

## Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Stunting dengan Edukasi dan Intervensi Gizi Lokal “PUDITA” (Puding Susu Etawa)

Nur Dianawati<sup>1</sup>, Kumala Sari Poespita Dewi Wahyuni<sup>2</sup>, Muhammad Rohid Zanuar<sup>3</sup>, Chandraqila Kalanjana<sup>4</sup>, Yuyin Dhea Afufa<sup>5</sup>, Nabilla Ferin Putri Yoanda<sup>6</sup>, Pinky Indyta Ichtiar Handoko<sup>1</sup>, Adys Elza Adhelia<sup>2</sup>, Nadi Fatullaili Qotrun Nanda<sup>3</sup>, Fadilah Sandra Octaviana Anggraini<sup>5</sup>, Riafinola Ifanisari<sup>6</sup>, Vicky Virmansyah Primadhiputra<sup>1</sup>, Wahda Putri Salsabilla Adiba<sup>2</sup>, Dewi Fortuna<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program SI Kedokteran Gigi, <sup>2</sup>SI Farmasi, <sup>3</sup>SI Kesehatan Masyarakat, <sup>4</sup>SI ARS,

<sup>5</sup>SI Keperawatan, <sup>6</sup>SI Kebidanan, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Email : [nur.dianawati@iik.ac.id](mailto:nur.dianawati@iik.ac.id)

### ABSTRAK

Tingginya jumlah stunting di kabupaten Kediri, telah menjadi prioritas utama pemerintah daerah untuk mengurangi angka stunting. Salah satu edukasi dan intervensi yang dilakukan adalah dengan memperkenalkan sumber gizi lokal “PUDITA” (Puding Susu Etawa). Upaya ini dilakukan untuk meningkatkan kesadaran dan menambah pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan anak sehingga tercipta generasi anak-anak yang sehat dan tumbuh dengan optimal serta terbebas dari stunting. kegiatan ini dilakukan melalui kelas ibu balita dan ibu hamil Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri selama 1 bulan. Metode yang digunakan penulis dalam kegiatan ini adalah dengan memberikan edukasi melalui presentasi materi, memberikan *pretest*, *posttest*, serta diskusi dan konsultasi selama kegiatan berlangsung, sehingga masyarakat akan memahami dalam teori maupun praktek. Hasil kegiatan ini didapatkan pengetahuan tentang stunting dan keahlian dalam pembuatan PUDITA meningkat sebesar 14,7% . Hasil peningkatan tersebut menjadi indikasi bahwa edukasi & kegiatan yang dilakukan memberikan manfaat dalam peningkatan pengetahuan ibu balita dan ibu hamil tentang stunting dan pembuatan sumber gizi lokal PUDITA (Puding Susu Etawa).

**Kata Kunci:** edukasi, pengetahuan, stunting, PUDITA (Puding Susu Etawa) .

## *Efforts To Improve Knowledge About Stunting With Education And Local Nutrition Intervention “PUDITA” (Etawa Goat Milk Pudding)*

### ABSTRACT

The high rate of stunting in Kediri Regency has made stunting one of the top priority for the local government. The methods are educational and intervention programs that undertaken the introduction of the local nutritional resource "PUDITA" (Etawa Milk Pudding). This effort aims to raise awareness and increase public knowledge about the importance of balanced nutrition for child growth, thereby creating a generation of healthy, optimally growing children free from stunting. This community service program was conducted in a class for mothers of toddlers and pregnant women in Tempurejo Village, Wates District, Kediri Regency for one month. The author used educational methods through presentations, pre-tests, post-tests, and discussions and consultations throughout the program, ensuring the community's understanding of both theory and practice. The results of this activity showed a 14.7% increase in knowledge about stunting and expertise in making PUDITA. This increase indicates that the education and activities carried out are beneficial in increasing the knowledge of mothers of toddlers and pregnant women about stunting and the production of the local nutritional resource PUDITA (Etawa Milk Pudding).

**Keywords:** education, knowledge, stunting, PUDITA (Etawa Milk Pudding).

## 1. PENDAHULUAN

Status gizi memiliki peran penting dalam mendukung tumbuh kembang anak. Salah satu masalah gizi yang berdampak negatif adalah stunting, yang banyak terjadi di negara berkembang. Stunting pada balita meningkatkan risiko kematian, menurunkan kemampuan kognitif, menghambat perkembangan motorik, serta mengganggu fungsi tubuh (Fitriami & Galaresa, 2021). Tingginya jumlah angka stunting telah menjadi salah satu prioritas pemerintah daerah untuk diselesaikan dengan target dapat mengurangi jumlah angka stunting pada tahun 2024 menjadi 14% (Phitara *et al*, 2022).

Stunting adalah sebuah gangguan pertumbuhan yang disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya asupan gizi yang cukup dari berbagai sumber makanan, terutama sumber protein, serta pola makan tidak sehat. Faktor sosial-ekonomi juga berperan penting dalam faktor penyebab stunting, seperti daya beli untuk sumber makanan, pendidikan, pendapatan, dan pekerjaan orang tua juga turut mempengaruhi. Masalah stunting penting untuk diperhatikan karena berkaitan dengan peningkatan risiko penyakit, kematian, dan gangguan perkembangan otak pada anak (Baroroh, 2022).

Pada tahun 2020, ditemukan kasus stunting 149,2 juta anak di bawah usia lima tahun di seluruh dunia. Pada tahun 2021, Stunting mengalami penurunan, dari 40% anak balita di seluruh dunia pada tahun 1990 menjadi 22% dengan jumlah 144 juta (UNICEF *et al.*, 2023). Jumlah stunting di Indonesia pada anak balita pada rentang usia 3-5tahun menurut data Kementerian Kesehatan RI tahun 2018 tergolong tinggi (30,8%) dan pada anak umur < 2 tahun 29,9% (Kemenkes, 2020). Dalam kurun waktu 2019-2023 angka stunting yang ada di Indonesia mengalami penurunan, Data tahun 2019-2023 menunjukkan penurunan dari 27,7% di tahun 2019 menjadi 24,4% pada tahun 2021 dan 21,6% pada tahun 2022. Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) mencatat bahwa stunting tahun 2023 menurun tipis hanya 0,1% menjadi 21,5%. Target pemerintah pusat dapat menurunkan angka stunting menjadi 17% pada tahun 2023 dan 14% pada tahun 2024 (Lestari *et al.*, 2023).

Ibu balita dan ibu hamil Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri masih ditemukan kurangnya pengetahuan tentang gizi seimbang untuk ibu hamil dan ibu balita sehingga hal ini dapat memperburuk masalah stunting. Karena itu, diperlukan solusi yang komprehensif melalui program edukasi yang memprioritaskan pada edukasi dan intervensi melalui suber gizi lokal "PUDITA" (Puding Susu Etawa). Penelitian menunjukkan bahwa edukasi nutrisi efektif mampu meningkatkan pengetahuan dan pola konsumsi di masyarakat (Yadav & Mogra, 2024). Pembuatan "PUDITA" selain dari adanya masalah stunting juga dilatarbelakangi oleh UMKM yang ada di desa tempurejo salah satunya yaitu Susu Kambing Etawa, Sehingga tercipta ide pembuatan "PUDITA". Program ini dapat melibatkan berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan, pemerintah desa, pelaku UMKM dan organisasi masyarakat setempat.

Tujuan dari program edukasi dan intervensi melalui gizi lokal "PUDITA" (Puding Susu Etawa) ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang bagi pertumbuhan anak serta memperkenalkan pola makanan yang seimbang yang baik. Program edukasi gizi seimbang akan meningkatkan kesadaran masyarakat dan menginisiasi setiap rumah tangga untuk membuat pilihan makanan yang lebih sehat, sehingga berdampak positif pada nutrisi anak-anak melalui intervensi yang berfokus pada gizi masyarakat (Prabu Aji *et al.*, 2024). Dengan demikian, diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku dalam pemilihan makanan sehari-hari, yang akhirnya akan mengurangi jumlah stunting di Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri. Sehingga kegiatan ini sangat penting untuk memberikan edukasi dan intervensi sejak dini untuk mencegah dampak

negatif jangka panjang pada kesejahteraan anak- anak (Fardila elba *et al.*, 2023).

Program ini diharapkan dapat memberikan mandaat melalui program edukasi dan intervensi gizi lokal "PUDITA" (Puding Susu Etawa) ini sehingga akan tercipta generasi anak-anak yang sehat dan tumbuh dengan optimal. Anak-anak yang mendapatkan asupan gizi yang cukup dan seimbang akan memiliki kesempatan lebih besar untuk tumbuh lebih baik secara fisik dan kognitif. Pada akhirnya kegaitan ini akan berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup masyarakat Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri. Melalui kolaborasi berkelanjutan, desa ini berpotensi menjadi contoh keberhasilan penanggulangan stunting bagi wilayah lain (Ashwad *et al.*, 2023).

Uraian diatas melandasi penulis untuk melaksanakan upaya peningkatan pengetahuan tentang stunting dengan edukasi dan intervensi gizi lokal "PUDITA" (Puding Susu Etawa) di Kelas Balita dan Ibu Hamil Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri.

## 2. METODE PENGABDIAN

### a. Waktu dan tempat pengabdian

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2025 pukul 09.00-selesai yang bertempat di kelas ibu balita dan ibu hamil Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri.

### b. Metode dan rancangan pengabdian

#### 1) Perencanaan dan persiapan

Sebelum dilakukan pengabdian, kami berkoordinasi terlebih dahulu dengan Bidan Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri. Hasil dari koordinasi menyarankan peneliti untuk memberikan penyuluhan bab kesehatan. Kami selaku narasumber menawarkan jika tema yang disosialisasikan adalah intervensi gizi lokal "PUDITA" (Puding Susu Etawa). Selain koordinasi materi oleh bidan desa, penulis melengkapi legalitas dengan membawa surat tugas pengabdian masyarakat dari fakultas Farmasi, IIK Bhakta Kediri.

#### 2) Penyuluhan

Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan metode 2 arah, di mana diawali dengan tanya jawab dan diskusi tentang pengetahuan masyarakat tentang stunting dan PUDITA (puding susu etawa) khususnya. Kemudian dilakukan *pre test* dan selanjutnya diberikan materi tentang stunting dan PUDITA (puding susu etawa). Proses terakhir untuk mengetahui pemahaman materi yang telah dipaparkan dilakukan *post test*.

#### 3) Evaluasi pra-pengabdian

Pengabdian masyarakat ini akan memberikan dampak positif jika masyarakat mencoba mengaplikan teori melalui pembuatan PUDITA (puding susu etawa) untuk meningkatkan gizi seimbang pada balita. Kami juga menyediakan aduan konsultasi diberikan kepada masyarakat agar, efek dari PUDITA lebih cepat terpantau.

### c. Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel pada kegiata ini dengan teknik *total sampling*. Sampel yang dipilih adalah total jumlah peserta kelas ibu balita dan ibu hamil yang hadir sejumlah 15 orang.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian edukasi dan intervensi gizi lokal "PUDITA" (Puding Susu Etawa) di Kelas Balita dan Ibu hamil Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri untuk meningkatkan pengetahuan tentang stunting telah dilakukan dengan lancar. Ibu balita dan ibu menyusui di Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri

sejumlah 15 orang antusias dalam menerima materi edukasi dan intervensi gizi lokal "PUDITA" (Puding Susu Etawa) serta berkomitmen untuk menerapkan hasil kegiatan melalui pembuatan "PUDITA" (Puding Susu Etawa).

Adapun komponen formula beserta kandungan "PUDITA" (Puding Susu Etawa) adalah sebagai berikut:

Gula sesuai selera , garam secukupnya,bubuk puding, bubuk agar dan susu cair etawa .

Cara pembuatan puding susu etawa adalah:

- a. Siapkan bahan-bahan berupa gula, garam, bubuk puding,bubuk agar , susu cair etawa.
- b. Masukkan gula secukupnya ke dalam panci.
- c. Tambahkan garam secukupnya
- d. Masukkan bubuk puding dan bubuk agar
- e. Tuangkan susu cair etawa ke dalam campuran tersebut
- f. Aduk merata dan panaskan hingga mendidih
- g. Setelah matang dan suhu menurun/dirasa tidak terlalu panas, tuangkan ke *cup*
- h. Dinginkan hingga mengeras
- i. PUDITA siap dikonsumsi

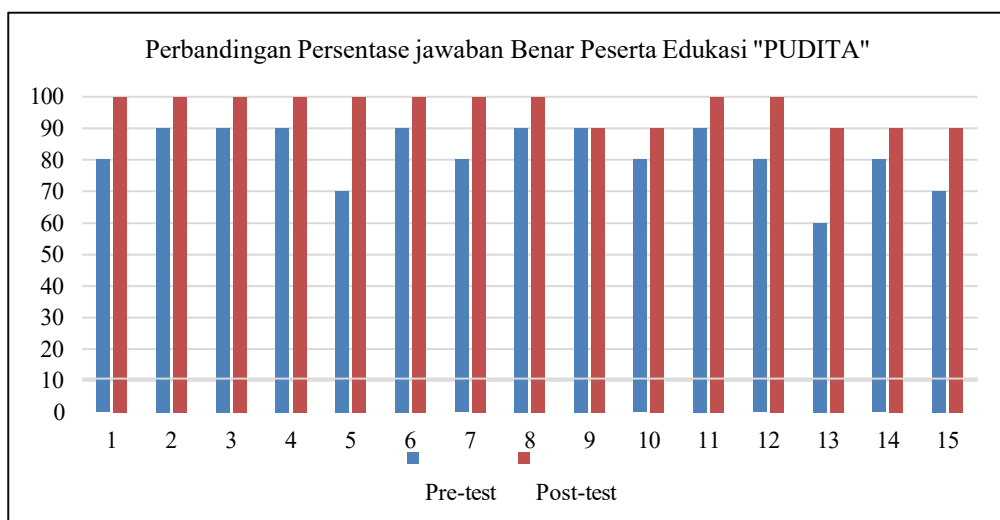


**Gambar 1.** Bahan PUDITA



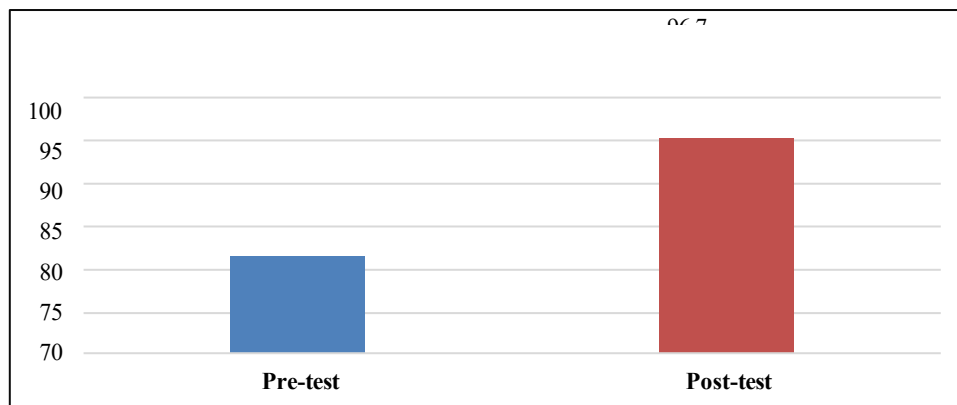
**Gambar 2.** Proses pembuatan PUDITA (Puding Susu Etawa)

Gambaran pengetahuan ibu balita dan ibu hamil tentang stunting dan PUDITA dapat dilihat pada gambar berikut:



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

Perbandingan rata-rata skor pengetahuan



**Gambar 4.** Perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test*

Pengetahuan masyarakat mengalami perubahan pengetahuan berdasarkan hasil *post-test*, setelah materi tentang stunting dan pembuatan PUDITA (Puding Susu Etawa) untuk pemenuhan gizi seimbang balita. Diskusi semakin meriah karena masyarakat diberikan apresiasi berupa *doorprize*. Tampak dari gambar 4. perbandingan nilai *pre-test* dan *post-test* , Pengetahuan tentang stunting dan pembuatan PUDITA meningkat sebanyak 14,7% antara sebelum dan sesudah pemberian edukasi dan pembuatan PUDITA. Hal tersebut menunjukkan bahwa upaya edukasi yang dilakukan memberikan manfaat untuk peningkatan pengetahuan ibu balita dan ibu hamil tentang stunting dan pembuatan PUDITA (Puding Susu Etawa).

Dengan ini diharapkan masyarakat lebih peduli dengan pertumbuhan dan perkembangan anak, sedangkan ibu hamil memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang stunting dan gizi seimbang untuk balita, sehingga akan mencegah terjadinya stunting pada balita dan menurunkan angka kejadian stunting



**Gambar 5** Pelaksanaan edukasi dan pembuatan PUDITA

#### 4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Pengetahuan tentang stunting dan pembuatan PUDITA meningkat sebanyak 14,7% antara sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Kegiatan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu balita dan ibu hamil dan pembuatan PUDITA (Puding Susu Etawa) untuk mencegah dan menurunkan angka stunting.

## 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri yang telah memberikan pendanaan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini. Dosen pembimbing lapangan, kepala desa beserta jajarannya, bidan desa serta peserta Kelas ibu balita dan ibu hamil Desa Tempurejo, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri yang telah ikut berpartisipasi untuk kelancaran kegiatan ini.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Ashwad, H., Rizki, S., Selfirah, N., Destriyadani, R., Alwi, H., Yanti, M., Yani, U., Fiqih, F., Suci, R., Halil, M., Ramadhan, S., Ilyas, I., Nurbaiti, S., Rahmah, J., Ramadhan, S., Junaida, M., & Akbar, F. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting di Kampung Reremal Melalui Rumusan Kebijakan Publik. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Indonesia*, 2(5). <https://doi.org/10.55542/jppmi.v2i5.885>
- Baroroh, I. (2022). Peningkatan Pengetahuan tentang Pemenuhan Gizi Remaja dan Edukasi Pencegahan Stunting. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2). <https://doi.org/10.37402/abdimaShip.vol3.iss2.194>
- Fardila elba, Hassan, H. C., Umar, N. S., & Hilmanto, D. (2023). Stunting Interventions in Developing Countries: Literature Review. *International Journal of Health Sciences*, 1(3). <https://doi.org/10.59585/ijhs.v1i3.146>
- Fitriami, E., & Galaresa, A. V. (2021). Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Aplikasi Android Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Ibu. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 5(2). <https://doi.org/10.33862/citradelima.v5i2.258>
- Kemendes. (2020). Infodatin 2020. *Kemendes RI*.
- Lestari, N. K. Y., Jayanti, D. M. A. D., Dewi, N. L. P. T., Wati, N. M. N., & Sudarma, N. (2023). Penerapan Program Penanggulangan Stunting : Pemberian Edukasi Dan Tablet Tambah Darah (TTD) Untuk Mencegah Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (Aptekmas)*, 6.
- Peraturan Presiden Republik Indonesia. (2020). Peraturan Presiden Nomor 18 Tahun 2020 tentang Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional Tahun 2020-2024. In *Sekretariat Presiden Republik Indonesia* (Vol. 203).
- Phitra, F. A., Lipoeto, N. I., & Yetti, H. (2022). Evaluasi pelaksanaan program pencegahan dan penurunan stunting di desa lokus stunting Kabupaten Merangin tahun 2022. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia*, (Vol 12)
- Prabu Aji, S., Sumarmi, S., Millati, R., Tri Wijayanti, Y., & Aris Tyarini, I. (2024). Increasing Community Nutrition Awareness through Balanced Nutrition Education Program. *Abdimas Polsaka*, 3(1). <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i1.65>
- UNICEF, WHO, & WORLD BANK. (2023). Level and trend in child malnutrition. *World Health Organization*.
- Yadav, P., & Mogra, D. R. (2024). Empowering individuals through nutrition education: Fostering dietary and behavioral changes for enhanced nutritional well-being. *International Journal of Agriculture Extension and Social Development*, 7(4), 09–14. <https://doi.org/10.33545/26180723.2024.v7.i4a.494>