

## PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU BALITA TENTANG *STUNTING* MELALUI EDUKASI TERSTRUKTUR DI DESA PONDOK: STUDI PRE-TEST DAN POST-TEST

Luthfia Nur Safira<sup>1\*</sup>, Agil Setia Putri<sup>1</sup>, Dwi Bayu Saputro<sup>2</sup>, Anida Nasywa Salsabila<sup>3</sup>, Ayu Wulan Dari<sup>4</sup>, Alya Anugrahayu Brilianti<sup>4</sup>, Vina Astuti<sup>2</sup>, Andi Muhammad Zaki<sup>3</sup>, Sudrajah Warajati Kisnawaty<sup>1</sup>, Adisty Rose Artistin<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Ilmu Gizi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup>Prodi Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup>Prodi Fisioterapi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

<sup>4</sup>Prodi Kesehatan Masyarakat/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

\*Email: [j310220188@student.ums.ac.id](mailto:j310220188@student.ums.ac.id)

### Abstrak

Permasalahan mitra dalam kegiatan pengabdian ini adalah tingginya angka stunting di Desa Pondok, Kecamatan Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah, dan kurangnya pengetahuan ibu balita tentang stunting, pencegahannya, yang berdampak pada kurang optimalnya praktik pemberian MP-ASI dan pemantauan tumbuh kembang anak. Solusi yang ditawarkan adalah edukasi terstruktur melalui ceramah interaktif dan media edukasi berupa poster serta power point, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu balita terkait pencegahan stunting. Metode yang digunakan yaitu pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan, sebanyak 30 peserta ibu balita menjadi sasaran pada kegiatan ini. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dari 81,32% pada pre-test menjadi 92,44% pada post-test, dengan selisih 11,12%. Evaluasi kegiatan menunjukkan antusiasme tinggi dari peserta dan peningkatan pemahaman yang diharapkan mampu mendorong perubahan perilaku terkait gizi anak dan pencegahan stunting. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah edukasi terstruktur terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang stunting. Saran untuk keberlanjutan kegiatan ini adalah penguatan jejaring edukasi berbasis komunitas agar ibu-ibu dapat menjadi agen informasi di lingkungannya

**Kata Kunci:** edukasi gizi; ibu balita; MP-ASI; stunting

### Abstract

*The problem faced by partners in this community service activity is the high rate of stunting in Pondok Village, Grogol District, Sukoharjo, Central Java, and the lack of knowledge among mothers of toddlers about stunting and its prevention, which has an impact on the suboptimal practice of complementary feeding and monitoring of child growth and development. The proposed solution is structured education through interactive lectures and educational materials such as posters and power point presentations, aimed at enhancing mothers knowledge and awareness regarding stunting prevention. The method used was a pre-test and post-test to measure the increase in knowledge, as many as 30 participants who were mothers of toddlers were targeted in this activity. The results showed an average increase in participants knowledge scores from 81,32% in the pre-test to 92,44% in the post-test, a difference of 11,12%. The evaluation of the activity revealed high enthusiasm among participants and an improvement in understanding, which is expected to encourage behavioral changes related to child nutrition and stunting prevention. The conclusion of this activity is that structured education has proven effective in increasing the knowledge of mothers of toddlers about stunting. Suggestions for the sustainability of this activity are strengthening community-based education networks so that mothers can become information agents in their environment.*

**Keywords:** nutrition education; mother of young children; complementary feeding; stunting

### PENDAHULUAN

Stunting merupakan isu kesehatan yang tak hanya mencerminkan masalah gizi anak, namun juga menjadi indikator kegagalan pembangunan manusia di suatu wilayah (1). Stunting dapat disebabkan karena asupan makan yang kurang

mencukupi kebutuhan, berat badan lahir rendah (BBLR), pemberian ASI eksklusif, dan adanya riwayat penyakit infeksi (2). Di balik tubuh anak yang lebih pendek dari tinggi rata-rata usianya, tersimpan kisah panjang mengenai ketidakseimbangan asupan nutrisi, kurangnya

pemahaman orang tua terhadap pola asuh sehat, serta asupan nutrisi yang harus diperhatikan selama periode kehamilan.

Pada masa kehamilan, kebutuhan gizi ibu mengalami peningkatan. Karena itu, ibu hamil perlu memperhatikan secara khusus jenis makanan yang dikonsumsi setiap hari. Menu yang dikonsumsi sebaiknya mengandung gizi yang seimbang, yaitu memenuhi kebutuhan tubuh ibu sekaligus mendukung pertumbuhan serta perkembangan janin dalam kandungan (3).

Balita yang baru lahir dan mengalami kekurangan gizi berisiko mengalami gangguan baik secara fisik maupun mental. Jika gangguan ini terjadi pada usia bayi atau anak-anak, akan sulit untuk diperbaiki dan bisa berdampak buruk terhadap pertumbuhan serta perkembangan mereka di masa depan (4). Kekurangan gizi pada anak dapat meningkatkan risiko kematian, mengganggu perkembangan otak, serta berdampak pada kesehatan mereka saat memasuki masa remaja hingga dewasa. Setiap tahun, lebih dari sepertiga kematian anak di dunia disebabkan oleh masalah gizi buruk. Salah satu faktor utama gangguan gizi pada balita adalah kurangnya pemahaman ibu tentang pentingnya asupan gizi dan perawatan kesehatan anak. Maka dari itu, pengetahuan orang tua, terutama ibu mengenai gizi dan kesehatan sangat berperan penting dalam menentukan baik atau buruknya status gizi balita. Semakin baik pemahaman orang tua, maka semakin besar peluang anak untuk tumbuh sehat dan optimal (5).

Fenomena ini tidak bisa dianggap remeh, karena dampaknya meluas hingga memengaruhi perkembangan kognitif anak, prestasi belajar, ketahanan fisik, serta produktivitas di usia dewasa. Dalam konteks pembangunan jangka panjang, stunting menjadi hambatan bagi

pencapaian kualitas sumber daya manusia yang unggul.

Meskipun tren nasional menunjukkan penurunan prevalensi stunting dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,5% pada tahun 2023, dan kembali turun menjadi 19,8% pada 2024, angka tersebut masih melampaui batas toleransi yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), yaitu 20% (11). Sementara itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dalam Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Stunting menetapkan target ambisius untuk menurunkan prevalensi stunting menjadi kurang dari 14% pada tahun 2024 (12). Target ini tentunya membutuhkan kerja sama lintas sektor, serta pendekatan yang menyentuh langsung ke akar masalah di tingkat keluarga dan komunitas, terutama di wilayah-wilayah pedesaan.

Angka prevalensi stunting di Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2024 menurut data SSGI berkisar 14,57%, angka ini menunjukkan penurunan yang bagus dibanding tahun-tahun sebelumnya (10). Pemerintah daerah terus berusaha mengurangi angka stunting melalui berbagai program intervensi, termasuk perbaikan gizi dan kesadaran masyarakat. Sedangkan di Desa Pondok di Kecamatan Grogol, Sukoharjo, Jawa Tengah, tercatat sebagai desa dengan angka stunting di atas rata-rata daerah dengan persentase 5,03% dari jumlah populasi 457 balita. Warga desa ini umumnya bekerja sebagai buruh tani atau pekerja informal ekonomi mereka masih tergolong menengah ke bawah sehingga akses ke pangan bergizi terbatas, dan pengetahuan ibu-ibu balita tentang nutrisi dan pencegahan stunting masih minim. Hasil pemetaan awal dan diskusi dengan kader serta bidan desa menunjukkan kelemahan pemahaman tentang masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK),

tubuh pendek yang dianggap warisan genetik, dan ketidaktahuan praktis tentang praktik pemberian MP-ASI yang sesuai usia dan kebutuhan gizi.

Pengetahuan ibu mengenai 1000 hari pertama kehidupan merupakan satu hal yang penting untuk dimiliki oleh seorang ibu agar dapat mencukupi nutrisi anaknya. Ibu memiliki peran dalam proses pertumbuhan serta perkembangan anaknya, dimulai dari pengasuhan yang tepat hingga memberikan asupan makan sesuai kebutuhan anaknya. Pengetahuan ibu yang baik pada masa 1000 PHK dapat menghasilkan sikap ibu yang dapat mempengaruhi perilaku ibu merawat anaknya, sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi pada balita terutama stunting (6).

Dengan latar tersebut, edukasi terstruktur menjadi sangat strategis. Metode yang digunakan akan menggabungkan ceramah interaktif, demonstrasi menu lokal bergizi seperti olahan tempe, ikan lokal, telur serta penggunaan media kontelektual (power point, poster). Setiap peserta (ibu balita) akan mengikuti pre-test untuk mengukur pengetahuan awal, mendapatkan materi edukasi dalam beberapa sesi, dan diakhiri post-test (7).

Kegiatan program edukasi ini dirancang sebagai kolaborasi antara akademisi, kader posyandu, bidan desa Pondok, pemerintah desa, serta masyarakat lokal. Diharapkan dapat memenuhi target capaian meliputi tiga aspek utama: pertama, skor pengetahuan ibu menunjukkan peningkatan minimal 20 poin (misalnya 50 ke 70) antara pre dan post-test, kedua, terjadi peningkatan frekuensi posyandu bulanan dari rata-rata 50% ke 80%, ketiga, praktik pemberian MP-ASI lebih bervariasi dan sesuai kategori gizi seimbang meningkat setidaknya 60%. Pencapaian ini akan diukur

menggunakan kuesioner, catatan posyandu, dan tanya jawa pasca intervensi.

Secara nasional, program ini menjadi bagian dari strategi percepatan penurunan stunting yang diinisiasi oleh Kemenkes, sejalan dengan penekanan pada intervensi gizi spesifik (protein hewani, suplementasi mikronutrien) dan sensitif (pemberdayaan ekonomi keluarga, pendidikan gizi ibu) sebagai upaya menyongsong target <14% pada 2029.

Target dari kegiatan ini tidak hanya terbatas pada peningkatan skor pengetahuan ibu antara sebelum dan sesudah edukasi, tetapi juga diharapkan dapat membentuk pola pikir baru dalam keluarga tentang pentingnya tumbuh kembang anak yang optimal. Tingkat pengetahuan gizi pada seseorang juga mempengaruhi terhadap perilaku serta sikap. Pengetahuan yang baik tentang gizi diharapkan dapat mendorong pemilihan makanan yang bergizi, sehingga bisa mengarah pada status gizi anak yang optimal (8). Selain itu, kegiatan ini diharapkan menjadi pemicu terbentuknya jejaring edukasi berbasis komunitas di Desa Pondok, di mana ibu-ibu yang sudah mendapatkan pemahaman dapat menjadi agen informasi bagi lingkungan sekitarnya.

## **METODE**

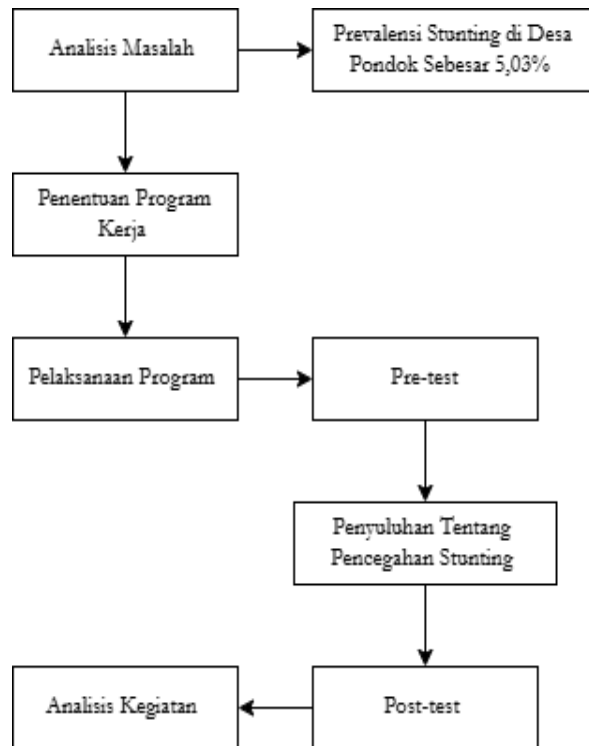
## **PELAKSANAAN**

### **PENGABDIAN**

Kegiatan dilaksanakan di Desa Pondok, Kecamatan Grogol, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah. Sasaran pada kegiatan ini yaitu ibu yang memiliki balita di Desa Pondok yang dihadiri sebanyak 30 orang. Kegiatan ini menggunakan metode berupa penyuluhan selama 90 menit bertempat di Aula Balai Desa Pondok. Penyuluhan disampaikan dengan cara ceramah menggunakan media power point dan poster. Instrument yang digunakan yaitu

kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan ibu balita terkait stunting.

Tahapan dalam pelaksanaan penyuluhan tersaji pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Tahapan Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, dimulai dari analisis masalah yang mengidentifikasi prevalensi stunting di Desa Pondok sebesar 5,03%. Berdasarkan temuan tersebut, ditentukan program kerja berupa penyuluhan tentang pencegahan stunting. Pelaksanaan program diawali dengan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta, terdiri dari 15 soal dengan waktu pengerjaan 15 menit. Selanjutnya, dilakukan penyuluhan selama 20 menit yang mencakup materi mengenai pengertian stunting, faktor penyebab, dampak dan gejala stunting, cara pencegahan, pengertian gizi seimbang, serta contoh menu

MP-ASI yang bersumber dari pedoman Kementerian Kesehatan. Setelah penyuluhan, peserta mengikuti post-test dengan soal dan durasi pengerjaan yang sama untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan. Hasil pre-test dan post-test dianalisis untuk mengukur efektivitas program penyuluhan dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pencegahan stunting.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan tentang pencegahan stunting diselenggarakan di Desa Pondok, Kecamatan Grogol, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 11 Juni 2025 dengan sasaran utama yaitu para ibu yang memiliki balita. Kegiatan ini dilaksanakan dengan dukungan dan kerja sama dari Bidan Desa Pondok. Untuk mengukur efektivitas penyuluhan, para peserta diminta untuk mengisi pre-test sebelum materi disampaikan dan post-test setelah materi diberikan, sebagai alat ukur peningkatan pengetahuan yang menjadi indikator utama keberhasilan kegiatan.

Sebelum sesi penyampaian materi dimulai, peserta diberikan poster yang memuat ringkasan informasi utama dari materi yang akan disampaikan. Materi dalam kegiatan penyuluhan mencakup pengertian stunting, berbagai faktor penyebab stunting, dampak dan gejala stunting, cara pencegahan stunting, sedikit pengertian gizi seimbang dan contoh menu MP-ASI.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang digunakan untuk menilai tingkat keberhasilan peningkatan pengetahuan terkait pencegahan stunting pada 30 peserta, diperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 1.** Hasil Nilai Pre-test dan Post-test

Pengetahuan	Jumlah Peserta	Rata-rata (%)
Pre-test	30	81,32
Post-test	30	92,44



**Gambar 2.** Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan Pencegahan Stunting



**Gambar 3.** Dokumentasi Pengisian Kuesioner Pre-test dan Post-test

Berdasarkan Tabel 1. menunjukkan hasil bahwa peserta sebelum menerima materi penyuluhan mengenai stunting, rata-rata skor

pengetahuan yang diperoleh adalah 81,32%. Setelah dilakukan penyuluhan, terjadi peningkatan dengan rata-rata skor pengetahuan

yang lebih tinggi, yaitu sebesar 92,44%. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tadale pada tahun 2021, yang mengungkapkan adanya peningkatan skor pengetahuan ibu setelah diberikan penyuluhan (9). Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilaksanakan terbukti berhasil secara efektif meningkatkan pengetahuan peserta tentang pencegahan stunting dengan peningkatan skor rata-rata sebesar 11,12%. Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting di Desa Pondok.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di Desa Pondok berhasil meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang stunting. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 81,32% pada saat pre-test menjadi 92,44% pada saat post-test, dengan selisih sebesar 11,12%. Materi yang disampaikan melalui metode ceramah interaktif dan media edukatif seperti power point dan poster terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu terhadap pengertian stunting, faktor penyebab, dampak, serta upaya pencegahannya. Tingginya antusiasme peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan ini diterima dengan baik dan memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan kesadaran pentingnya gizi dan pemantauan tumbuh kembang anak.

Saran yang dapat diberikan yaitu kegiatan edukatif seperti ini perlu dilaksanakan secara berkala dan berkelanjutan agar pemahaman masyarakat, khususnya ibu balita, terus meningkat dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Perlu dibentuk jejaring edukasi berbasis komunitas, seperti kader ibu-ibu yang telah mendapatkan edukasi, agar dapat menjadi agen informasi dan perubahan di

lingkungannya masing-masing. Disarankan adanya kolaborasi yang lebih luas antara tenaga kesehatan, pemerintah desa, dan tokoh masyarakat untuk mendukung program pencegahan stunting secara lebih terintegrasi, serta perlu adanya sistem pemantauan pertumbuhan anak secara berkala di posyandu yang didampingi dengan edukasi gizi agar perubahan perilaku benar-benar terwujud dalam jangka panjang.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kami mengucapkan terima kasih kepada Pemerintah Desa Pondok beserta jajarannya serta Bidan Desa Pondok atas dukungan penuh yang telah memastikan kelancaran pelaksanaan program ini. Apresiasi yang juga kami sampaikan kepada ibu-ibu balita Desa Pondok yang telah meluangkan waktu dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan. Ucapan terima kasih juga kami tujukan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) atas dukungan yang diberikan berupa materi, sarana, dan prasarana yang sangat membantu kelancaran kegiatan pengabdian ini. Selain itu, kami juga menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses pelaksanaan kegiatan, sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik dan mencapai tujuan yang diharapkan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Sahroji QN, Hidayat R, Nababan R. Implementasi Kebijakan Dinas Kesehatan Dalam Penanganan Stunting Di Kabupaten Karawang. *J Pemerintah dan Polit.* 2022;7(1). <https://doi.org/10.36982/jpg.v7i1.1983>
2. Kisnawaty SW, Viviandita J, Pramitajati I. Hubungan Sikap Ibu Balita Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Kota Wonogiri. *Pontianak Nutr J.* 2022;5(2):240–4. <https://doi.org/10.30602/pnj.v5i2.1083>
3. Kartinawati KT. Penyuluhan Gizi Seimbang pada Ibu Hamil untuk Pencegahan Stunting di Desa Ban, Karangasem, Bali. *Warmadewa Minesterium Med J.* 2022;1(2):39–44. <https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wmmj/article/download/4979/3588>
4. Wigati A, Sari FYK, Suwanto T. Pentingnya edukasi gizi seimbang untuk pencegahan stunting pada balita. *J Abdimas Indones.* 2022;4(2):155–62. <https://doi.org/10.26751/jai.v4i2.1677>
5. Fitria F, Sudiarti T. Pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan gizi dan kesehatan pada ibu balita di Mampang, Depok. *J Gizi Kerja Dan Produkt.* 2021;2(1):9–14. <https://dx.doi.org/10.62870/jgkp.v2i1.10329>
6. Khoirunnisa A, Kisnawaty SW, Firmansyah F. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dengan Kejadian Stunting Pada Balita di Wilayah Puskesmas Gilingan. *Ranah Res J Multidiscip Res Dev.* 2025;7(4):2365–72. <https://doi.org/10.38035/rrj.v7i4.1625>
7. Martadinata UH. Peningkatan Pemahaman Stunting Bagi Ibu dengan Balita di Puskesmas Tanjung Baru. *Proficio.* 2025;6(1):205–10. <https://doi.org/10.36728/jpf.v6i1.4144>
8. Rohayati R, Aprina A. Pengaruh penyuluhan partisipatif untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang penerapan gizi seimbang dalam penanggulangan stunting. *J Kesehat.* 2021;12(2):287–93. <https://scholar.archive.org/work/bsyvrbyprhzzefd46rwokjmui/access/wayback/http://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK/article/download/2830/1370>
9. Tadale DL, Ramadhan K, Nurfatimah N. Peningkatan pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang balita untuk mencegah stunting melalui penyuluhan. *Community Empower.* 2021;6(1):48–53. <https://doi.org/10.31603/ce.4379>
10. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Survei Status Gizi Indonesia 2024 [Internet]. Jakarta: 2025. Available from: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2024/>
11. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Situasi dan Analisis Stunting Tahun 2024. Jakarta:2025.
12. Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia. Situasi dan Analisis Stunting Tahun 2024. Jakarta: 2025.