

EDUKASI GIZI DAN TUMBUH KEMBANG ANAK SERTA PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) PADA IBU RUMAH TANGGA DI DESA KUDU BAKI SUKOHARJO

Shafira Eka Damayanti^{1*}, Noor Izra Firmansyah², Khansa Ulfiya Nu'ma Emarin³, Vivin Dwi Febriyanti⁴, Fihlia Hardiyantika⁵, Fiana Rosalia Putri⁶, Nimas Zuhufana⁷, Mahatma Dewi⁸, Haniifah Husni Zaa'idah⁹, Nurlita Buana Jati¹⁰, Diana Dwika Puspitasari¹¹, Furqon Mahendra¹², Ekan Faozi¹³, Dwi Astuti¹⁴, Diah Pebriani¹⁵

^{1,5,7,13}Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{2,3,12}Ilmu Gizi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{4,6,11}Fisioterapi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

^{8,9,10,14}Kesehatan Masyarakat/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

¹⁵Puskesmas Baki, Kabupaten Sukoharjo

*Email: j210220063@student.ums.ac.id

Abstrak

Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang masih sering dijumpai di Indonesia, termasuk di Desa Kudu, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo. Salah satu penyebabnya adalah rendahnya pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi dan stimulasi tumbuh kembang anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang dan tumbuh kembang anak melalui penyuluhan kesehatan dan demonstrasi pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Kegiatan menggunakan desain *one group pre-test post-test* dan melibatkan 17 ibu balita. Intervensi dilakukan melalui penyuluhan dan praktik demonstratif pembuatan PMT. Evaluasi dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan gizi balita dan pengolahan PMT. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam skor pengetahuan gizi (dari 76,96 menjadi 88,24; $p=0,001$) dan pengetahuan pengolahan PMT (dari 74,02 menjadi 87,26; $p=0,000$). Dapat disimpulkan bahwa pendekatan edukatif ini efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu dan berpotensi mendukung upaya pencegahan stunting di tingkat komunitas. Untuk menjaga keberlanjutan program, disarankan agar kegiatan ini menjadi bagian dari agenda rutin Posyandu.

Kata Kunci: Gizi seimbang; Penyuluhan kesehatan; PMT; Stunting; Tumbuh kembang anak.

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that is still often found in Indonesia, including in Kudu Village, Baki Subdistrict, Sukoharjo District. One of the causes is the low knowledge of mothers regarding nutritional needs and stimulation of child growth and development. This community service activity aims to increase the knowledge of mothers of toddlers about balanced nutrition and child development through health counseling and demonstration of making Supplementary Feeding (PMT). The activity used a one group pre-test post-test design and involved 17 mothers of toddlers. The intervention was conducted through counseling and demonstrative practice of making PMT. Evaluation was conducted using a toddler nutrition knowledge questionnaire and PMT processing. Results showed significant improvements in nutrition knowledge scores (from 76.96 to 88.24; $p=0.001$) and PMT processing knowledge (from 74.02 to 87.26; $p=0.000$). It can be concluded that this educational approach is effective in improving mothers' knowledge and has the potential to support stunting prevention efforts at the community level. To maintain the sustainability of the program, it is recommended that this activity be part of the routine agenda of the Posyandu.

Keywords: Balanced nutrition; Health counseling; PMT; Stunting; Child growth and development.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan pada anak balita yang dipicu oleh kekurangan gizi kronis sejak masa awal kehidupan, terutama dalam 1000 hari pertama, serta dapat dipengaruhi oleh stimulasi perkembangan dan infeksi berulang yang tidak

tertangani secara optimal (1). Kondisi ini tidak hanya berdampak pada perkembangan tubuh anak, tetap juga berpotensi mengganggu perkembangan kognitif dan metabolisme tubuh (2). Dalam jangka pendek, anak dengan stunting memiliki risiko lebih tinggi mengalami keterlambatan perkembangan otak yang dapat

berdampak pada kemampuan belajar serta gangguan pertumbuhan fisik (3). Sementara itu, prevalensi stunting pada balita mencapai 21,3% (2). Sedangkan di Indonesia sebesar 21,5% pada tahun dalam jangka panjang stunting dapat meningkatkan kerentanan terhadap penyakit tidak menular di usia dewasa, seperti penyakit jantung, osteoporosis, dan diabetes melitus yang turut berkontribusi terhadap peningkatan angka morbiditas di populasi terdampak (2,4).

Berdasarkan data global, 2023 menurut Survei Kesehatan Indonesia (5). Di tingkat lokal, prevalensi stunting di Kabupaten Sukoharjo tercatat sebesar 6,7%, dengan Kecamatan Baki menyumbang sebesar 2,1% dari total kasus tersebut (6). Data ini menunjukkan bahwa meskipun angka di tingkat kecamatan relatif lebih rendah dibandingkan rata-rata nasional, stunting tetap menjadi isu prioritas karena dampaknya terhadap kualitas hidup dan potensi perkembangan anak di masa depan.

Beberapa faktor risiko yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting antara lain meliputi status gizi yang tidak optimal, khususnya pada masa pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI (7). Asupan gizi yang tidak mencukupi selama masa tumbuh kembang anak dapat dipengaruhi oleh berbagai aspek, termasuk tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi dan kesehatan (8). Penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (9), menunjukan bahwa ibu memiliki peran penting dalam penyediaan makanan bergizi yang sesuai dengan kebutuhan anak, yang berkontribusi langsung terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan. Peran ibu dimulai dari masa kehamilan, mencakup pemenuhan gizi ibu dan janin, hingga pemberian MP-ASI yang tepat sebagai pendamping ASI pada bayi (10). Beberapa studi menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu yang rendah berkorelasi dengan praktik pemberian makan yang kurang

sesuai, yang pada akhirnya meningkatkan risiko terjadinya stunting (11–13). Oleh karena itu, upaya peningkatan literasi gizi pada ibu menjadi komponen penting dalam intervensi pencegahan stunting.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan Bidan Desa, diketahui bahwa di Desa Kudu, Kecamatan Baki, tercatat sebanyak 19 dari 224 balita mengalami stunting. Kondisi ini menunjukkan bahwa stunting masih menjadi isu kesehatan prioritas yang memerlukan intervensi berbasis komunitas.. Merujuk pada hasil wawancara dengan Bidan Desa, salah satu faktor penyebab yang dominan adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu mengenai prinsip gizi seimbang dan pentingnya stimulasi tumbuh kembang anak sejak dini. Beberapa ibu diketahui memiliki kebiasaan memberikan makanan yang kurang bervariasi dan rendah kandungan gizi. Sedangkan proses tumbuh kembang pada anak harus terpenuhi secara optimal, terutama pada saat anak memasuki *golden age* 3 – 6 tahun yang merupakan periode kritis pada masa tumbuh kembang anak (14).

Berdasarkan temuan dalam studi pendahuluan, tim pengabdian merancang intervensi yang ditujukan kepada ibu yang memiliki anak balita di Desa Kudu untuk meningkatkan pengetahuan terkait tumbuh kembang anak, status gizi, serta pengelolaan makanan bergizi sebagai upaya mendukung optimalisasi perkembangan anak. Untuk mencapai tujuan tersebut, diperlukan pendekatan edukatif melalui penyuluhan kesehatan mengenai tumbuh kembang anak, pemenuhan gizi seimbang, serta demonstrasi pembuatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang aplikatif dan sesuai dengan potensi pangan lokal. Melalui kegiatan ini, diharapkan terjadi peningkatan literasi gizi dan kesadaran orang tua, khususnya ibu, yang pada akhirnya dapat berkontribusi dalam menurunkan risiko

kejadian stunting di Desa Kudu.

METODE

PELAKSANAAN

PENGABDIAN

Dalam rangka menangani masalah yang muncul di Desa Kudu yaitu kurangnya pengetahuan ibu mengenai tumbuh kembang dan gizi seimbang anak, maka akan diberikan solusi melalui pendekatan pengabdian masyarakat menggunakan desain *One Group Pre- test Post-test*. Kegiatan diikuti sebanyak 17 ibu yang memiliki balita dengan tumbuh kembang yang kurang optimal (stunting) di Desa Kudu Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. Media penyuluhan berupa *powerpoint* dengan materi tumbuh kembang dan gizi seimbang anak, brosur mengenai proses pembuatan PMT, video tutorial membuat PMT, dan demonstrasi PMT yang dilakukan secara langsung. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu yang berkaitan dengan efektifitas penyuluhan adalah kuesioner pengetahuan gizi balita dan kuesioner pengolahan PMT. Mekanisme pengisian kuesioner dilakukan dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom “Benar” atau “Salah” untuk setiap pernyataan. Setiap jawaban benar diberikan skor 1, sedangkan jawaban salah diberi skor 0. Skor per individu akan di total, dibagi dengan jumlah soal, lalu dikalikan 100. Skor akhir ini digunakan untuk menganalisis perbedaan antara nilai pre-test dan post-test dalam rangka mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah diberikan intervensi edukatif.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu:

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan mengurus perizinan kepada Kepala Desa dan Bidan Desa. Kegiatan dilanjutkan dengan survei lapangan

untuk menganalisis kondisi ibu dan balita di Desa Kudu, yang dilakukan melalui wawancara bersama Bidan Desa. Wawancara ini mencakup identifikasi permasalahan, alternatif solusi, serta penetapan target luaran. Selain itu dilakukan koordinasi terkait lokasi dan waktu pelaksanaan kegiatan. Tahap ini juga mencakup penyusunan materi penyuluhan yang sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

2. Tahap pelaksanaan

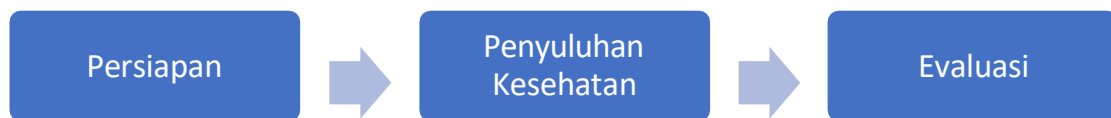
Tahap pertama dalam kegiatan ini dimulai dengan *screening* awal pemeriksaan tumbuh kembang anak sesuai umur berupa wawancara dengan ibu balita yang dilakukan oleh mahasiswa program studi fisioterapi sebelum edukasi dimulai. Kegiatan diawali dengan pemberian pre-test berupa kuesioner yang terdiri dari 24 pertanyaan yang terbagi ke dalam dua bagian, yaitu 12 item untuk mengukur pengetahuan tentang gizi balita dan 12 item lainnya untuk menilai pemahaman peserta terkait PMT. Dilanjutkan dengan edukasi materi 1 tentang tumbuh kembang anak dengan sub bab perbedaan pertumbuhan perkembangan, tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai umur, dan komponen yang berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan anak yang diintegrasikan oleh mahasiswa program studi keperawatan dengan media *powerpoint presentation*. Dengan adanya edukasi mengenai tumbuh kembang anak, luaran yang diharapkan yaitu ibu balita dapat mengetahui tumbuh kembang anak nya sesuai dengan umurnya. Edukasi materi 2 yaitu mengenai gizi seimbang dengan sub bab definisi gizi seimbang, pilar gizi seimbang, komponen gizi seimbang, cara pemilihan makanan bergizi, dan pemberian makanan tambahan yang diintegrasikan oleh mahasiswa program studi kesehatan masyarakat dengan menggunakan media *powerpoint presentation*. Dengan adanya edukasi mengenai gizi seimbang, luaran yang diharapkan

yaitu ibu balita dapat mengetahui gizi yang seimbang untuk diinterpretasikan pada anaknya. Selanjutnya, kegiatan berlanjut ke tahap penyuluhan demonstrasi pembuatan PMT gadon ayam yang dilakukan oleh mahasiswa program studi gizi yang diawali dengan penayangan video tutorial pembuatan PMT terlebih dahulu. Selain demonstrasi langsung, brosur digunakan sebagai media penunjang dalam demonstrasi pembuatan PMT, brosur dibagikan bersama gadon ayam yang sudah matang ke seluruh balita yang datang ke penyuluhan. Dengan adanya demonstrasi pembuatan PMT, luaran yang diharapkan ibu balita dapat termotivasi untuk membuat makanan tambahan guna menunjang

pemenuhan gizi anak selain dari makanan utama.

3. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dimulai dengan mengukur tingkat pengetahuan ibu melalui pemberian post-test berupa kuesioner yang sama dengan pre-test. Sebelum memasuki tahapan analisis data, data pre dan post akan diuji prasyarat terlebih dahulu yaitu uji normalitas menggunakan *Kolmogorov Smirnov*. Data pre-test dan post-test dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* untuk menguji perbedaan skor pengetahuan sebelum dan setelah intervensi. Uji *Wilcoxon* dipilih karena data bersifat berpasangan dan tidak memenuhi asumsi normalitas.



Gambar 1. Tahapan Pelaksanaan Program Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilaksanakan dengan mengusung tema penting seputar kesehatan anak dengan program kerja “Penyuluhan Kesehatan Tumbuh Kembang dan Status Gizi Balita serta Demonstrasi Pembuatan PMT”. Program ini merupakan hasil kolaborasi lintas prodi dari mahasiswa kesehatan, yang bertujuan untuk meningkatkan

pemahaman masyarakat, khususnya para ibu balita, mengenai pentingnya stimulasi perkembangan anak serta pemenuhan gizi seimbang pada masa balita yang menunjang pertumbuhan. Kegiatan ini merepresentasikan kontribusi nyata mahasiswa dalam ranah edukasi promotif dan preventif di lingkungan masyarakat.

Tabel 1. Karakteristik Peserta

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	1	6%
Perempuan	16	94%
Usia		
19-29 tahun	5	29%
30-49 tahun	12	71%
50-64 tahun	0	0%
Pendidikan Terakhir		
SMP	3	18%
SMA	6	35%
SMK	5	29%
S1	3	18%

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas peserta yang mengikuti penyuluhan kesehatan ini berjenis kelamin perempuan (94%) dibandingkan laki-laki (6%). Karakteristik peserta berdasarkan usia, mayoritas peserta berada dalam rentang usia 30–49 tahun (71%), diikuti oleh rentang usia 19–29 tahun (29%). Ditinjau dari tingkat pendidikan terakhir, sebagian besar peserta merupakan lulusan SMA (35%). Secara keseluruhan, karakteristik peserta menunjukkan dominasi perempuan usia produktif dengan latar belakang pendidikan menengah Atas. Tingkat pendidikan dapat mempengaruhi seberapa baik tingkat pengetahuan seseorang. Suatu penelitian mengatakan tingkat pendidikan seseorang yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan yang lebih baik dalam mencari informasi kesehatan, salah satunya mengenai informasi makanan bergizi pada anak (15).

Berdasarkan pengkajian awal berupa wawancara dengan bidan desa dan tokoh

masyarakat di desa Kudu, termasuk kepala desa, dan juga kader kesehatan, terungkap bahwa stunting merupakan masalah di Desa Kudu yang paling banyak terjadi. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran dari orang tua anak, terutama peran ibu mengenai pemberian konsumsi makan anak sehari-hari. Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Kudu ini dilaksanakan pada tanggal 10 Juni 2025. Kegiatan demonstrasi masak ini ditujukan kepada orang tua terutama ibu yang memiliki anak balita. Sebanyak 17 peserta mengikuti kegiatan ini dengan antusias. Para peserta sangat bersemangat mengikuti penyuluhan kesehatan dan demonstrasi masak PMT. Kegiatan ini dimulai dengan pemeriksaan uji sensorik dan motorik pada balita yang dipandu langsung oleh mahasiswa dari Program Studi Fisioterapi. Aktivitas ini tidak hanya berfungsi sebagai skrining perkembangan anak, tetapi juga memberikan edukasi praktis kepada para orang tua mengenai pentingnya stimulasi sejak dini.



Gambar 2. Penyuluhan Kesehatan Tumbuh Kembang Anak dan Gizi Seimbang

Setelah sesi tersebut, para peserta diminta untuk mengerjakan pre-test yang dipandu oleh MC. Tes ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman awal peserta tentang materi tumbuh kembang dan gizi sebelum menerima penyuluhan. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi penyuluhan kesehatan mengenai tumbuh kembang anak, yang disampaikan oleh mahasiswa dari Program Studi Keperawatan. Materi disampaikan menggunakan media *powerpoint* dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, serta menyertakan contoh konkret agar peserta lebih mudah mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan media visual seperti *powerpoint* mendukung penyampaian materi secara sistematis dan menarik, sehingga memudahkan peserta dalam memahami dan mengingat informasi yang disampaikan.

Rendahnya tingkat pengetahuan ibu dapat berkontribusi terhadap kejadian kekurangan gizi pada anak, mengingat peran sentral ibu sebagai pengasuh utama sekaligus pengambil keputusan dalam pemilihan asupan makanan keluarga (11). Status sosial ekonomi merupakan salah satu determinan yang berhubungan dengan kondisi gizi individu (16). Peran orang tua, khususnya ibu, sangat berpengaruh terhadap kualitas asupan gizi balita. Oleh karena itu, ibu perlu memiliki pengetahuan tentang pemberian gizi seimbang agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai tahapan

usianya.

Usai penyampaian materi tumbuh kembang, kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan mengenai gizi seimbang yang dibawakan oleh perwakilan dari Program Studi Kesehatan Masyarakat. Dalam sesi ini, peserta diberikan pemahaman tentang pentingnya pola makan yang seimbang, porsi makanan yang sesuai dengan usia balita, serta pengenalan berbagai sumber zat gizi penting seperti protein, karbohidrat, lemak, vitamin, dan mineral. Penekanan juga diberikan pada pentingnya pemanfaatan bahan makanan lokal yang murah, bergizi, dan mudah diperoleh sebagai bagian dari upaya perbaikan status gizi balita.

Penelitian yang dilakukan oleh Yusran et al (17), menyatakan bahwa penyuluhan gizi yang dilaksanakan secara langsung terbukti dapat meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat terhadap pentingnya penerapan gizi seimbang. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang digunakan dalam kegiatan tersebut berjalan secara optimal dan efektif dalam meningkatkan literasi gizi, khususnya di kalangan ibu yang memiliki balita. Pemberian gizi seimbang merupakan salah satu langkah strategis pencegahan stunting pada balita. Asupan makanan dengan komposisi dan porsi yang sesuai dapat mendukung proses tumbuh kembang secara optimal, sehingga balita dapat mencapai status kesehatan yang lebih baik (18).

Selanjutnya, untuk memperkuat pemahaman peserta, dilakukan demonstrasi pembuatan PMT oleh mahasiswa Ilmu Gizi. Demonstrasi memasak memberikan pengalaman belajar yang lebih praktis dan menarik karena peserta dapat langsung melihat cara pengolahan makanan sehat dan memahami penerapan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari, serta mendorong partisipasi aktif dan antusiasme peserta. Kelebihan lain dari demonstrasi masak adalah pelaksanaannya yang langsung di lapangan, memungkinkan interaksi dua arah antara pemateri dan peserta, meningkatkan motivasi untuk bertanya dan mencoba, serta memberikan pengalaman langsung mencicipi hasil masakan, menerima brosur resep, dan melihat pemanfaatan bahan lokal secara optimal.

Menu demonstrasi yang dipilih, yaitu gadon ayam, merupakan alternatif makanan tinggi protein yang mudah diakses masyarakat local dan makanan dengan bahan dasar ayam dan kelapa parut yang tinggi protein dan cocok diberikan untuk balita sebagai alternatif PMT.

Demonstrasi ini ditayangkan dalam bentuk video yang dibuat oleh mahasiswa Program Studi Gizi. Video tersebut menampilkan langkah-langkah pembuatan gadon ayam, mulai dari persiapan bahan, proses memasak, hingga cara penyajian yang menarik bagi anak. Setelah pemutaran video, para peserta dibagikan hasil olahan gadon ayam siap santap. Tak hanya itu, mereka juga menerima brosur edukatif berisi resep lengkap, kandungan gizi per porsi, serta manfaat dari tiap bahan yang digunakan. Dalam melaksanakan demonstrasi pembuatan PMT, mahasiswa gizi melibatkan satu kader untuk mengikuti pembuatan PMT. Para peserta dan balita yang mengikuti kegiatan ini sangat antusias.

Sebagai bagian akhir dari rangkaian kegiatan, dilakukan post-test dan sesi evaluasi untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta. Kegiatan ini tidak hanya menjadi ajang edukasi tetapi juga membangun kebersamaan antara mahasiswa dan masyarakat serta memperkuat peran posyandu sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan anak di tingkat desa.

Tabel 2. Hasil Uji Perbedaan Pengetahuan Gizi

Evaluasi Penyuluhan	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>p-value (p<0,00 5)</i>
Pre test	17	76,96	0,001
Post test	17	88,24	



Gambar 3. Demonstrasi Memasak PMT Gadon Ayam

Berdasarkan Tabel 2, hasil pre-test dan post-test yang dilakukan terhadap 17 peserta menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan intervensi berupa demonstrasi pemberian makanan tambahan (PMT) dan penyuluhan kesehatan. Rata-rata nilai pre-test peserta adalah 76,96, sementara rata-rata nilai post-test meningkat menjadi 88,24. Peningkatan rata-rata sebesar 11,28 poin tersebut setara dengan peningkatan persentase sekitar 14,66%. Selain itu, pengujian statistik dilakukan menggunakan uji Wilcoxon, yang secara umum digunakan untuk menilai perbedaan nilai dalam kelompok yang sama sebelum dan sesudah intervensi. Nilai

signifikansi (p-value) sebesar 0,001 ($p < 0,005$) mengindikasikan bahwa perbedaan antara nilai sebelum dan sesudah intervensi bersifat sangat signifikan secara statistik. Literatur menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang bersifat praktis, melibatkan partisipasi, dan sesuai konteks lebih berhasil dalam meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu et al (19), mengungkapkan bahwa pendidikan gizi yang disampaikan dengan cara demonstrasi dapat meningkatkan pemahaman peserta lebih dari 10%, selaras dengan hasil dari kegiatan ini.

Tabel 3. Hasil Uji Perbedaan Pengetahuan Pengolahan PMT

Evaluasi Penyuluhan	<i>n</i>	<i>Mean</i>	<i>p-value (p<0,005)</i>
Pre test	17	74,02	0,000
Post test	17	87,26	

Tabel 3. menunjukkan hasil analisis statistik mengenai perubahan pemahaman peserta tentang pengolahan PMT sebelum dan setelah penyuluhan dilakukan. Jumlah partisipan yang mengikuti kegiatan ini adalah 17 orang. Skor rata-rata pengetahuan peserta sebelum penyuluhan (pre-test) adalah 74,02 dan meningkat menjadi 87,26 setelah penyuluhan (post-test). Terdapat peningkatan rata-rata sebanyak 13,24 poin, yang setara dengan kenaikan persentase sebesar 17,89%. Pengujian statistik dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon*, yang secara umum digunakan untuk menilai perbedaan nilai dalam kelompok yang sama sebelum dan sesudah intervensi. Nilai *p* yang diperoleh dari kedua analisis tersebut $<0,05$, yang mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara hasil pre-test dan post-test yang dapat disimpulkan bahwa metode penyuluhan visual dan praktik langsung lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang tumbuh kembang anak yang

berkaitan dengan pengolahan makanan sehat bergizi.

Hasil ini sejalan dengan studi sebelumnya yang mengungkap bahwa intervensi edukatif seperti penyuluhan gizi dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat di bidang kesehatan (20). Di samping itu, menurut World Health Organization (21) menyatakan bahwa pemberdayaan masyarakat melalui pendidikan gizi adalah faktor penting dalam keberhasilan program intervensi gizi, terutama dalam usaha pencegahan malnutrisi. Keberhasilan intervensi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, termasuk metode penyuluhan yang partisipatif, interaktif, dan kontekstual yang mendorong keterlibatan aktif peserta serta memudahkan pemahaman materi; relevansi materi yang sesuai dengan kebutuhan peserta sehingga lebih mudah dipahami dan diterapkan; karakteristik individu seperti tingkat pendidikan dan pengalaman memasak yang juga memengaruhi efektivitas pemahaman informasi;

serta pemanfaatan media penyuluhan seperti alat bantu visual dan demonstrasi praktik langsung yang memperkuat ingatan dan pemahaman peserta. Secara keseluruhan, penyuluhan gizi terbukti berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pengolahan PMT sebesar 17,89% dengan signifikan. Pencapaian ini menegaskan signifikansi pelaksanaan edukasi gizi berbasis masyarakat sebagai komponen dari strategi jangka panjang untuk mendukung program kesehatan serta pencegahan malnutrisi, baik di tingkat lokal maupun nasional

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sinaga et al (22) menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan memiliki efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu terkait gizi balita, ditunjukkan dengan peningkatan rata-rata nilai pre-test sebesar 77,77 menjadi 94,77 pada post-test setelah intervensi dilakukan. Hal serupa juga ditemukan dalam studi oleh Mulyani et al. (23), tingkat pengetahuan responden dalam penelitian beliau mengalami peningkatan sebesar 10%. Kedua hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan yang dilakukan secara tepat dan terarah dapat menjadi metode edukasi yang efektif dalam meningkatkan kesadaran serta pemahaman masyarakat, terutama para ibu balita, mengenai pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting sejak dini dengan memperhatikan tumbuh kembang anak sesuai umur. Dengan peningkatan pengetahuan yang signifikan pasca intervensi, kegiatan ini menunjukkan efektivitas pendekatan edukatif dan kolaboratif dalam upaya pencegahan stunting di tingkat desa. Intervensi serupa perlu terus didorong sebagai bagian dari program pemberdayaan masyarakat berbasis kesehatan

keluarga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Stunting merupakan masalah kesehatan utama di Desa Kudu yang disebabkan rendahnya kesadaran orang tua, khususnya ibu, dalam pemberian makanan bergizi. Intervensi berupa penyuluhan kesehatan dan demonstrasi PMT di Desa Kudu terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu terkait tumbuh kembang anak, gizi seimbang, dan keterampilan pengolahan PMT. Keberhasilan ini tercermin dari peningkatan signifikan skor pengetahuan pasca kegiatan, serta tingginya antusiasme dan dukungan masyarakat terhadap metode visual dan praktik langsung yang diterapkan.

Untuk menjamin keberlanjutan dampak positif ini, program disarankan menjadi agenda rutin Posyandu melalui sinergi dengan pemerintah desa. Pembaruan materi edukasi secara berkala, peningkatan kapasitas kader, serta monitoring dan evaluasi berkelanjutan perlu dilakukan guna menjaga efektivitas intervensi dalam upaya pencegahan stunting secara menyeluruh dan berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih diberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta atas segala fasilitas yang diberikan dalam mensukseskan kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan lancar. Selain itu, terima kasih juga kami sampaikan kepada Ketua Pimpinan Ranting Muhammadiyah Desa Kudu, Bidan Desa Kudu untuk memastikan keberlangsungan dan efektivitas program penyuluhan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Megasari AL, Putri NR, Aulia G, Wijaya S, Islameytha V, Firdaus HA, et al. Penyuluhan Pencegahan Stunting dalam Upaya Percepatan Zero Stunting di Posyandu Dahlia II. Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat [Internet]. 2024;4(1):8–13. Available from: <https://ahmareduc.or.id/journal/index.php/AMJPM/article/view/270>.
2. UNICEF, WHO, Estimates WBGJCM. Levels And Trends In Child Malnutrition [Internet]. WHO. 2020. Available from: <https://ahmareduc.or.id/journal/index.php/AMJPM/article/view/270>.
3. Wayan N, Rahayuni S, Putu N, Kurnia R, Noriani NK, Kadek N, et al. Penyuluhan tentang Stunting pada Ibu yang Memiliki Balita Usia 12-59 Bulan. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bina Usada Bali [Internet]. 2024;2(1):17–21. Available from: <https://ejournal.stikesbinausadabali.ac.id/index.php/abdinusa/article/view/399>
4. Galasso E, Wagstaff A, Shekar SN and M. The Economic Costs of Stunting and How to Reduce Them [Internet]. Washington.DC; 2016. Available from: <https://documents.worldbank.org/>
5. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes. Laporan Nasional Riskesdas 2023 [Internet]. Survei Kesehatan Indonesia. 2023. Available from: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/laporan-tematik-ski/>
6. Sukoharjo BPSK. Badan Pusat Statistik. 2023. Data Stunting Balita Kabupaten Sukoharjo Berdasarkan e-PPGBM (Jiwa), 2023. Available from: <https://sukoharjokab.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjA5IzI=/data-stunting-balita-kabupaten-sukoharjo-berdasarkan-e-ppgbm.html>
7. Kemenkes RI. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/MENKES/1928/2022 tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Stunting. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Indonesia; 2022.
8. Sugiyanto S, Sumarlan S. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Stunting Pada Balita Usia 25-60 Bulan. Jurnal Kesehatan Perintis [Internet]. 2021;7(2):9–20. Available from: <https://scholar.archive.org/work/niacnodjv5bsxc4fvtzvdywywy/access/wayback/https://jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/JKP/article/download/485/260>
9. Pratiwi RD, Martini NK, Nyandra M. Peran Ibu dalam Pemberian Makanan Bergizi pada Balita Status Gizi Baik yang Kesulitan Makan. Jurnal Kesehatan [Internet]. 2021;14(2):119–25. Available from: <https://journals.ums.ac.id/jk/article/view/11759>
10. Widiastuti MT, Putri NR. Edukasi Peran Ibu dalam Pencegahan Stunting dari Masa Kehamilan Sampai dengan Masa Menyusui. Jurnal Masyarakat Mandiri [Internet]. 2023;7(5):4590–8. Available from: <https://journal.ummat.ac.id/index.php/jmm/article/view/17087>.
11. Husna N, Juhari S, Suan WB. Mother's Knowledge, Attitude and Practices and its Influence toward Nutritional Status of Children in Terengganu. Jurnal Gizi dan Pangan [Internet]. 2024;19(28):137–44. Available from: <https://journal.ipb.ac.id/index.php/jgizipangan/article/view/53509>
12. Wijayanti K, Issroviatiningrum R. Pendidikan Kesehatan Memengaruhi Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pencegahan Stunting. Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan [Internet]. 2022;8(2):108–14. Available from: <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/jnm>
13. Ambarwati R, Kristiningtyas YW. Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Stunting terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu di Desa Blimbing Ngadirojo. Jurnal Keperawatan GSH [Internet]. 2024;13(1):23–8. Available from: <https://jurnal.akpergshwng.ac.id/index.php/kep/article/download/123/101>

14. Wayan N, Asthiningsih W, Muflihatin SK. Deteksi Dini Perkembangan Balita dengan Metode DDST II di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Samarinda. *Endurance: kajian Ilmiah Problema Kesehaan* [Internet]. 2018;3(2):367–74. Available from: https://www.researchgate.net/publication/326125669_DETEKSI_DINI_PERKEMBANGAN_BALITA_DENGAN_METODE_DDST_II_DI_POSYANDU_WILAYAH_KERJA_PUSKESMAS_JUANDA_SAMARINDA
15. Sitanggang TW, Wardana YI. Hubungan Tingkat Pedidikan dan Pengetahuan Ibu tentang Kebutuhan Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Kesehat STIKes IMC Bintaro* [Internet]. 2021;IV(1):41–50. Available from: <http://jurnal.stikesimcbintaro.ac.id/index.php/djs/article/view/141>
16. Tridiyawati F, Handoko AAR. Hubungan antara Status Sosial Ekonomi dan Pengetahuan Ibu dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* [Internet]. 2019;08(01):20–4. Available from: <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jikm/article/view/205>.
17. Yusran R, Nanda A, Amalda A, Luthfia R. Upaya Pemenuhan Kesadaran Masyarakat dan Pemenuhan Gizi Seimbang untuk Mencegah Peningkatan Angka Stunting di Nagari Pariangan 2023. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat* [Internet]. 2023;1(2):131–40. Available from: <https://publications.id/index.php/ijpm/article/view/138>
18. Kuswanti I, Azzahra SK. Hubungan Pengetahuan Ibu tentang Pemenuhan Gizi Seimbang dengan Perilaku Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia* [Internet]. 2022;13(1):15–22. Available from: <https://www.jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/560>.
19. Rahayu A, Yulidasari F, Putri AO, Anggraini L. Study Guide-Stunting dan Upaya Pencegahannya [Internet]. 1st ed. Hadianor, editor. CV Mine; 2018. 88 p. Available from: https://kesmas.ulm.ac.id/wp-content/uploads/2019/02/BUKU-REFERENSI-STUDY_GUIDE-STUNTING_2018.pdf
20. Notoatmodjo S. *Ilmu Perilaku Kesehatan* [Internet]. Jakarta: Rineka Cipta: Jakarta; 2014. 140 p. Available from: <https://doku.pub/download/notoatmodjo-s-2014-d0nxzpd6xylz>
21. Safety N and F (NFS). WHO. 2019. p. 210 *Essential Nutrition Actions: Mainstreaming Nutrition Through the Life-Course*. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241515856>
22. Sinaga ES, Rasyid IA, Mubarak MR, Indriani N, Nolia H. Pemantauan Konsumsi Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Dalam Meningkatkan Berat Badan Balita Dengan Masalah Gizi. *Jurnal Abdi MOESTOPO* [Internet]. 2023;6(1):1–8. Available from: <https://journal1.moestopo.ac.id/index.php/abdimoestopo/article/view/2236>
23. Mulyani NS, Fitriyaningsih E, Rahmad AH Al, Hadi A. Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu untuk Pencegahan Stunting di Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi* [Internet]. 2022;4(1):28–33. Available from: <https://ejournal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/pade/article/view/810>