

Peningkatan Pengetahuan Serta Peran Aktif Ibu Hamil Dan Ibu Balita Dalam Upaya Pencegahan Dan Penurunan Stunting

Ahmad Afif¹, Basma Rosandi Prakosa², Adhimas Nurritzqy Alfath³, Alviona Meilia⁴, Aprillia Kusuma Dewi⁵, Arya Ramadhan⁶, Dian Safira Putri Pradiptasari⁷, Diva Arifah Maula Hapsari⁸, Ema Dwi Rahayu⁹, Fera Riyana Herawati¹⁰, Intan Wahyu Amalia K¹¹, Jopinkan Aulia Efendi¹², Lazuardi Firdaus¹³, Luthfi Assyaukani¹⁴, Muhammad Afrizal T¹⁵, Muhammad 'Alwan Fakhri¹⁶, Muthia Fadillah Sudarsono¹⁷, Nabilla Sharlien Andriyans¹⁸, Nasaatunaimah¹⁹, Neneng Qomariyah O²⁰, Nindy Arifia Fernanda²¹, Putri Nur Laily²², Refi Helga Iggi Savara²³, Syahda Maretha Munasaba²⁴, Yulia Fitri Hapsari²⁵, Yuni Muthia Tefu²⁶

Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Indonesia

*email: ahmad.afif@iik.ac.id

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang kompleks di Indonesia. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 menunjukkan prevalensi stunting nasional sebesar 19,8%, meskipun telah mengalami penurunan dari 21,5% pada tahun 2023. Pada tingkat lokal, Desa Tawang, Kediri, tercatat 21 kasus stunting pada periode Januari–Juli 2025, yang menunjukkan bahwa masalah gizi kronis masih menjadi perhatian serius di wilayah tersebut. Rendahnya pemahaman ibu hamil dan ibu balita mengenai gizi seimbang merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya angka stunting. Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan peran aktif ibu hamil serta ibu balita dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan dilakukan di Posyandu ILP Anggur, Dusun Dadapan, Desa Tawang, dengan melibatkan 17 responden melalui metode accidental sampling. Edukasi diberikan dalam bentuk ceramah, demonstrasi video pembuatan makanan tambahan (PMT) lokal berbahan ayam, tahu, dan daun kelor, pembagian buku saku GENTING, serta pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Hasil pengabdian menunjukkan adanya peningkatan signifikan skor rata-rata pengetahuan ibu dari 77,6% pada pre-test menjadi 100% pada post-test. Peningkatan tertinggi terjadi pada pemahaman tentang makanan yang sesuai untuk anak usia di bawah satu tahun (47% menjadi 100%). Temuan ini menegaskan bahwa program ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai gizi seimbang, sekaligus mendorong perubahan perilaku dalam penyediaan makanan bergizi. Program serupa dianjurkan untuk dilaksanakan secara berkelanjutan dan diperluas cakupannya agar mampu menekan angka stunting secara lebih merata.

Kata kunci: Stunting, ibu hamil, ibu balita, gizi seimbang.

*Increasing Knowledge And The Active Role Of Pregnant Women And Mothers Of
Toddlers In Efforts To Reduce And Prevent Stunting*

ABSTRACT

Stunting remains a complex public health problem in Indonesia. Data from the 2024 Indonesian Nutritional Status Survey (SSGI) showed a national stunting prevalence of 19.8%, although this had decreased by 21.5% in 2023. At the local level, Tawang Village, Kediri, recorded 21 cases of stunting between January and July 2025, indicating that chronic malnutrition remains a serious concern in the region. Poor understanding of balanced nutrition among pregnant women and mothers of toddlers is a contributing factor to the high stunting rate. This community service program aims to increase the knowledge and active role of pregnant women and mothers of toddlers in stunting prevention efforts. The activity took place at the Anggur Integrated Health Post (Posyandu) in Dadapan Hamlet, Tawang Village, involving 17 respondents through an accidental sampling method. Education was provided in the form of lectures, video presentations on making local supplementary food (PMT) made from chicken, tofu, and moringa leaves, distribution of GENTING pocket books, and pre- and post-tests to measure knowledge gains. The results of the community service program showed a significant increase in mothers' average knowledge score, from 77.6% in the pre-test to 100% in the post-test. The highest increase occurred in understanding appropriate foods for children under one year old (47% to 100%). These findings confirm that the program is effective in increasing mothers' knowledge and awareness of balanced nutrition, while simultaneously encouraging behavioral changes in providing nutritious food. It is recommended that similar programs be implemented sustainably and protected to reduce stunting rates more evenly. Keywords: Stunting, pregnant women, mothers of toddlers, balanced nutrition.

1. PENDAHULUAN

Status gizi menjadi salah satu faktor utama yang mempengaruhi keberhasilan proses tumbuh kembang anak (Imeldawati, 2025). Pemenuhan kebutuhan zat gizi yang cukup dan seimbang sangat penting, terutama pada masa emas pertumbuhan, yaitu sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun atau yang dikenal dengan periode seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) (Suri, dkk., 2025). Kekurangan gizi pada fase kritis tersebut dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan, termasuk malnutrisi. Kondisi ini berisiko menyebabkan gagal tumbuh, yang ditandai dengan tinggi badan anak di bawah standar usianya atau lebih dikenal dengan istilah *stunting* (WHO, 2024).

Stunting merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang bersifat kompleks karena dipengaruhi oleh banyak faktor, seperti rendahnya asupan gizi, kondisi gizi ibu hamil, tingkat pendidikan orang tua, status sosial ekonomi, lingkungan yang kurang sehat, hingga keterbatasan dalam mengakses pelayanan kesehatan. Dampaknya tidak hanya menghambat pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, motorik, imunitas, serta prestasi belajar anak. Dalam jangka panjang, hal ini dapat menurunkan kualitas sumber daya manusia. Meskipun berbagai program pencegahan telah dijalankan, Indonesia masih menghadapi angka stunting yang cukup tinggi. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 menunjukkan prevalensi stunting secara nasional menurun dari 21,5% pada tahun 2023 menjadi 19,8% pada tahun 2024 (BKPK Kemenkes RI, 2025).

Pada tingkat lokal, Desa Tawang masih menghadapi permasalahan serupa. Data periode Januari–Juli 2025 mencatat terdapat 21 kasus stunting, yang menunjukkan bahwa masalah gizi kronis masih cukup tinggi di wilayah tersebut. Hasil temuan awal di lapangan juga mengindikasikan adanya keterbatasan pemahaman ibu hamil dan ibu balita mengenai pemenuhan gizi seimbang, variasi pangan, serta praktik pemberian makan sesuai usia anak. Hal ini menegaskan bahwa permasalahan stunting tidak hanya berkaitan dengan ketersediaan pangan, tetapi juga erat hubungannya dengan aspek pengetahuan dan perilaku pemberian makan dalam keluarga..

Penelitian Sari & Zelharsandy (2022) menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pendidikan dalam keluarga berpengaruh terhadap pengetahuan gizi, sehingga pemahaman mengenai gizi seimbang, cara memilih bahan pangan, dan pengolahan makanan bergizi sering kali belum optimal. Akibatnya, pemilihan pangan menjadi kurang tepat dan kebutuhan gizi keluarga tidak terpenuhi. Temuan ini diperkuat oleh Mashar dkk. (2021) yang menyatakan bahwa akar permasalahan stunting tidak hanya berkaitan dengan faktor asupan gizi, tetapi juga meliputi keterbatasan akses layanan kesehatan, kondisi ekonomi, serta faktor sosial, budaya, dan politik yang saling berkaitan.

Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting perlu melibatkan partisipasi aktif masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu balita sebagai pihak yang memiliki peran paling dekat dengan anak. Peningkatan pengetahuan melalui edukasi gizi yang tepat diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran dan memperbaiki praktik pemberian makanan bergizi seimbang dalam keluarga. Dengan demikian, diperlukan program yang terstruktur dan berkelanjutan guna memperkuat kapasitas ibu dalam mencegah stunting. Salah satu bentuk intervensi tersebut adalah program GENTING (Gerakan Tanggap Cegah Stunting), yaitu gerakan edukasi yang bertujuan meningkatkan pemahaman sekaligus mendorong keterlibatan aktif ibu hamil dan ibu balita dalam upaya pencegahan stunting.

2. METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif kuantitatif dengan tujuan mengevaluasi peningkatan pengetahuan ibu hamil serta ibu balita mengenai upaya pencegahan dan penurunan stunting. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner, sedangkan teknik sampling dilakukan dengan metode *accidental sampling*, yaitu melibatkan seluruh peserta penyuluhan yang hadir, dengan total responden sebanyak 17 orang. Pelaksanaan kegiatan bertepatan dengan Posyandu Integrasi Layanan Primer (ILP) pada hari Selasa, 12 Agustus 2025, bertempat di Posyandu ILP Anggur, Dusun Dadapan, Desa Tawang, Kecamatan Wates, Kabupaten Kediri. Bentuk kegiatan meliputi penyampaian materi melalui ceramah, penayangan video demonstrasi pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) lokal berupa nugget ayam, tahu, dan daun kelor, serta dilengkapi dengan pelaksanaan pretes dan postes, dan pembagian buku saku GENTING.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini dinamakan GENTING (Gerakan Tanggap Cegah Stunting). Tujuan utama program ini adalah meningkatkan pengetahuan sekaligus mendorong keterlibatan aktif ibu hamil dan ibu balita dalam upaya pencegahan serta penanggulangan stunting melalui edukasi tentang pentingnya gizi seimbang. Sebagai salah satu media pembelajaran, peserta diberikan buku saku GENTING yang memuat informasi praktis mengenai pola gizi seimbang dan strategi pencegahan stunting.



Gambar 1. Buku Saku GENTING

Untuk mengetahui gambaran kelompok sasaran, dilakukan pengumpulan data mengenai karakteristik responden yang terlibat. Informasi tersebut disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

| Variabel | Frekuensi | | |
|--------------------|------------------|--------|------|
| | Kategori | n = 17 | % |
| Usia | 15 – 45 Tahun | 15 | 88.2 |
| | 46 – 75 Tahun | 2 | 11.8 |
| Riwayat Pendidikan | SD/Sederajat | 5 | 29.4 |
| | SMP/Sederajat | 4 | 23.5 |
| | SMA/Sederajat | 7 | 41.2 |
| | Perguruan Tinggi | 1 | 5.9 |
| | | | |
| Pekerjaan | Ibu Rumah tangga | 16 | 94.1 |
| | Pedagang | 1 | 5.9 |

Berdasarkan Tabel 1, kegiatan ini melibatkan 17 responden. Sebagian besar responden berusia 15–45 tahun (88,2%), sedangkan sisanya berusia 46–75 tahun (11,8%). Seluruh responden merupakan perempuan (100%). Latar belakang pendidikan cukup bervariasi, namun mayoritas berpendidikan SMA/ sederajat (41,2%), diikuti SD/ sederajat (29,4%), SMP/ sederajat (23,5%), dan sebagian kecil menempuh pendidikan perguruan tinggi (5,9%). Berdasarkan pekerjaan, hampir seluruh responden adalah ibu rumah tangga (94,1%), sementara 5,9% lainnya bekerja sebagai pedagang. Secara umum, data ini menunjukkan bahwa responden didominasi perempuan usia produktif dengan pendidikan menengah dan sebagian besar tidak bekerja di sektor formal.



Gambar 2. Kegiatan Pre-Test dan Post-Test

Kegiatan berikutnya berupa pemutaran video demonstrasi pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) lokal berbahan dasar ayam, tahu, dan daun kelor. Tujuan sesi ini adalah memberikan pengetahuan praktis kepada peserta tentang cara mengolah bahan pangan bergizi yang mudah diaplikasikan di rumah sebagai salah satu upaya pencegahan stunting.



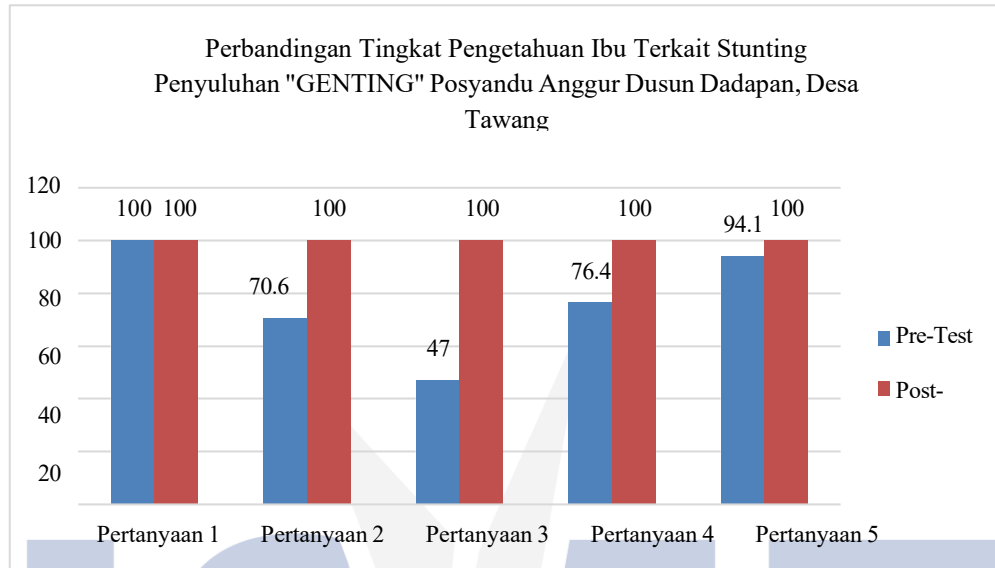
Gambar 3. Penayangan Video Pembuatan Nugget

Pada tahap akhir, dilakukan evaluasi melalui *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita selama kegiatan berlangsung.

Tabel 2. Hasil Pre-Test Dan Pos-Test

| No. | Topik Pertanyaan | Jawaban Benar | |
|-----|--|-----------------|------------------|
| | | <i>Pre-Test</i> | <i>Post-Test</i> |
| 1 | Sayur dan buah sebaiknya diberikan setiap hari kepada anak | 100,0 | 100,0 |
| 2 | Anak usia 1-3 tahun sudah boleh makan makanan keluarga yang dimodifikasi teksturnya | 70,6 | 100,0 |
| 3 | Anak usia di bawah 1 tahun hanya boleh diberikan bubur instan | 47,0 | 100,0 |
| 4 | Keanekaragaman pangan artinya mengonsumsi berbagai Jenis makanan dari berbagai kelompok pangan | 76,4 | 100,0 |

| | | | |
|-----------------------|--|-------------|--------------|
| 5 | Makanan cepat saji (fast food) boleh dikonsumsi setiap hari karena praktis | 94,1 | 100,0 |
| Rata-rata Skor | | 77,6 | 100,0 |



Gambar 4. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Ibu Terkait Stunting

Berdasarkan Gambar 4, Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada seluruh indikator. Pertanyaan pertama sudah memperoleh tingkat pengetahuan 100% sejak awal dan tetap konsisten setelah penyuluhan. Pertanyaan kedua meningkat dari 70,6% menjadi 100%, sedangkan pertanyaan ketiga memperlihatkan kenaikan paling besar, yaitu dari 47% menjadi 100%. Pertanyaan keempat juga meningkat dari 76,4% menjadi 100%, dan pertanyaan kelima dari 94,1% menjadi 100%. Secara keseluruhan, program GENTING terbukti mampu meningkatkan pengetahuan peserta secara merata, khususnya pada aspek yang sebelumnya masih rendah. Pengetahuan ibu memiliki peranan penting dalam tumbuh kembang anak, sebab kurangnya pemahaman terkait pola makan sehat maupun stunting dapat memengaruhi perilaku ibu dalam menyediakan makanan bergizi (Olsa, Sulastri, & Anas, 2018).

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Program pengabdian masyarakat GENTING (Gerakan Tanggap Cegah Stunting) terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita mengenai pencegahan stunting melalui edukasi gizi seimbang, pembagian buku saku, serta demonstrasi pembuatan PMT lokal. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan skor rata-rata pengetahuan dari 77,6% pada pre-test menjadi 100% pada post-test, dengan peningkatan terbesar pada pemahaman pemberian makanan yang tepat untuk anak usia di bawah satu tahun. Temuan ini menegaskan bahwa metode edukasi yang sederhana, praktis, dan aplikatif mampu meningkatkan kesadaran sekaligus mendorong perubahan perilaku ibu dalam penyediaan makanan bergizi. Oleh karena itu, program serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dan melibatkan lebih banyak pemangku kepentingan agar praktik gizi seimbang dapat diterapkan secara luas dan konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada masyarakat, kader posyandu, perangkat desa, serta mahasiswa KKN IIK Bhakta Kelompok 20 Tawang atas dukungan dan keterlibatannya dalam pelaksanaan program GENTING (Gerakan Tanggap Cegah Stunting). Partisipasi dan kerja sama yang diberikan sangat berperan dalam kelancaran kegiatan pengabdian ini sekaligus memberikan manfaat nyata bagi masyarakat.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Ansori, M. (2022). Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Stunting Pada Kelompok Masyarakat Di Desa Kelampaian Kecamatan Pontang Kabupaten Serang. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 1(1), 1-4.
- Arimaswati, A., Nasruddin, N. I., Tien, T., Aritrina, P., & Al Haddad, Y. (2022). Penyuluhan Stunting Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat di Kecamatan Nambo Kota Kendari. *Jurnal Pengabdian Meambo*, 1(2), 183-187.
- BKPK Kemenkes RI. (2025). SSGI 2024: National Stunting Prevalence Drops to 19,8%. https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/en/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi-198/?utm_source=chatgpt.com
- Fajarnita, A., & Herlitawati, H. (2023). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Digital Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pencegahan Stunting. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(1), 187-197.
- Olsa ED, Sulastri D, Anas E. Hubungan sikap dan pengetahuan ibu terhadap kejadian stunting pada anak baru masuk Sekolah Dasar di kecamatan Nanggalo. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2018;6(3):523–529.
- Sari, Y. E., & Yustati, E. (2023). Pengaruh perbedaan metode penyuluhan terhadap pengetahuan ibu balita stunting di Desa Tanjung Agung Kecamatan Tanjung Agung tahun 2023. *Jurnal Medika Nusantara*, 1(4), 410-424.
- Suri, S., Verlato, G., & Ray, S. (2025). The First 1000 Days: Window of Opportunity for Child Health and Development. *Frontiers in Nutrition*, 5. <https://doi.org/10.3389/fnut.2025.1673003>
- WHO. (2024). Malnutrition. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition>