

Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi dan Demonstrasi pada Ibu Hamil dan Ibu Balita di Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang

Sunaeni, Heppy Rina Mardiana

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang Jawa Timur, Indonesia

*Email: sunaeni@poltekkes-malang.ac.id

Received: November 12 2025
Reviewed: November 15, 2025;
Accepted: November 20, 2025;
Published: November 23, 2025;
DOI. <https://doi.org/10.61930/melayani>



Copyright ©2025 by Sunaeni, et.al. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License. All writings published in this journal are personal views of the authors and do not represent the views of this journal and the author's affiliated institutions.

Abstrak

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang diakibatkan oleh kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai.. Kondisi ini umumnya terjadi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Tujuan pengabdian adalah memberdayakan ibu hamil dan ibu balita melakukan pencegahan stunting melalui edukasi dan demonstrasi penyusunan menu harian bagi ibu hamil dan anak di bawah lima tahun. Metode yang digunakan adalah edukasi melalui ceramah dan tanya jawab dilanjutkan dengan demonstrasi guna mendapatkan hasil yang relevan dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman bagi audiens. Sasaran pengabdian Adalah ibu hamil dan balita yang berada di wilayah Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang. Tahapan kegiatan meliputi survey awal, *focus group discussion*, diseminasi dan evaluasi. Hasil kegiatan edukasi dan demonstrasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan dan pemahaman bagi ibu hamil dan balita tentang stunting dan pengolahan makanan yang bernutrisi dalam menu harian bagi ibu hamil dan anak dibawah lima tahun.

Kata kunci: *Pemberdayaan, Stunting, Edukasi, Ibu Hamil, Ibu Balita*

Abstract

Stunting is a disorder of children's growth and development caused by chronic malnutrition, recurrent infections, and inadequate psychosocial stimulation. This condition generally occurs in the first 1000 days of life (HPK), which is from pregnancy to the age of two. The purpose of the service is to empower pregnant women and mothers under five to prevent stunting through education and demonstrations of daily menu preparation for pregnant women and children under five years old. The method used is education through lectures and questions and answers followed by demonstrations to get relevant and effective results in increasing knowledge and understanding for the audience. The target of the service is pregnant women and toddlers in the Bululawang District, Malang Regency. The stages of the activity include initial survey, focus group discussion, dissemination and evaluation. The results of educational activities and demonstrations showed a significant increase in knowledge and understanding for pregnant women and toddlers about

stunting and the processing of nutritious food in the daily menu for pregnant women and children under five years old..

Keywords: *Empowerment, Stunting, Education, Pregnant Women, Mothers of Toddlers*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada balita yang terjadi akibat kekurangan gizi jangka panjang, yang dapat terjadi sejak masa kehamilan sampai anak berusia 2 tahun (1000 hari pertama kehidupan). Gejala stunting yaitu terjadinya penurunan kecepatan pertumbuhan pada anak khususnya balita. Selain terganggunya pertumbuhan fisik, berdampak juga terhadap perkembangan mental serta intelektual anak. Jika anak sudah memasuki usia di bawah lima tahun (balita) dan mengalami stunting, akan terdapat kesulitan untuk diperbaiki (Husnah H, 2017).

Menurut data *Asian Development Bank*, Indonesia adalah negara dengan jumlah stunting terbesar di Asia Tenggara, berada di urutan kedua setelah Timor Leste. Dalam kurun waktu enam tahun terakhir, rata-rata tingkat stunting mencapai 31,8%. Jumlah tersebut melebihi target WHO (*World Health Organization*) sebesar 20%. Artinya, masalah stunting di Indonesia dianggap masih tinggi, dan pemerintah harus mengambil langkah-langkah untuk menguranginya sehingga dampaknya akan berlanjut hingga anak berusia dewasa (Hatijar, 2023). Berdasarkan data Survey Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi stunting di Jawa Timur tercatat 17,7%, dan Kabupaten Malang tercatat sebesar 19,5%. Angka stunting di Kabupaten Malang melebihi prosentase stunting di Jawa Timur, dan bahkan melebihi target penurunan stunting yaitu sebesar 14%, sesuai Peraturan Pemerintah No. 72/2021 tentang percepatan penurunan stunting. Data hasil Survey Status Gizi Indonesia tahun 2023, prevalensi stunting di Kecamatan Bululawang berada di angka 21,1% dari 3357 balita yang diukur. Berdasarkan Profil Pemerintah Kabupaten Malang tahun 2023, data stunting di Puskesmas Bululawang bulan Agustus tahun 2022, terdapat 791 kasus, dan didapatkan masih banyak penduduk dengan tingkat pendidikan rendah di Kecamatan Bululawang, yaitu sebanyak 17.926 penduduk tamat SD/ sederajat dan sebanyak 13.140 penduduk tamat SMP/ sederajat (Anismuslim M, 2023).

Penelitian (Martony, 2023) menemukan bahwa salah satu akar penyebab stunting di Indonesia adalah kurangnya pengetahuan ibu, dan anak-anak stunting memiliki kemampuan berpikir yang buruk. Pengetahuan orang tua tentang nutrisi dan kesehatan merupakan komponen penting dalam keluarga (Makmun M, 2019). Ibu berperan dalam segala hal yang berhubungan dengan gizi anak, mulai dari persiapan makanan, pemilihan bahan makanan hingga menu makanan. Ibu yang memiliki daya serap gizi yang baik akan memiliki anak yang bergizi baik. Tingkat pengetahuan gizi ibu mempengaruhi sikap dan perilakunya ketika memilih makanan, yang berpengaruh terhadap keadaan gizi keluarganya, termasuk mengenai nutrisi sebelum dan semasa hamil, serta setelah melahirkan (N Nikmah, 2023).

METODE PENGABDIAN

Kegiatan Pengabdian pada masyarakat yang telah dilakukan menggunakan pendekatan *Community Development Methods*. Pendekatan metode ini bertujuan untuk memberdayakan individu dan kelompok dengan keterampilan yang mereka butuhkan untuk melakukan perubahan dalam komunitas mereka. Pengabdian Masyarakat

dilaksanakan di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang pada Januari-September 2025. Pengabdian dilakukan dalam beberapa langkah, antara lain :

Pertama: *Survey Awal*, pada tahapan ini merupakan tahap survey, di mana data awal permasalahan yang terdapat di mitra dikoordinasikan dengan target mitra. Koordinasi ini dilaksanakan dalam bentuk diskusi dengan kepada Kepala Desa setempat terkait kegiatan pengabdian masyarakat, kunjungan ke desa, koordinasi dengan Bidan Desa, kader kesehatan desa. Pada tahap ini, mitra memberikan izin serta informasi awal tentang perijinan kegiatan, waktu kegiatan, tempat kegiatan, serta alat atau bahan yang dibutuhkan.

Kedua: *Focus Grup Discussion*. Pada tahapan ini, difokuskan pada diskusi permasalahan mitra, potensi dan daya dukung lainnya, serta mendiskusikan program pemerintah terkait pencegahan stunting serta rencana yang akan dilakukan. Mitra berperan aktif pada tahap ini dalam hal diskusi. Targetnya yaitu mendapatkan solusi dan inovasi dari permasalahan.

Ketiga: *Diseminasi*, pada tahap ini, kolaborasi tim pengusul dengan mitra sangat diperlukan dalam melaksanakan rencana kegiatan yang sudah disepakati yaitu edukasi dan demonstrasi tentang nutrisi pada Ibu hamil dan Ibu balita (sasaran) untuk pencegahan stunting. Sasaran dalam hal ini akan mendapatkan poster dan kartu "Isi Piringku" guna membantu meningkatkan pemahamannya.

Keempat: *Evaluasi* Dalam tahapan ini, tim menyiapkan *pretest* yang dilakukan di awal sebelum edukasi/penyuluhan, dan *posttest* dilakukan setelah penyuluhan. Hal ini bertujuan untuk mengevaluasi pemahaman sasaran dalam upaya pencegahan stunting (Y Podungge, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan selama bulan Januari-September 2025 di Desa Wandanpuro, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang terdiri dari 4 kegiatan utama yaitu:

Survey Awal

Kegiatan dilakukan dengan meminta perijinan sekaligus koordinasi mengenai rangkaian giat pengabdian yang dilakukan. pada tahapan ini merupakan tahap survey, di mana data awal permasalahan yang terdapat di mitra dikoordinasikan dengan target mitra. Koordinasi ini dilaksanakan dalam bentuk diskusi dengan kepada Kepala Desa setempat terkait kegiatan pengabdian masyarakat, kunjungan ke desa, koordinasi dengan Bidan Desa, kader kesehatan desa. Pada tahap ini, mitra memberikan izin serta informasi awal tentang perijinan kegiatan, waktu kegiatan, tempat kegiatan, serta alat atau bahan yang dibutuhkan. Adapun sasaran tempat kegiatan Adalah di Desa Wandanpuro Kecamatan Bululawang, dengan target sasaran ibu hamil dan ibu balita sebanyak 25 orang.

Focus Grup Discussion

Pada tahapan ini, difokuskan pada diskusi permasalahan mitra, potensi dan daya dukung lainnya, serta mendiskusikan program pemerintah terkait pencegahan stunting serta rencana yang akan dilakukan. Mitra berperan aktif pada tahap ini dalam hal diskusi. Targetnya yaitu mendapatkan solusi dan inovasi dari permasalahan. Berdasarkan hasil *focus group discussion* menyatakan bahwa ibu hamil dan balita

sebagai sasaran kegiatan sepakat untuk mengadakan edukasi dan demonstrasi penyusunan menu harian menggunakan media isi piringku karena dapat memberikan pemahaman yang konkrit. Rencana kegiatan dilakukan dengan pendampingan kader posyandu serta menghadirkan narasumber berpengalaman yakni ahli gizi wilayah setempat.

Diseminasi

Pada tahap ini, dilakukan dengan cara kolaborasi tim pengusul dengan mitra, hal ini diperlukan dalam melaksanakan rencana kegiatan yang sudah disepakati yaitu edukasi dan demonstrasi tentang nutrisi pada Ibu hamil dan Ibu balita (sebagai sasaran) untuk pencegahan stunting. Saat kegiatan memperlihatkan bahwa seluruh peserta menghadiri dan antusias, bersemangat menyimak materi yang disampaikan. Beberapa ibu menanyakan materi yang belum dipahami dan mendapatkan *feed back* yang positif dari narasumber. Edukasi diberikan melalui metode tanya jawab dengan media *power point* disertai penjelasan, dilanjutkan demonstrasi penyusunan menu harian bagi ibu hamil dan balita menggunakan media isi piringku. Penggunaan media model isi piringku dapat menambah pemahaman ibu hamil dan ibu balita secara jelas dan langsung dapat diamati, sehingga memberikan gambaran yang konkrit.



Gambar 1 Edukasi dengan Ceramah

Evaluasi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab lalu dilanjutkan dengan demonstrasi. Materi yang diberikan yakni, pengertian stunting, dampak dan pencegahan stunting, pengelolaan porsi makan bagi ibu hamil dan balita, penyusunan menu makanan gizi seimbang bagi ibu hamil dan balita. Sebelum dilakukannya kegiatan, dilakukan pre test terlebih dahulu untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta tentang upaya pencegahan stunting. Ada beberapa hal yang disampaikan terkait dengan pencegahan stunting diantaranya pemeriksaan kehamilan secara rutin, menghindari pernikahan dini, konsumsi tablet zat besi dan mikro nutrient lain secara teratur minimal 90 tablet selama periode kehamilan, memberikan ASI eksklusif kepada bayi selama 6 bulan, memantau perkembangan anak

secara berkala, pemenuhan asupan gizi, dan memastikan lingkungan bersih. Terkait dengan pemenuhan asupan gizi disampaikan bahwa makanan bergizi tidak selalu identik dengan makanan mahal, tetapi bisa didapatkan di lingkungan sekitar.

Dalam tahapan ini, tim menyiapkan *pretest* yang dilakukan di awal sebelum edukasi dan demonstrasi dilakukan. Lalu *posttest* dilakukan setelah edukasi. Hal ini bertujuan untuk mengevaluasi pengetahuan pemahaman sasaran dalam upaya pencegahan stunting. Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa hasil *pre test* yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 19 orang (76%), sedangkan yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (24%). Hasil *post test* menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta yakni jumlah peserta dengan pengetahuan baik sebanyak 23 orang (92 %), sedangkan yang berpengetahuan cukup sebanyak 2 orang (8%). Adanya perubahan Tingkat pengetahuan tentang stunting dapat dipengaruhi oleh informasi yang di dapatkan. Melalui pendekatan edukasi ceramah dan tanya jawab yang dilanjutkan dengan demonstrasi.

Tabel 1. Hasil Pre Test dan Post Test

No	Tingkat Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
		Jumlah	Prosentase	Jumlah	Prosentase
1	Baik	19	76	23	92
2	Cukup	6	24	2	8
3	Kurang	0	0	0	0
	Total	25	100	25	100

Metode ceramah dan tanya jawab menjadi pilihan karena terbukti efektif untuk menyampaikan materi secara langsung atau secara lisan kepada audiens. Beberapa keuntungan penggunaan metode ini yakni cukup efisien diterapkan karena selain mudah diterapkan metode ini juga murah tidak ada biaya yang menyertainya. Melalui ceramah materi yang disampaikan oleh narasumber juga bisa lebih luas. Selain itu metode ini biasanya memberikan inti-inti dari pembelajaran sehingga memudahkan audiens untuk mengerti dan mengingat. Narasumber yang menggunakan metode ini bisa lebih mudah dalam mengkondisikan transfer ilmu artinya ia dapat mengontrol audiens dengan baik (Pabesak Risma Rombe, 2023). Setelah mendapatkan edukasi, terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan (Kunang Amalia, 2023).

Setelah menyimak materi melalui ceramah dan melakukan tanya jawab, maka dilanjutkan dengan metode demonstrasi. Demonsntrasi adalah teknik pengelolaan proses pembelajaran dengan memperagakan atau menunjukkan suatu proses, benda, contoh langsung atau cara kerja produk atau teknologi yang sedang dipelajari (Hayati Ifroh Liza, 2021). Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menyiapkan makanan bergizi, penyuluhan dan pelatihan pengolahan MPASI yang melibatkan masyarakat, terutama ibu-ibu, sangat penting untuk dilakukan (Syifa Dini Nurfadillah, 2025). Demonstrasi dapat dilakukan dengan menampilkan benda nyata, model, atau tiruannya dan disertai penjelasan secara langsung atau lisan. Metode demonstrasi juga merupakan salah satu metode pendidikan yang melibatkan indera sentuhan dan pengalaman langsung pembelajaran, sehingga lebih efektif untuk dilakukan.

Pada hasil *post tes* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan dari jumlah peserta yang awalnya pada saat *pre test* mendapatkan pengetahuan cukup yakni sebanyak

6 orang, maka setelah diberikan edukasi menjadi 2 orang saja yang berpengetahuan cukup (8 %) dan Sebagian besar memiliki tingkat pengetahuan baik, yakni 23 orang (95 %). Tingkat pengetahuan ibu hamil dan balita yang tinggi dapat menjadi salah satu strategi penyebarluasan informasi kepada masyarakat lokal khususnya dalam menghadapi isu-isu dan masalah kesehatan keluarga.



Gambar 2 Edukasi dan Demonstrasi pencegahan Stunting

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Tumpukrenteng Kecamatan Turen, Kabupaten Malang untuk meningkatkan kesehatan remaja melalui upaya pembentukan UKS dan perintisan pembuatan posyandu remaja berjalan dengan baik serta masyarakat antusias selama mengikuti kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari hasil post test yang menunjukkan peningkatan pengetahuan remaja serta ketrampilan remaja menjadi *peer educator* yang baik. Secara keseluruhan, *peer education* memiliki dampak positif yang signifikan terhadap perilaku remaja dengan meningkatkan pengetahuan, menciptakan komunikasi terbuka, mendorong perubahan perilaku positif, dan memanfaatkan pengaruh teman sebaya. Metode ini terbukti efektif dalam membantu remaja memahami dan mengelola isu-isu kesehatan reproduksi dengan lebih baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan kepada Direktur dan Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Malang yang telah memberikan dukungan moril maupun materiil hingga terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Anismuslim M, P. H. (2023). Modeling of Risk Factors of Childhood Stunting Cases in Malang Regency using Geographically Weighted Regression . *Open Public Health Journal*, 1-11.

- H, H. (2023). The Incidence of Stunting in Infants and Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 224-229.
- Hatijar, H. (2023). The Incidence of Stunting in Infants and Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 224-229.
- Hayati Ifroh Liza, P. L. (2021). Kombinasi Metode Permainan dan Demonstrasi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1-6.
- Husnah H. (2017). Nutrisi pada 1000 hari pertama kehidupan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 65-69.
- Kunang Amalia, H. T. (2023). Edukasi Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Pencegahan stunting Balita . *Bagimu Negeri: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 20-23.
- Makmun M, S. U. (2019). Partisipasi keluarga dalam pemberian nutrisi peroral pada pasien kritis. *Repository Universitas Diponegoro*.
- Martony, O. (2023). Stunting di Indonesia: Tantangan dan Solusi di Era Modern. *Jurnal Telenursing*, 1734-1745.
- N Nikmah, N. A. (2023). Upaya Menjaga Nutrisi Ibu Hamil dan Ibu Menyusui. *Indonesian Journal of Community Health*, 24-29.
- Pabesak Risma Rombe, S. M. (2023). Penerapan Metode Ceramah dan Tanya Jawab dalam Proses pembelajaran Daring. *Jurnal Aletheia*, 1-6.
- Syifa Dini Nurfadillah, A. a. (2025). Pendidikan Kesehatan tentang Pencegahan Stunting melalui Pembuatan MP-ASI. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 403-416.
- Y Podungge, H. H. (2022). Pemberdayaan Kelompok Ibu Hamil, Nifas, dan Menyusui dalam 1000 Hari Pertama . *Jurnal Stunting Pesisir dan Aplikasinya*, 1-6.

Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi dan Demonstrasi pada Ibu Hamil dan Ibu Balita di Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang
Sunaeni, Heppy Rina Mardiana