aprilia<sup>2</sup>, Saniyyah Putri Salsabila Said<sup>3</sup>, Nur Azizah<sup>3</sup>, Novi Andini<sup>3</sup>, Helfika Evryanti<sup>3</sup>, Baso Fatahuddin Hamid<sup>3</sup>, Suriani<sup>4</sup>, Ariska Yulandasari Sukri<sup>4</sup>, Kasmidar<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Puangrimaggalatung, Wajo

<sup>2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Puangrimaggalatung, Wajo

<sup>3</sup>Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Puangrimaggalatung, Wajo

<sup>4</sup>Fakultas Pertanian, Peternakan dan Perikanan, Universitas Puangrimaggalatung, Wajo

\*e-mail korespondensi: [nurfadhillahmuhlis@gmail.com](mailto:nurfadhillahmuhlis@gmail.com)

---

**Keywords:**

Iodized salt;  
Stunting;

---

**ABSTRACT**

*Rumpia Village is one of 18 villages in Majauleng District, Wajo Regency. It is located 3 km from the Majauleng District government center. The village has a population of approximately 3,503. Iodized salt is salt that has been enriched with iodine, which is essential for growth and intelligence. Iodized salt has a specific consumption dose according to the 2019 Ministry of Health standards. This iodine intake can be obtained by consuming iodized salt added to food or drinks. Using iodized salt according to standards can help prevent stunting and abnormal child growth.*

---

**Kata Kunci:**

Garam beryodium;  
Stunting;

---

**ABSTRAK**

Desa Rumpia merupakan salah satu dari 18 desa yang ada di Kecamatan Majauleng Kabupaten Wajo. Desa Rumpia terletak 3 km ke arah pusat pemerintahan Kecamatan Majauleng. Jumlah penduduk desa ini adalah kurang lebih 3.503 jiwa. Garam beryodium adalah garam yang telah diperkaya dengan yodium yang dibutuhkan untuk pertumbuhan dan kecerdasan. Garam beryodium memiliki takaran pasti untuk dikonsumsi sesuai dengan standar Depkes Tahun 2019. Asupan yodium ini bisa diperoleh dengan mengonsumsi garam beryodium yang ditambahkan pada masakan atau minuman. Penggunaan garam beryodium yang sesuai dengan standar dapat membantu mencegah terjadinya stunting pertumbuhan anak tidak normal.

---

Submitted: 30-05-2025;

Accepted: 06-06-2025;

Published: 30-06-2025;



*This is an open access article under the  
CC-BY-SA license*

## PENDAHULUAN

Dikutip dari publikasi Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2014/2015 Kelompok 2041 KKN adalah metode pendidikan yang menawarkan kesempatan belajar terstruktur bagi siswa untuk berinteraksi dengan masyarakat melalui tahapan seperti persiapan, pembekalan, observasi, dan evaluasi. Langkah awal sebelum KKN dilaksanakan adalah persiapan; persiapan dilakukan agar kegiatan dapat dilaksanakan secara terencana, terstruktur, dan terarah. Baik mahasiswa peserta KKN maupun LPPM selaku koordinator telah melakukan persiapan. Mahasiswa diharapkan mampu menyumbangkan ilmu, semangat, dan pemikiran kritisnya dalam perencanaan dan pelaksanaan prakarsa pembangunan desa sebagai bagian dari pelaksanaan KKN di masyarakat.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Puangrimanggalatung Tahun Akademik 2022-2023 dilaksanakan di Desa Rumpia Kecamatan Majauleng Kabupaten Wajo. Desa Rumpia merupakan salah satu Desa yang ada di Kecamatan Majauleng Kabupaten Wajo. Secara wilayah Desa ini terdiri atas 3 Dusun. Jumlah penduduk di Desa ini kurang lebih 3.503 jiwa.

Pusat pemerintahan Desa ini berjarak 3 km dari Pusat Pemerintahan Kecamatan Majauleng. Desa Rumpia terletak pada ketinggian dari permukaan laut berkisar <500 m dari permukaan laut. Jenis iklim yang ada di Desa Rumpia adalah iklim tropis dan mengalami 3 fase musim cuaca yakni musim penghujan, musim kemarau dan pancaroba.

Pada tahun 2017 pemerintah telah meluncurkan program Rencana Aksi Nasional penanganan stunting pada tingkat nasional, daerah terutama desa. Program ini diprioritaskan pada penanganan gizi spesifik dan sensitive pada 1000 hari pertama kehidupan sampai dengan anak usia 6 tahun. Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya.

Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 37,2 %. Berdasarkan Pemantauan Gizi Tahun 2016, mencapai 27,5% sedangkan WHO memberikan batasan untuk stunting adalah < 20%. Hal ini menunjukkan bahwa pertumbuhan yang tidak maksimal dialami oleh sekitar 8,9 juta anak di Indonesia atau 1 dari 3 anak mengalami stunting. Selain itu lebih dari 1/3 anak berusia dibawah 5 tahun di Indonesia tinggi badannya di bawah rata-rata. (Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. 2017).

Tingginya angka kejadian stunting menjadi perhatian pemerintah. Beberapa penyebab stunting itu sendiri adalah kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh mulai dari masih didalam kandungan sampai dengan setelah lahir, kurangnya akses ke pelayanan kesehatan, kurangnya akses air bersih dan sanitasi. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan stunting dengan perbaikan pola makan, pola asuh dan sanitasi (Rahmadhita, K., 2020).

Intervensi untuk stunting yang dicanangkan oleh pemerintah meliputi ibu hamil mendapatkan tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan, pemberian makanan tambahan pada ibu hamil, pemenuhan gizi, persalinan dengan dokter atau bidan yang ahli, IMD (Inisiasi Menyusui Dini), Asi Eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan, pemberian makanan pendamping ASI mulai anak usia 6 bulan sampai dengan usia 2 tahun, berikan imunisasi dasar lengkap dan vitamin A, pantau pertumbuhan balita di posyandu terdekat, serta terapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Laili, dkk., 2019).

## METODE PENELITIAN

Dalam hal ini, pemanfaatan garam meja untuk mencegah stunting dilakukan dengan cara membagikan pamflet berupa brosur kepada warga Desa Rumpia terdekat dan melakukan sosialisasi tentang manfaat penggunaan garam beryodium bagi kesehatan, khususnya di kalangan ibu hamil dan ibu rumah tangga termasuk dalam pencegahan stunting. Ibu-ibu pengajian juga mendapatkan sosialisasi ini, yang disampaikan pada saat sambutan. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa informasi tentang pencegahan stunting disebarluaskan secara efektif.

## HASIL & PEMBAHASAN

Upaya sosialisasi yang dilakukan melalui pembagian pamflet kepada warga sekitar khususnya ibu hamil dan ibu rumah tangga berjalan sesuai rencana, dan ibu-ibu serta kepala rumah tangga memperhatikan dengan seksama penjelasan kami selama ini. Juga, mereka diberi perincian yang bermanfaat tentang jumlah garam beryodium harian yang disarankan.



Gambar 1. Sosialisasi

Sosialisasi tersebut dilakukan untuk memberi tahu warga sekitar tentang manfaat penggunaan garam beryodium dan mengurangi MSG. Hasil kegiatan sosialisasi diatas ibu rumah tangga lebih

mengetahui tentang asupan garam yang benar, Kementerian Kesehatan merekomendasikan asupan yodium sehari-hari sebagai berikut:

1. Bayi: 90-120 mikrogram (mcg) yodium per hari.
2. Anak-anak: 120 mcg yodium per hari.
3. Remaja dan orang dewasa: 150 mcg yodium per hari.
4. Ibu hamil: 220 mcg yodium per hari,
5. Ibu menyusui: 250 mcg yodium per hari.

Mengonsumsi garam beryodium yang ditambahkan pada makanan atau minuman akan meningkatkan konsumsi yodium Anda. Informasi disebarluaskan secara efektif, membantu para ibu untuk memahami nilai penggunaan produk beryodium. Jika hal ini terjadi, maka penyebaran dari mulut ke mulut akan tercipta sehingga pencegahan terhadap stunting dapat terealisasi.

## **KESIMPULAN**

Menurut takaran atau takaran yang dianjurkan Kementerian Kesehatan, garam beryodium merupakan salah satu unsur yang sangat penting dalam hidup sehat, terutama untuk mencegah stunting. Namun sebagian warga Rumpia belum mengetahui manfaat penggunaan garam beryodium, salah satunya untuk menghindari stunting. Dengan penyuluhan masyarakat “Penggunaan Garam Beryodium Sebagai Salah Satu Pencegah Stunting”, warga Desa Rumpia dapat memperoleh pemahaman dan informasi bahwa garam beryodium merangsang perkembangan otak, menyehatkan kelenjar tiroid, mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, dan melatih otak.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu kami dalam pembuatan artikel terutama dalam pemberian informasi terkait kondisi Desa Rumpia, terima kasih kepada teman-teman KKN Posko 36 Desa Rumpia yang telah membantu dalam penyusunan artikel, terimakasih kepada LPPM Universitas Puangrimaggalatung yang telah memfasilitasi pelaksanaan Kuliah kerja Nyata Tahun 2023. Terima kasih kepada Kepala Desa Rumpia Bpk Ahiruddin, S. E yang telah membantu dalam kelancaran program-program Kuliah Kerja Nyata Tahun 2023.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Kelompok KKN 2041 (2015). Laporan kelompok Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2014/2015 Kelompok204.Yogyakarta : LPPM UNY

Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. 2017. Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting. Jakarta : Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi.

---

Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8-12.

Laporan Kelompok KKN Universitas Puangrimaggalatung 2023 Desa Rumpia.

Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan stunting dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229.