

Peningkatan Kesadaran Stunting Berbasis Edukasi-Demonstrasi Pangan Lokal di Posyandu Tomeko-A

(Enhancing Stunting Awareness Through Local Food Education at Tomeko a Posyandu)

Magdarita Riwu^{1*}, Yohana Febriani Putri Peu Patty², Jasvidianto Chriza Kotta³, Matias Nataniel Kolobani⁴

Universitas Nusa Cendana, Kupang, Indonesia^{1,2,3,4}

magdarita_riwu@staf.undana.ac.id¹ yohana.patty@staf.undana.ac.id²



Riwayat Artikel:

Diterima pada 12 November 2025

Revisi 1 pada 23 November 2025

Revisi 2 pada 01 Desember 2025

Revisi 3 pada 05 Desember 2025

Disetujui pada 09 Desember 2025

Abstract

Purpose: This Community Service Program aimed to enhance awareness of early stunting prevention, promote the use of locally available nutrient-rich foods, and encourage balanced and sustainable dietary practices.

Methodology: The program was carried out at Posyandu Tomeko A, East Penfui Village, using a participatory educational approach that combined counselling on the importance of iron intake during pregnancy with demonstrations of processing red spinach into nutritious foods. A 5-point Likert-scale satisfaction questionnaire was administered after the activity, and data were analyzed descriptively.

Results: Thirty participants mostly adult women and adolescent girls aged ≥ 21 years took part in the program and showed strong enthusiasm, particularly on risk factors and dietary challenges. Evaluation of 300 responses showed very positive feedback, with 62.3% "Very Satisfied," 36.0% "Satisfied," yielding a mean score of 4.61. Overall, the program effectively enhanced participants' understanding of the importance of iron intake during the first 1,000 days of life in preventing stunting.

Conclusions: The counseling program effectively improved community awareness through structured nutrition education, demonstrations of local iron-rich foods, and leaflet distribution. High satisfaction scores indicate that the materials were relevant and well-received.

Limitations: No pre-post testing was conducted, the sample was small, and no follow-up assessment occurred.

Contributions: The program provides practical guidance for families and posyandu cadres and demonstrates that participatory education can motivate communities to act as agents of change in stunting prevention.

Keywords: *First 1,000 Days, Local Food Utilization, Red Spinach, Stunting*

How to Cite: Riwu, M., Patty, Y, F, P, P., Kotta, J, C., Kolobani, M, N. (2026). Peningkatan Kesadaran Stunting Berbasis Edukasi-Demonstrasi Pangan Lokal di Posyandu Tomeko-A. *Yumary: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(3), 197-7.

1. Pendahuluan

Periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang dimulai sejak konsepsi hingga anak berusia dua tahun, merupakan fase paling krusial dalam menentukan kualitas kesehatan seseorang sepanjang hidupnya. Pada fase ini terjadi pertumbuhan pesat organ vital seperti otak serta pematangan sistem imun dan metabolisme, sehingga kecukupan gizi menjadi fondasi penting bagi perkembangan optimal anak

([UNICEF, 2021](#)). Kekurangan gizi pada periode ini terbukti menyebabkan dampak jangka panjang yang bersifat permanen, termasuk gangguan tumbuh kembang dan penurunan kemampuan kognitif ([Likhar & Patil, 2022](#)). Meskipun prevalensi stunting secara global dan nasional menunjukkan tren penurunan, angka tersebut masih berada pada level yang mengkhawatirkan. Pada tahun 2022, sebanyak 148 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting, dengan 52% berada di Asia dan 43% di Afrika ([WHO, 2025](#)). Prevalensi stunting di Indonesia menurun dari 27,7% pada tahun 2019 menjadi 21,6% pada tahun 2022, dan kembali turun menjadi 19,8% pada tahun 2024. Namun demikian, angka tersebut masih jauh dari target nasional sebesar 14%. Enam provinsi dengan jumlah balita stunting tertinggi termasuk Nusa Tenggara Timur (214.143 balita), menegaskan perlunya intervensi yang lebih terarah dan berbasis konteks lokal ([Kemenkes, 2025](#)).

Salah satu faktor penting yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi stunting adalah anemia pada remaja putri dan ibu hamil. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia mencapai 48,9%, jauh di atas ambang batas WHO (<20%) ([Kemenkes, 2022](#)). Anemia defisiensi besi pada masa kehamilan meningkatkan risiko bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan menghambat pertumbuhan janin, sehingga meningkatkan risiko stunting pada anak. Meskipun pemerintah telah melaksanakan program Tablet Tambah Darah (TTD), kepatuhan konsumsi masih rendah. Riskesdas melaporkan bahwa hanya 38,1% ibu hamil yang mengonsumsi TTD sesuai rekomendasi, dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman, efek samping, dan mitos terkait penggunaan TTD ([Kemenkes, 2024](#)). Kondisi tersebut mengindikasikan adanya kesenjangan dalam pelaksanaan edukasi gizi dan pencegahan anemia di masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan alternatif yang lebih sesuai dengan budaya lokal dan mudah diterima, termasuk pemanfaatan pangan lokal sebagai media edukasi. Salah satu pangan lokal yang berpotensi adalah bayam merah, yang tidak hanya kaya zat besi, tetapi juga mudah dibudidayakan dan diterima oleh masyarakat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan ini berupaya menjawab kebutuhan tersebut melalui integrasi edukasi kesehatan mengenai anemia dan stunting dengan demonstrasi pengolahan pangan lokal berbasis bayam merah. Model pendekatan ini sekaligus mendukung slogan Universitas Nusa Cendana, yaitu “Unggul Berdampak,” melalui kontribusi nyata terhadap peningkatan derajat kesehatan masyarakat. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi upaya strategis dalam memperkuat pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi pada 1.000 HPK serta mendorong perubahan perilaku konsumsi pangan bergizi.

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam periode 1.000 HPK. Kekurangan asupan nutrisi pada masa bayi dan anak usia dini, terutama pada usia di bawah lima tahun, dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan fisik dan defisit intelektual. Pada usia 4–5 tahun, pertumbuhan sel otak mencapai puncaknya sehingga hanya dapat berkembang optimal jika didukung status gizi yang baik ([WHO, 2025](#); [Yarmaliza et al., 2024](#)). Kondisi ini umumnya ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak yang berada di bawah standar pertumbuhan WHO. Stunting berdampak pada perkembangan otak, kemampuan belajar, produktivitas di masa dewasa, serta meningkatkan risiko penyakit tidak menular ([Nyarko, Rooyen, & Ham-Baloyi, 2024](#)). Secara global, penurunan angka stunting berlangsung lambat dan tidak merata di berbagai wilayah. Di Indonesia, meskipun terjadi penurunan, prevalensinya masih cukup tinggi dan berkontribusi pada beban kesehatan nasional ([Kemenkes, 2024](#); [Young et al., 2018](#)).

Anemia merupakan kondisi penurunan kadar hemoglobin dalam darah yang berdampak pada berkurangnya kapasitas pengangkutan oksigen ke jaringan. Anemia defisiensi besi adalah jenis anemia yang paling banyak terjadi pada perempuan usia reproduktif dan ibu hamil. Faktor penyebabnya meliputi rendahnya asupan makanan sumber zat besi, peningkatan kebutuhan zat besi selama kehamilan, serta kebiasaan makan yang kurang mendukung penyerapan zat besi. Anemia pada ibu hamil meningkatkan risiko komplikasi melahirkan, bayi lahir prematur, BBLR, dan perkembangan anak yang tidak optimal. Pada jangka panjang, anemia maternal berhubungan dengan risiko stunting karena janin tidak menerima suplai nutrisi yang memadai selama kehamilan. Program TTD merupakan kebijakan nasional untuk mencegah anemia pada remaja dan ibu hamil. Namun demikian, rendahnya kepatuhan konsumsi masih menjadi tantangan utama. Berbagai studi menunjukkan bahwa

ketidakpatuhan dipengaruhi oleh pemahaman yang kurang, rasa mual dan efek samping gastrointestinal, rasa logam, serta persepsi keliru terkait ukuran janin ([Bakhtiar et al., 2021](#); [Muticara et al., 2023](#)). Rendahnya efektivitas program TTD mengindikasikan pentingnya pendekatan edukasi yang lebih kontekstual dan partisipatif.

Pemanfaatan sumber makanan lokal sangat penting untuk mengatasi stunting, terutama di daerah rawan gizi. Stunting merupakan masalah kompleks yang memerlukan pendekatan gizi berkelanjutan, termasuk mendorong konsumsi makanan lokal yang beragam agar kebutuhan nutrisi terpenuhi ([Octavia et al., 2025](#)). Pemanfaatan pangan lokal menjadi solusi efektif untuk memenuhi kebutuhan gizi akibat rendahnya kepatuhan Ibu mengonsumsi TTD selain karena pangan lokal kaya protein dan zat besi dapat dimanfaatkan sebagai alternatif sumber nutrisi. Selain itu pangan lokal dapat mengurangi biaya belanja pangan dan meningkatkan akses keluarga terhadap makanan bergizi.

Pendekatan edukasi berbasis pangan lokal dinilai lebih efektif karena sesuai dengan budaya, preferensi masyarakat, serta ketersediaan bahan di lingkungan sekitar. Pangan lokal dapat membantu memperkuat praktik konsumsi pangan bergizi karena lebih mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memanfaatkan bahan pangan yang sudah dikenal, edukasi menjadi lebih relevan dan berpotensi menghasilkan perubahan perilaku yang lebih berkelanjutan ([Solang, Baderan, & Kumaji, 2019](#); [Yarmaliza et al., 2024](#)). Pendidikan gizi juga diperlukan untuk meningkatkan kesadaran tentang pola makan sehat dan berkelanjutan, sehingga individu mampu membuat pilihan makanan yang lebih baik untuk mencegah kekurangan gizi. Pemanfaatan makanan lokal mendukung ketahanan pangan rumah tangga. Selain itu, pelibatan puskesmas, kader, dan tenaga kesehatan dalam pendidikan nutrisi dapat meningkatkan kualitas diet masyarakat secara keseluruhan ([Octavia et al., 2025](#)).

Bayam merah (*Amaranthus tricolor*) adalah bahan pangan lokal dengan kandungan zat besi, vitamin C, folat, dan vitamin B12 yang tinggi. Vitamin C berfungsi meningkatkan penyerapan zat besi non-heme dari makanan, sehingga konsumsi bayam merah sangat cocok untuk upaya pencegahan anemia ([E. Sari, Radhia, & Zaini, 2025](#)). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa konsumsi bayam merah dalam bentuk sayur, jus, atau puding secara signifikan meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia. Dengan demikian, bayam merah bukan hanya sumber nutrisi, tetapi juga media edukasi untuk mengenalkan pangan lokal sebagai solusi pencegahan anemia ([Fadhli, Kasdin, & Yanti, 2024](#)). Kerangka konseptual kegiatan ini meliputi hubungan antara anemia maternal, kecukupan zat besi, pertumbuhan janin, dan risiko stunting. Edukasi yang diberikan diharapkan meningkatkan pengetahuan dan sikap peserta terkait pentingnya zat besi, yang kemudian diperkuat dengan demonstrasi pengolahan pangan lokal sebagai strategi aplikatif untuk mendorong perubahan perilaku konsumsi. Pemanfaatan bayam merah menjadi pendekatan integratif yang menggabungkan teori gizi, edukasi kesehatan, dan praktik pengolahan pangan dalam satu rangkaian kegiatan.

2. Metodologi

2.1. Desain Kegiatan

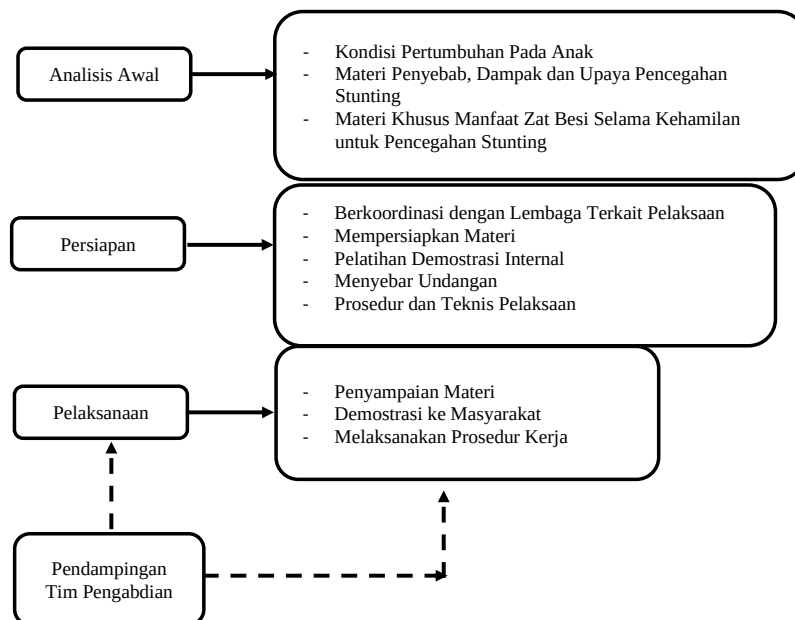
Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam bentuk edukasi dan pelatihan. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Agustus Tahun 2025, diselenggarakan di Posyandu Tomeko A, Desa Penfui Timur, Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang. Secara umum, pelaksanaan kegiatan dirancang untuk meningkatkan kapasitas dan keterampilan masyarakat dalam memahami dan mengatasi permasalahan stunting di tingkat rumah tangga. Prinsip edukasi dan pelatihan diterapkan sebagai pendekatan utama untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan baru, sekaligus memperbaiki kekurangan yang selama ini dihadapi masyarakat dalam upaya memenuhi kebutuhan gizi keluarga.

Fokus utama pelatihan adalah edukasi tentang pentingnya asupan zat besi selama kehamilan sebagai langkah strategis dalam mencegah stunting sejak dalam kandungan yang dikemas dalam bentuk pembelajaran partisipatif dan interaktif. Pelatihan ini bertujuan meningkatkan kesadaran dan partisipasi kelompok mitra dalam melakukan pencegahan stunting berbasis bahan alam seperti bayam merah.

Kegiatan yang diberikan berupa :

- Penyuluhan Edukatif terkait pentingnya 1000 hari pertama pada kehamilan, faktor penyebab malnutrisi, dampak malnutrisi selama kehamilan serta hubungannya dengan resiko stunting, edukasi gizi mengenai pentingnya zat besi, sumbernya, kebutuhan hariannya, dan kaitannya dengan pencegahan stunting. Solusi ini dapat dilakukan dengan pemberian penjelasan sederhana menggunakan media visual video pendek, Poster visual ajakan pencegahan stunting dengan konsumsi makanan tinggi zat besi
- Demonstrasi Pengolahan Bayam Merah menjadi olahan bergizi dan menarik namun tidak merusak kandungan zat besi pada bayam merah, seperti: Nugget bayam merah dan Puding bayam merah yang dapat dikonsumsi baik selama kehamilan hingga pasca kehamilan dalam periode 1000 hari pertama. Solusi ini dapat dilakukan dengan melakukan demonstrasi langsung terkait pengolahan bayam merah serta pemberian leaflet berisi resep pengolahan bayam merah.

Berikut ini adalah tahapan pelatihan yang dilakukan:



Gambar 1. Alur Pelaksanaan Kegiatan

2.2. Evaluasi Kegiatan

2.2.1. Instrumen Evaluasi

Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen kuisioner terstruktur yang dibagikan kepada seluruh peserta setelah kegiatan selesai. Instrumen yang digunakan berupa kuisioner kepuasan peserta, terdiri dari dua bagian utama yaitu data demografi peserta dan pernyataan penilaian kepuasan yang mencakup 10 butir pernyataan yang dirancang untuk menilai kepuasan peserta terhadap berbagai aspek kegiatan ([Kusbudiyanto, Kurniawan, & Samputra, 2023](#)). Setiap pernyataan dinilai menggunakan Skala Likert 5 poin, yaitu: STP: Sangat Tidak Puas; TP: Tidak Puas; CP: Cukup Puas; P: Puas; SP: Sangat Puas. Indikator keberhasilan kegiatan dinilai berdasarkan 2 indikator utama ([Aletras, Chatzopoulos, Kalouda, Niakas, & Flokou, 2025](#); [Amiri, Shahir-Roudi, Shahravar, & Khosravi, 2025](#)).

- Tingkat Kepuasan Peserta: Kegiatan dinyatakan berhasil apabila $\geq 80\%$ peserta menilai "Puas" atau "Sangat Puas" pada skor keseluruhan serta tidak lebih dari 10% peserta yang memilih "Tidak Puas" atau "Sangat Tidak Puas". Indikator ini menunjukkan bahwa materi dan teknis pelaksanaan sesuai dengan kebutuhan mayoritas peserta.
- Partisipasi dan Keterlibatan Peserta yang ditunjukkan melalui tingkat kehadiran $\geq 75\%$ dari total sasaran kegiatan; Peserta aktif bertanya dan berdiskusi. Adanya komitmen peserta untuk mengonsumsi TTD dan/atau menerapkan pola makan kaya zat besi seperti bayam merah.

2.2.2. Analisis dan Pelaporan Hasil Evaluasi

Setiap respons dikodekan (1–5) sesuai skala Likert, kemudian dihitung nilai rata-rata tiap aspek dengan kategori sebagai berikut : 1.00 – 1.80 (Sangat Tidak Puas); 1.81 – 2.60 (Tidak Puas); 2.61 – 3.40 (Cukup Puas); 3.41 – 4.20 (Puas); 4.21 – 5.00 (Sangat Puas) ([Aletras et al., 2025](#); [Amiri et al., 2025](#)). Hasil evaluasi disajikan dalam tabel atau diagram untuk memudahkan interpretasi, Hasil evaluasi akan digunakan untuk: Menyempurnakan pelaksanaan kegiatan serupa di masa mendatang; Mengetahui aspek mana yang sudah berjalan optimal; serta Mengidentifikasi kebutuhan tambahan peserta terkait anemia, TTD, dan edukasi gizi

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Tomeko A, Desa Penfui Timur, Kecamatan Kupang Tengah, Kabupaten Kupang, dan diikuti oleh 30 peserta yang terdiri atas ibu rumah tangga, remaja putri, serta anak-anak usia sekolah. Karakteristik demografis peserta dapat dilihat pada Tabel 1. Sebanyak 86,6% peserta berusia ≥ 21 tahun. Mayoritas peserta (56%) merupakan lulusan SMA. Selain itu, 83,3% peserta memiliki pekerjaan seperti asisten rumah tangga, pedagang, petani, pegawai honorer, maupun pegawai negeri sipil. Pendapatan keluarga per bulan sebagian besar berada pada kisaran $> \text{Rp}1.000.000\text{--Rp}2.000.000$ (46,7%). Hasil berbagai penelitian menunjukkan bahwa stunting merupakan kondisi yang dipengaruhi oleh interaksi kompleks faktor sosial ekonomi, kesehatan ibu, serta kondisi biologis. Pendapatan rumah tangga yang rendah berkaitan dengan lingkungan hidup yang kurang memadai dan keterbatasan akses pangan dan layanan kesehatan, sehingga meningkatkan risiko stunting. Selain itu, pengetahuan ibu mengenai gizi serta akses terhadap pelayanan pranatal dan pascanatal berperan penting dalam mencegah gangguan pertumbuhan ([Lestari et al., 2025](#)).

Praktik pemberian ASI, konsumsi suplemen saat hamil, dan pemberian MP-ASI yang tepat turut menentukan status gizi anak. Usia ibu saat hamil juga merupakan faktor determinan. Kehamilan pertama pada usia ≥ 25 tahun memberikan perlindungan terhadap risiko stunting, sementara kehamilan pada usia <20 tahun atau >35 tahun meningkatkan peluang kelahiran prematur dan pertumbuhan janin terhambat. Edukasi mengenai perencanaan kehamilan yang sehat penting untuk menurunkan risiko stunting sejak awal kehidupan ([Kubeka & Modjadji, 2023](#); [K. Sari & Sartika, 2021](#); [R. J. Siregar, Harahap, & Suryani, 2024](#)). Dalam kegiatan ini, tim farmasi undana memberikan penyuluhan tentang pentingnya zat besi pada 1000 hari pertama pada kehamilan dan perannya dalam mencegah anak terlahir stunting. Tidak hanya itu, Tim Penyuluhan juga melakukan demonstrasi pengolahan pangan lokal, yakni bayam merah, menjadi makanan bergizi dan menarik. Masyarakat diajak menyaksikan langsung pembuatan nugget ayam bayam merah dan puding bayam merah yang kaya zat besi serta mudah diterapkan di rumah. Selain edukasi dan demonstrasi, peserta juga menerima leaflet berisi resep serta panduan praktis agar bisa menerapkan pola makan sehat di rumah.

Pelaksanaan kegiatan menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi dari peserta, yang tercermin dari keaktifan dalam sesi tanya jawab. Banyak peserta mengajukan pertanyaan terkait stunting, baik mengenai faktor risiko, pencegahan, maupun dampak jangka panjang terhadap tumbuh kembang anak. Hal ini mengindikasikan bahwa isu stunting merupakan permasalahan yang relevan dan dirasakan langsung oleh masyarakat, sehingga materi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan peserta.

Selain itu, beberapa ibu peserta secara aktif membagikan pengalaman mereka terkait kesulitan dalam mengajak anak mengonsumsi makanan sumber zat besi. Kendala yang disampaikan antara lain anak menolak sayuran tertentu, rasa makanan yang kurang disukai, serta keterbatasan variasi menu di rumah. Temuan ini menunjukkan bahwa tantangan dalam pencegahan stunting tidak hanya terletak pada ketersediaan pangan bergizi, tetapi juga pada aspek perilaku makan anak dan keterampilan ibu dalam mengolah makanan agar lebih menarik ([Firdawati, Zukryandry, Vidyarini, & Verdini, 2025](#); [T. Siregar, Ritanti, Permatasari, & Utari, 2025](#)). Hasil evaluasi menunjukkan bahwa dari total 300 respons yang terkumpul, sebagian besar peserta memberikan penilaian “Sangat Puas” dan “Puas” pada hampir seluruh aspek yang dinilai. Sebanyak 62,3% respon berada pada kategori “Sangat Puas”, 36,0% pada kategori “Puas”, dan hanya 1,7% yang memilih “Cukup Puas”, tanpa adanya penilaian “Tidak Puas” maupun “Sangat Tidak Puas”. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh aspek kegiatan dinilai positif oleh

peserta. Secara keseluruhan, kegiatan ini memperoleh mean score sebesar 4,61 yang termasuk dalam kategori “Sangat Puas”.

Jika dilihat lebih rinci berdasarkan tiap aspek penilaian, mayoritas peserta memberikan skor “Sangat Puas” dan “Puas” untuk hampir seluruh komponen kegiatan. Tingkat kepuasan tertinggi terlihat pada ketersediaan konsumsi, kesiapan panitia, sikap ramah dan sopan petugas, serta kesempatan peserta untuk bertanya, yang masing-masing didominasi oleh penilaian sangat baik. Hal ini menggambarkan bahwa peserta merasa memperoleh pelayanan optimal, baik dari segi fasilitas maupun interaksi selama kegiatan berlangsung. Meskipun demikian, terdapat beberapa aspek yang memperoleh penilaian “Cukup Puas”, yaitu demonstrasi pengolahan pangan lokal, ketersediaan sarana prasarana, dan ketepatan waktu pelaksanaan. Walaupun jumlah penilaian ini sangat kecil dibandingkan total respons dan tidak mempengaruhi kategori kepuasan keseluruhan, temuan ini menunjukkan adanya ruang untuk peningkatan, terutama dalam kualitas demonstrasi, kelengkapan fasilitas, dan ketepatan waktu kegiatan di masa mendatang ([Masnia, Saputri, Kamsurya, & Tuhi, 2025](#)).

Peran ibu sangat penting dalam tumbuh kembang anak sejak fase prakonsepsi, prenatal, hingga balita, karena kegagalan pertumbuhan pada periode ini dapat berdampak hingga dewasa. Status gizi anak dipengaruhi oleh kebiasaan makan, dan kebiasaan makan sehat diperlukan untuk mencegah masalah gizi akut ([Saleh, Syahrul, Hadju, Andriani, & Restika, 2021](#); [Simanjuntak, Haya, Suryani, Khomsan, & Ahmad, 2019](#)). Studi memperlihatkan bahwa pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu. Sebelum intervensi, mayoritas memiliki pengetahuan “cukup” (48,5%), namun setelah pemberian edukasi menggunakan leaflet dan PowerPoint, 90,9% meningkat menjadi kategori “baik” ([N. Siregar, Nurachma, & Raihanah, 2023](#)).

Pengetahuan ibu hamil berperan penting dalam membentuk sikap dan perilaku pencegahan stunting, dan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan serta akses informasi ([Nigatu, Abdureshid, Abate, Dagne, & Oumer, 2024](#)). Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik lebih mampu memilih makanan bergizi, menerapkan pola makan sehat, serta memanfaatkan layanan kesehatan untuk memantau status gizi anak. Asupan gizi yang tidak memadai pada awal kehidupan dapat menyebabkan stunting dan berdampak permanen pada perkembangan anak ([Galvin et al., 2023](#); [Tsega et al., 2024](#)). Semakin tinggi pengetahuan ibu tentang nutrisi dan pencegahan stunting, semakin positif sikap dan perilaku pencegahannya. Pengetahuan ini juga berpengaruh langsung pada status gizi anak melalui praktik pemilihan dan pengolahan makanan serta perilaku Kesehatan. Karena itu, pendidikan dan konseling kesehatan yang terstruktur sangat diperlukan untuk meningkatkan kemampuan ibu hamil dalam mengambil langkah pencegahan stunting ([Akmatova, Dzhangaziev, Ebama, & Otorbaeva, 2024](#); [Kobilke & Markiewitz, 2024](#)).

Antusiasme peserta selama sesi diskusi dan tanya jawab mencerminkan efektivitas pendekatan edukasi yang digunakan. Partisipasi aktif ini diharapkan dapat mendorong peserta untuk berperan sebagai agen perubahan di lingkungan mereka, dengan menyebarkan informasi yang tepat serta memperbaiki perilaku yang kurang sesuai terkait kesehatan. Edukasi kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk masyarakat yang lebih sadar dan bertanggung jawab terhadap Kesehatan ([Zufriady et al., 2023](#)). Pesan dan saran yang disampaikan peserta pada kegiatan ini menunjukkan adanya kebutuhan terhadap kegiatan edukasi lanjutan. Peserta mengharapkan adanya materi tambahan yang membahas penyakit-penyakit umum, pencegahan, serta penggunaan obat yang benar dan rasional. Hal ini mengindikasikan bahwa masyarakat memiliki minat yang tinggi untuk meningkatkan literasi kesehatan, tidak hanya terkait gizi dan stunting, tetapi juga pengelolaan penyakit sehari-hari. Selain itu, peserta juga menyarankan agar kegiatan pelatihan di masa mendatang tidak hanya berfokus pada pengolahan makanan, tetapi diperluas ke bentuk pelatihan lain yang bersifat praktis seperti pengolahan limbah obat dalam rumah tangga, dagusibu serta banyak lainnya.

Pemberdayaan ibu merupakan faktor kunci dalam pencegahan dan penanggulangan stunting pada bayi dan balita. Ketika ibu memiliki kapasitas untuk mengambil keputusan dalam aspek sosial budaya, keluarga, dan gizi anak, mereka dapat lebih mandiri menentukan langkah terbaik bagi kesehatan dan pemenuhan nutrisi balita ([Lestari et al., 2025](#)). Ibu yang berdaya juga mampu mengelola pengetahuan

dan keuangan rumah tangga, sehingga dapat mengatur pembelian pangan, meningkatkan ketahanan pangan keluarga, serta memperbaiki keragaman konsumsi dan status gizi anak (Furqon et al., 2025). Karena itu, pemberdayaan ibu menjadi penggerak penting dalam peningkatan kesehatan dan gizi anak. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemberdayaan ibu berhubungan signifikan dengan kejadian stunting, menguatkan bahwa peran ibu yang berdaya sangat menentukan keberhasilan upaya pencegahan stunting (Diamond-Smith, Shieh, Puri, & Weiser, 2020; Kabir et al., 2020; Sihombing, Sunartono, & Ananti, 2024).

Tabel 1. Karakteristik Demografi Peserta

Karakteristik		Jumlah Subjek (n)	Persentase (%)
Usia	≤ 20 tahun	4	13,3
	21–30 tahun	13	43,3
	≥ 31 tahun	13	43,3
Pendidikan	SMP	8	26,7
	SMA	17	56,7
	S1	5	16,7
Pekerjaan	ART	3	10,0
	Honorar	9	30,0
	Pedagang	5	16,7
	Petani	6	20,0
	PNS	2	6,7
	Tidak bekerja	5	16,7
Pendapatan	<500.000	5	16,7
	>1.000.000-2.000.000	14	46,7
	>2.000.000	9	30,0
	500.000-1.000.000	2	6,7

Tabel 2. Skor Kepuasan Peserta

No	Pertanyaan	SP	P	CP	TP	STP	Total
1	Sikap ramah & sopan petugas	22	8	0	0	0	30
2	Kejelasan informasi	21	9	0	0	0	30
3	Metode penyampaian kegiatan	20	10	0	0	0	30
4	Media/teknologi yang digunakan	19	11	0	0	0	30
5	Kesiapan panitia	23	7	0	0	0	30
6	Demonstrasi pengolahan pangan lokal	10	18	2	0	0	30
7	Ketersediaan sarana prasarana	12	17	1	0	0	30
8	Ketersediaan konsumsi	25	5	0	0	0	30
9	Ketepatan waktu pelaksanaan	14	14	2	0	0	30
10	Kesempatan bertanya	21	9	0	0	0	30
Total		187	108	5	0	0	300
Persentase (%)		62,30%	36,00%	1,70%	0%	0%	100,00%

STP: Sangat Tidak Puas; TP: Tidak Puas; CP: Cukup Puas; P: Puas; SP: Sangat Puas



Gambar 2. Persentase Kepuasan Peserta



Gambar 3. Kegiatan Penyuluhan & Demonstrasi Pengolahan Pangan Lokal Kaya Zat Besi

4. Kesimpulan

4.1. Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan di Posyandu Tomeko A efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui edukasi gizi, demonstrasi pengolahan pangan lokal, dan distribusi leaflet. Tingginya partisipasi peserta serta nilai kepuasan “Sangat Puas” (mean score 4,61) menunjukkan bahwa materi yang diberikan relevan dan mudah dipahami. Kegiatan ini menegaskan bahwa pengetahuan ibu berperan penting dalam perilaku pencegahan stunting, sehingga edukasi gizi yang terstruktur dan berkelanjutan perlu terus dilakukan untuk mendukung peningkatan literasi kesehatan masyarakat.

4.2. Limitasi

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, tidak digunakannya kuesioner *pre-post-test* membuat penelitian ini tidak dapat menilai perubahan pengetahuan peserta secara kuantitatif, sehingga hasil hanya menggambarkan persepsi kepuasan, bukan peningkatan pemahaman. Kedua, penilaian berdasarkan kepuasan bersifat subjektif dan dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti kenyamanan acara atau preferensi pribadi peserta. Ketiga, kegiatan ini hanya melibatkan jumlah peserta yang terbatas dengan karakteristik demografis tertentu, sehingga hasilnya belum mewakili populasi yang lebih luas. Keempat, tidak adanya pemantauan lanjutan setelah kegiatan membuat dampak jangka panjang terhadap perilaku peserta tidak dapat diketahui.

4.3. Saran dan Studi Lanjutan

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan kuesioner *pre-post* untuk menilai perubahan pengetahuan secara objektif, melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan beragam, serta menambahkan metode evaluasi seperti observasi perilaku atau wawancara mendalam. Penggunaan indikator pengetahuan, sikap, dan praktik (KAP) juga dianjurkan agar dampak intervensi edukasi dapat diukur secara lebih komprehensif. Studi lanjutan disarankan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang dari program edukasi ini, dengan fokus pada perubahan pengetahuan dan perilaku terkait pencegahan stunting. Penggunaan pangan lokal lainnya yang kaya zat besi perlu dipertimbangkan sebagai alternatif yang lebih mudah diakses oleh masyarakat. Selain itu, penting untuk melibatkan kader posyandu dalam edukasi berkelanjutan guna memperluas penyuluhan gizi di komunitas, serta mengembangkan pendekatan berbasis teknologi untuk menjangkau lebih banyak masyarakat.

Kegiatan penyuluhan ini memiliki implikasi praktis yang penting bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Edukasi mengenai pencegahan stunting, pemenuhan gizi, dan pemanfaatan pangan lokal dapat menjadi acuan bagi kader posyandu, ibu hamil, dan keluarga dalam menerapkan pola makan yang lebih sehat di rumah. Demonstrasi pengolahan pangan lokal menunjukkan bahwa sumber zat besi dapat diolah dengan cara sederhana dan mudah diterapkan, sehingga berpotensi meningkatkan kepatuhan konsumsi pangan bergizi. Selain itu, peningkatan antusiasme dan literasi kesehatan peserta mengindikasikan bahwa metode edukasi partisipatif efektif untuk mendorong masyarakat menjadi agen perubahan di lingkungannya. Hasil kegiatan ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga kesehatan dan pemerintah desa dalam merancang program edukasi gizi berkelanjutan untuk mencegah stunting secara lebih komprehensif.

Ucapan Terima Kasih

Tim pelaksana mengucapkan terimakasih kepada Posyandu Tomeko A, Desa Penfui Timur sebagai mitra dalam kegiatan ini.

Referensi

- Akmatova, R., Dzhangaziev, B., Ebama, M. S., & Otorbaeva, D. (2024). Knowledge, Attitudes, and Practices (KAP) Towards Seasonal Influenza and Influenza Vaccine among Pregnant Women in Kyrgyzstan: A Cross-Sectional Study. *Vaccine*, 42(4), 1-7. doi:<https://doi.org/10.1016/j.vaccine.2023.12.020>
- Aletras, V., Chatzopoulos, S., Kalouda, M., Niakas, D., & Flokou, A. (2025). Patient Satisfaction Measurement: A Comparison of Likert and Item-Specific Response Options Scales. *Healthcare*, 13(23), 1-21. doi:<https://doi.org/10.3390/healthcare13233017>
- Amiri, M., Shahr-Roudi, E., Shahsavar, H., & Khosravi, A. (2025). Evaluation of Educational Services Quality and its Impact on Students' Satisfaction and Loyalty Based on Academic Quality Improvement Program (AQIP) Model. *BMC Medical Education*, 25(1), 1-9. doi:<https://doi.org/10.1186/s12909-025-07988-w>
- Bakhtiar, R., Muladi, Y., Tamaya, A., Utari, A., Yuliana, R., & Ariyanti, W. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Kepatuhan Ibu Hamil Anemia dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Lempake Kota Samarinda. *Jurnal Kedokteran Mulawarman*, 8(3), 78-88. doi:<http://dx.doi.org/10.30872/jkm.v8i3.6514>

- Diamond-Smith, N., Shieh, J., Puri, M., & Weiser, S. (2020). Food Insecurity and Low Access to High-Quality Food for Preconception Women in Nepal: The Importance of Household Relationships. *Public Health Nutrition*, 23(15), 2737-2745. doi:<https://doi.org/10.1017/S1368980020000579>
- Fadhli, R., Kasdin, & Yanti, R. (2024). Efektifitas Pemberian Puding Bayam Merah Terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri dengan Anemia di Pondok Pesantren Al Baaqiyatussa'diyah Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 13(1), 42-50. doi:<https://doi.org/10.35328/keperawatan.v13i1.2636>
- Firdawati, F., Zukryandry, Z., Vidyarini, A., & Verdini, L. (2025). Pemberdayaan Wanita Nelayan Wai Muli Timur melalui Pengolahan Nugget Ikan Tanjan. *Yumary: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2), 459-469. doi:<https://doi.org/10.35912/yumary.v6i2.5447>
- Furqon, I., Afifah, A., Oktavianti, A., Azizah, A. N., Harlinda, A., Martha Fadila, B., . . . Wiyono, K. (2025). Pelatihan Pemanfaatan Bunga Telang menjadi Minuman Herbal bersama PKK Desa Sungai Buaya. *Yumary: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2), 577-585. doi:<https://doi.org/10.35912/yumary.v6i2.4626>
- Galvin, L., Verissimo, C. K., Ambikapathi, R., Gunaratna, N. S., Rudnicka, P., Sunseri, A., . . . Sando, M. M. (2023). Effects of Engaging Fathers and Bundling Nutrition and Parenting Interventions on Household Gender Equality and Women's Empowerment in Rural Tanzania: Results from EFFECTS, a Five-Arm Cluster-Randomized Controlled Trial. *Social Science & Medicine*, 324, 1-13. doi:<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2023.115869>
- Kabir, A., Rashid, M. M., Hossain, K., Khan, A., Sikder, S. S., & Gidding, H. F. (2020). Women's Empowerment is Associated with Maternal Nutrition and Low Birth Weight: Evidence from Bangladesh Demographic Health Survey. *BMC women's health*, 20(1), 1-12. doi:<https://doi.org/10.1186/s12905-020-00952-4>
- Kemenkes. (2022). *Keluarga Bebas Stunting*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2024). *Membentengi Anak dari Stunting*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. (2025). SSGI 2024: Prevalensi Stunting Nasional Turun Menjadi 19,8%. Retrieved from <https://kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi-198>
- Kobilke, L., & Markiewicz, A. (2024). Understanding Youth Participation in Social Media Challenges: A Scoping Review of Definitions, Typologies, and Theoretical Perspectives. *Computers in human behavior*, 157, 1-12. doi:<https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108265>
- Kubeka, Z., & Modjadji, P. (2023). Association of Stunting with Socio-Demographic Factors and Feeding Practices among Children under Two Years in Informal Settlements in Gauteng, South Africa. *Children*, 10(8), 1-15. doi:<https://doi.org/10.3390/children10081280>
- Kusbudiyanto, L., Kurniawan, D., & Samputra, P. L. (2023). Evaluasi Tingkat Kepuasan Masyarakat Terhadap Pelayanan Publik di Dinas Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kota Bekasi. *JANE-Jurnal Administrasi Negara*, 15(1), 55-63. doi:<https://doi.org/10.24198/jane.v15i1.20958>
- Lestari, I. R., Oktaviani, R. F., Rahmat, H. K., Akilah, M., Nayadi, A., Setiawati, S., & Amelia, R. (2025). Ibu-Bijak: Teknologi Penganggaran dalam Memenuhi Gizi untuk Pencegahan Stunting di Kota Tangerang. *Yumary: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2), 553-568. doi:<https://doi.org/10.35912/yumary.v6i2.5598>
- Likhar, A., & Patil, M. S. (2022). Importance of Maternal Nutrition in the First 1,000 Days of Life and Its Effects on Child Development: A Narrative Review. *Cureus*, 14(10), 1-6. doi:<https://doi.org/10.7759/cureus.30083>
- Masnia, M., Saputri, V., Kamsurya, R., & Tuhu, D. M. S. (2025). Peningkatan Literasi Numerasi Siswa SMA Melalui Pembinaan AKM untuk Mencapai Sekolah Berkualitas. *Yumary: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2), 437-449. doi:<https://doi.org/10.35912/yumary.v6i2.3231>
- Mutiara, E. S., Manalu, L., Klise, R. E., Aginta, S., Aini, F., & Rusmalawaty, R. (2023). Analisis Pemberian Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil di Puskesmas: Studi Literature Review. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(2), 125-135. doi:<https://doi.org/10.14710/mkmi.22.2.125-135>
- Nigatu, A., Abdureshid, N., Abate, S., Dagne, I., & Oumer, A. (2024). Undernutrition and Determinants Among Adolescent Street Children in Diredawa City, Eastern Ethiopia: Vulnerability Assessment. *Nutrition*, 119, 1-7. doi:<https://doi.org/10.1016/j.nut.2023.112307>

- Nyarko, M. J., Rooyen, D. R. v., & Ham-Baloyi, W. t. (2024). Preventing Malnutrition within the First 1000 Days of Life in Under-Resourced Communities: An Integrative Literature Review. *Journal of Child Health Care*, 28(4), 898-913. doi:<https://doi.org/10.1177/13674935231166427>
- Octavia, L., Wirawan, N. N., Nirmala, I. R., Sudarma, V., Liman, P. B., Rahardjo, W., & Nurdiani, R. (2025). Utilizing Local Food Sources in a Sustainable Healthy Diet System and Psychosocial Care to Reduce Malnutrition. *Pediatric Gastroenterology, Hepatology & Nutrition*, 28(2), 135-140. doi:<https://doi.org/10.5223/pghn.2025.28.2.135>
- Saleh, A., Syahrul, S., Hadju, V., Andriani, I., & Restika, I. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting: a Systematic Review. *Gaceta sanitaria*, 35(2), 576-582. doi:<https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.087>
- Sari, E., Radhia, M. Z., & Zaini, H. (2025). The Effect of Red Spinach Juice on Hemoglobin Levels in Pregnant Women: A Randomized Controlled Trial. *Sriwijaya Journal of Obstetrics and Gynecology*, 3(1), 11-21. doi:<https://doi.org/10.59345/sjog.v2i2.147>
- Sari, K., & Sartika, R. A. D. (2021). The Effect of the Physical Factors of Parents and Children on Stunting at Birth Among Newborns in Indonesia. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 54(5), 309-316. doi:<https://doi.org/10.3961/jpmph.21.120>
- Sihombing, R., Sunartono, S., & Ananti, Y. (2024). Pemberdayaan Kader dan Edukasi Pada Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Pasaribu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(4), 926-930. doi:<https://doi.org/10.59837/jpmmba.v2i4.923>
- Simanjuntak, B. Y., Haya, M., Suryani, D., Khomsan, A., & Ahmad, C. A. (2019). Maternal Knowledge, Attitude, and Practices about Traditional Food Feeding with Stunting and Wasting of Toddlers in Farmer Families. *Kesmas: National Public Health Journal*, 14(2), 58-64. doi:<https://doi.org/10.21109/kesmas.v14i2.2712>
- Siregar, N., Nurachma, E., & Raihanah, S. (2023). The Effect of Pregnant Mother Assistance on Stunting Prevention Behavior. *Healthcare in Low-Resource Settings*, 11(2), 1-6. doi:<https://doi.org/10.4081/hls.2023.11728>
- Siregar, R. J., Harahap, M. L., & Suryani, E. (2024). Determinants of Stunting Among Children Under Five Years in Indonesia: Evidence from the 2021-2022 Demographic and Health Survey. *International Journal of Public Health Excellence (IJPHE)*, 3(2), 666-676. doi:<https://doi.org/10.55299/ijphe.v3i2.794>
- Siregar, T., Ritanti, R., Permatasari, I., & Utari, D. (2025). Pemberdayaan Perempuan Baduy Luar dengan Calistung dan Edukasi Kesehatan Untuk Mencapai Sejahtera. *Yumary: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 6(2), 373-383. doi:<https://doi.org/10.35912/yumary.v6i2.3636>
- Solang, M., Baderan, D. W. K., & Kumaji, S. S. (2019). Pemberdayaan Masyarakat dalam Penanganan Balita Stunting Melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Sumber Protein dan Zink Berbasis Kerang di Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 25(2), 85-90. doi:<https://doi.org/10.24114/jpkm.v25i2.14517>
- Tsega, T. D., Alene, T., Kebede, Y. N., Kebede, A. M., Yizengaw, M. A., Dessie, T. M., . . . Damitie, Y. (2024). Time to Initiate Complementary Feeding and its Predictors among Primipara Mothers Who Have Infants Aged 6–12 Months in the Awi Zone, Northwest Ethiopia. *Heliyon*, 10(8), 1-13. doi:<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e29663>
- UNICEF. (2021). Maternal Nutrition and Complementary Feeding: Southeast Asia Regional Report. Retrieved from <https://www.unicef.org/eap/reports/maternal-nutrition-and-complementary-feeding>
- WHO. (2025). Levels and Trends in Child Malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates: Key Findings of the 2025 Edition. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240112308>
- Yarmaliza, Farisni, T. N., Fitriani, Reynaldi, F., Zakiyuddin, Fadillah, M., . . . Syahputri, V. N. (2024). Local Functional Food: Stunting Prevention in Toddlers. *Canrea Journal: Food Technology, Nutritions, and Culinary Journal*, 7(1), 43-53. doi:<https://doi.org/10.20956/canrea.v7i1.1016>

- Young, M. F., Nguyen, P. H., Gonzalez Casanova, I., Addo, O. Y., Tran, L. M., Nguyen, S., . . . Ramakrishnan, U. (2018). Role of Maternal Preconception Nutrition on Offspring Growth and Risk of Stunting Across the First 1000 Days in Vietnam: A Prospective Cohort Study. *Plos One*, 13(8), 1-13. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0203201>
- Zufriady, Z., Marconi, A. P., Adam, B. I. F., Zikri, K., Darmaneva, N. R., Azizah, N. R., . . . Sahbani, V. (2023). Pengabdian Pengabdian Masyarakat Melalui Sosialisasi Pencegahan Stunting di Desa Lubuk Agung. *Jurnal Pengabdian Multidisiplin*, 3(1), 1-5. doi:<https://doi.org/10.51214/japamul.v3i1.365>