

Edukasi Cegah Stunting di Posyandu Curug Kota Depok

Mizna Sabilla*¹, Rusman Efendi², Siti Nurhasiyah Jamil³, Syaiful Bahri⁴, Niswatun Najihah⁵, Nayla Jasmine Fadillah⁶, Syifa Aprilia Azzahra⁷, Anis Hilmi Dwi Safitri⁸, Annisa Zahria Putri Handayani⁹, Tengku Siti Neza Azmarina¹⁰, Sri Toriqoh¹¹

^{1,2,5,6,7,8,9,10}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

³Program Studi Kebidanan, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta Indonesia

⁴Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang, Indonesia

¹¹Universitas Muhammadiyah Jakarta, Indonesia

*e-mail: mizna.sabilla@umj.ac.id¹

Abstrak

Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat di Indonesia dengan prevalensi yang belum mencapai target nasional. Upaya pencegahan perlu dilakukan sejak dini melalui edukasi kepada ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga balita. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui pendekatan edukasi di Posyandu. Metode yang digunakan meliputi ceramah, pemutaran video edukatif, penggunaan media poster, serta diskusi interaktif. Evaluasi dilakukan dengan pre-test dan post-test terhadap 32 peserta. Meskipun Sebagian peserta telah berpengetahuan baik, hasil menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pre-test sebesar 83,44 meningkat menjadi 97,19 pada post-test. Kegiatan ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis komunitas di Posyandu dengan media poster, video dan diskusi interaktif dapat meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai stunting, termasuk penyebab, dampak, dan upaya pencegahannya melalui pemenuhan gizi seimbang selama 1000 Hari pertama kehidupan termasuk ASI eksklusif, dan MP-ASI bergizi. Dengan demikian, penguatan edukasi kesehatan di tingkat komunitas menjadi strategi penting dalam mendukung percepatan penurunan stunting dan peningkatan kualitas sumber daya manusia.

Kata kunci: Edukasi, Posyandu, Stunting

Abstract

Stunting remains a major public health challenge in Indonesia, with its prevalence still exceeding the national target. Early prevention efforts are essential and should be implemented through health education for pregnant women, breastfeeding mothers, and families with young children. This community service program aimed to improve community knowledge regarding stunting prevention through an educational approach at a Posyandu (Integrated Health Service Post). The educational methods included lectures, educational video presentations, poster-based learning, and interactive discussions. Program effectiveness was evaluated using pre-test and post-test questionnaires involving 32 participants. Although most participants had a good baseline level of knowledge, the mean knowledge score increased from 83.44 before the intervention to 97.19 after the educational session. The findings indicate that community-based education delivered through Posyandu, supported by posters, educational videos, and interactive discussions, effectively enhanced participants' understanding of stunting, including its causes, consequences, and preventive measures. The educational content emphasized balanced nutrition during the first 1,000 days of life, including exclusive breastfeeding and appropriate complementary feeding practices. Strengthening community-based health education is therefore an important strategy to accelerate stunting reduction and improve the quality of human resources.

Keywords: Education, Posyandu, Stunting

1. PENDAHULUAN

Indonesia masih menghadapi beban stunting meskipun ada penurunan prevalensi dari tahun ke tahun. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 melaporkan prevalensi stunting nasional 19,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2025). Hal ini menunjukkan penurunan tetapi

masih jauh dari target jangka panjang. Dalam konteks kota Depok, data Dinas Kesehatan menunjukkan angka stunting sekitar 13% (Kementerian Kesehatan RI, 2025). Meskipun angka keseluruhannya sudah berada dalam kategori rendah menurut standar nasional, tetapi menurut data dari Dinas Kesehatan Kota Depok, presentase stunting tercatat tahun 2024 dilaporkan mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2025). Pemerintah kota Depok mengidentifikasi bahwa sekitar 60 % dari kasus stunting bukan berasal dari kelompok miskin tetapi lebih terkait dengan pola asuh dan perilaku keluarga, termasuk asupan gizi yang kurang tepat bagi anak balita dan ibu hamil (Dinas Kesehatan Kota Depok, 2025).

Salah satu faktor utama yang diidentifikasi dalam literatur sebagai penyebab stunting adalah kurangnya praktik ASI eksklusif dan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tidak sesuai standar, ditambah dengan rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi dan kebutuhan anak. Studi pada konteks Indonesia menunjukkan bahwa praktek MP-ASI yang tidak tepat seperti pemberiannya yang terlalu dini (pada usia anak kurang dari 6 bulan); frekuensi/porsi yang kurang; tekstur dan keragaman gizi yang rendah berkaitan kuat dengan risiko stunting (Zhafira et al., 2024). Dengan demikian, kondisi kurangnya asupan gizi yang optimal termasuk praktik ASI eksklusif yang belum maksimal serta rendahnya literasi gizi ibu merupakan permasalahan prioritas yang harus segera diatasi di Kota Depok untuk menekan angka stunting secara berkelanjutan.

Bukti empiris menunjukkan bahwa stunting pada 1.000 hari pertama kehidupan (1.000 HPK) terkait dengan penurunan perkembangan kognitif, pencapaian pendidikan yang lebih rendah, dan produktivitas ekonomi yang berkurang di masa dewasa. Tentu saja efek ini bersifat persisten dan berdampak lintas generasi. Oleh karena itu, intervensi pencegahan stunting adalah investasi jangka panjang bagi kapasitas sumber daya manusia (SDM) bangsa dan kesejahteraan sosial ekonomi rakyat. Pencegahan stunting terletak pada pemenuhan gizi ibu selama kehamilan dan gizi optimal bayi-anak pada dua tahun pertama, yaitu 1.000 Hari Pertama Kehidupan. Studi terdahulu menunjukkan bahwa status gizi maternal memengaruhi hasil kelahiran bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR) dan risiko gizi kurang pada anak, sementara intervensi gizi selama kehamilan dan pemberian ASI eksklusif serta pemberian makanan pendamping yang tepat menurunkan kemungkinan terjadinya stunting (Shodikin et al., 2023; Zhafira et al., 2024; Zhihui Li, Rockli Kim, 2020).

Untuk menurunkan prevalensi stunting di Kota Depok, diperlukan upaya komprehensif yang tidak hanya menekankan pada penanganan balita stunting, tetapi juga pada pencegahan sejak masa kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan (1000 HPK). Salah satu pendekatan strategis adalah melalui penguatan literasi gizi dan edukasi kesehatan bagi ibu hamil dan ibu balita di tingkat posyandu. Tim pengusul telah membuktikan adanya peningkatan pengetahuan ibu setelah edukasi ASI eksklusif (Sabilla & Ariasih, 2022). Selain itu, tim pengusul juga membuktikan pentingnya edukasi tentang gizi pada ibu hamil sebagai langkah pencegahan masalah gizi selama kehamilan (Efendi et al., 2023). Edukasi ini berperan penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif hingga usia enam bulan dan MP-ASI yang tepat (WHO, 2020).

Dalam pemberian edukasi, penting untuk memperhatikan jenis media dan metode yang dipergunakan. Pemilihan media yang menarik dan memudahkan khalayak untuk memahami informasi yang disampaikan tentu menjadi pertimbangan utama. Hal ini telah dibuktikan pada kegiatan pengabdian Masyarakat lain yang melakukan edukasi melalui penayangan media poster dan video terbukti meningkatkan pengetahuan peserta (Yanti et al., 2022; Zulkarnaini & Ardilla, 2025).

Lokasi kegiatan dipilih berdasarkan hasil wawancara awal dengan kader Posyandu Elok. Hasil wawancara menunjukkan bahwa masih terdapat ibu yang memberikan MP-ASI sebelum usia 6 bulan dan belum memahami pentingnya pemenuhan gizi selama 1.000 HPK sebagai upaya pencegahan stunting. Berdasarkan kondisi tersebut, perlu dilakukan kegiatan edukasi di Posyandu Elok untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui mengenai pencegahan stunting melalui asupan gizi yang baik dan pola asuh yang tepat.

Lokasi kegiatan dipilih berdasarkan hasil wawancara pendahuluan dengan kader Posyandu Elok di Kelurahan Curug, Kecamatan Bojongsari, Kota Depok. Berdasarkan hasil wawancara tersebut, diketahui bahwa masih terdapat ibu yang memberikan MP-ASI sebelum bayi berusia 6 bulan karena menganggap ASI saja belum bisa memenuhi kebutuhan bayi. Selain itu, kader juga menyampaikan bahwa sebagian ibu belum sepenuhnya memahami pentingnya pemenuhan gizi pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan, termasuk manfaat ASI eksklusif, pemberian MP-ASI sesuai usia, serta praktik pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang anak. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat kesenjangan antara pengetahuan yang dimiliki dengan praktik pemberian asupan gizi pada bayi dan balita. Jika terus terjadi, kondisi ini dapat meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi, termasuk stunting. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif melalui kegiatan edukasi yang tidak hanya memberikan informasi mengenai stunting, tetapi juga meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang serta praktik pemberian asupan gizi pada bayi dan balita yang tepat.

Pemilihan metode edukasi yang interaktif juga menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam kegiatan ini. Penyampaian materi tidak hanya dilakukan melalui ceramah, tetapi dipadukan dengan diskusi, pemutaran video edukatif, dan penggunaan poster sebagai media edukasi. Metode ini memberikan kesempatan kepada peserta untuk terlibat secara aktif dengan mengajukan pertanyaan, dan menghubungkan materi yang disampaikan dengan pengalaman mereka dalam pengasuhan serta pemberian asupan gizi pada anak. Media video membantu peserta memahami materi melalui visualisasi yang lebih nyata, sedangkan poster menyajikan informasi dalam bentuk yang ringkas sehingga lebih mudah dipahami dan diingat. Kombinasi berbagai metode tersebut membuat proses belajar menjadi lebih menarik, meningkatkan perhatian peserta selama kegiatan berlangsung, serta memperkuat pemahaman terhadap pesan-pesan utama mengenai pencegahan stunting (Yanti et al., 2022; Zulkarnaini & Ardilla, 2025).

Tak hanya metode, lokasi kegiatan menjadi satu poin pertimbangan juga dalam mengedukasi masyarakat. Hal ini dikarenakan menyesuaikan dengan karakteristik sasaran kegiatan. Dalam konteks edukasi pencegahan stunting dengan sasaran ibu hamil dan ibu balita, posyandu menjadi salah satu lokasi yang potensial. Posyandu dipilih sebagai lokasi kegiatan karena merupakan sarana pelayanan kesehatan berbasis masyarakat yang secara rutin menjadi tempat berkumpulnya ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu yang memiliki balita, sehingga diharapkan edukasi yang diberikan dapat menjangkau sasaran secara optimal. Kemudahan akses serta terjangkau oleh masyarakat menjadikan Posyandu sebagai sarana yang dapat dipergunakan untuk meningkatkan pengetahuan dalam mencegah stunting (Yuliandari, 2023). Oleh sebab itu, edukasi sedini mungkin kepada ibu hamil dan ibu balita melalui posyandu merupakan langkah strategis untuk memperbaiki praktik gizi dan mengurangi risiko stunting.

Kegiatan Edukasi Cegah Stunting melalui Posyandu dapat berkontribusi pada pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) tujuan ke-2 (*Zero Hunger*) dan tujuan ke-3 (*Good Health and Well-being*). Upaya pencegahan stunting melalui edukasi gizi merupakan bentuk intervensi spesifik untuk menurunkan angka stunting, meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak, serta memperkuat kapasitas masyarakat dalam memahami pentingnya gizi seimbang di masa awal kehidupan. Selain itu, gerakan ini juga sejalan dengan Asta Cita Indonesia Emas 2045, terutama tentang peningkatan sumber daya manusia yang unggul, produktif, dan berdaya saing melalui peningkatan status kesehatan dan gizi masyarakat.

2. METODE

Tahap awal kegiatan diawali dengan wawancara pendahuluan dan identifikasi masalah bersama mitra. Tim pengabdian melakukan diskusi dengan informan kunci, yaitu ketua Posyandu yang juga merupakan kader kesehatan, untuk menggali permasalahan yang dihadapi masyarakat terkait pencegahan stunting. Selain itu, tim juga melakukan telaah literatur yang relevan dan mengkaji hasil penelitian terdahulu sebagai dasar dalam menentukan bentuk intervensi yang sesuai dengan kebutuhan mitra. Berdasarkan hasil identifikasi tersebut,

diketahui bahwa masih terdapat ibu yang belum memahami pentingnya pemenuhan gizi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan, pemberian ASI eksklusif, serta MP-ASI sesuai usia yang tepat, sehingga diperlukan upaya edukasi yang lebih terarah. Informasi yang diperoleh pada tahap ini menjadi dasar dalam menyusun materi dan metode kegiatan agar sesuai dengan kondisi dan kebutuhan mitra.

Tahap selanjutnya adalah perencanaan program bersama mitra. Tim pengabdian bersama ketua Posyandu menyusun rancangan kegiatan secara partisipatif, mulai dari penentuan tujuan kegiatan, penyusunan agenda, pembagian tugas setiap anggota tim, hingga penentuan waktu dan lokasi pelaksanaan. Berdasarkan diskusi tersebut, mitra menyetujui intervensi yang diusulkan oleh tim Pengabdian Masyarakat. Setelah perencanaan program selesai, tahap berikutnya adalah koordinasi dan persiapan teknis untuk memastikan seluruh rangkaian kegiatan dapat berjalan dengan baik. Ketua tim melakukan koordinasi dengan ketua Posyandu dan kader untuk menyepakati jadwal pelaksanaan, jumlah peserta, kesiapan lokasi, perlengkapan yang dibutuhkan, serta pembagian peran selama kegiatan berlangsung. Sementara itu, anggota tim mempersiapkan materi edukasi yang disesuaikan dengan hasil identifikasi kebutuhan mitra. Materi edukasi fokus pada pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi selama 1.000 HPK, pemberian ASI eksklusif, MP-ASI yang sesuai dan pola asuh yang baik. Materi disusun dalam bentuk slide presentasi yang mudah dipahami serta didukung oleh media edukasi berupa poster, gambar, dan video interaktif agar penyampaian informasi menjadi lebih menarik dan mudah diterima oleh peserta.

Selain menyiapkan materi, tim juga menyusun instrumen evaluasi berupa kuesioner pre-test dan post-test yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan edukasi. Persiapan administrasi kegiatan juga dilakukan, meliputi penyusunan daftar hadir, lembar evaluasi, dokumentasi kegiatan, hingga persiapan untuk pengolahan dan analisis data hasil evaluasi. Pada aspek teknis, tim juga menyiapkan berbagai kebutuhan pendukung seperti sertifikat, *banner* kegiatan, dan media publikasi lainnya. Perlengkapan tambahan berupa alat tulis, seperti pulpen dan kertas, juga disiapkan guna mendukung kelancaran pelaksanaan kegiatan. Di sisi lain, ketua Posyandu dan kader berperan aktif dalam menyiapkan tempat kegiatan, perangkat audiovisual, serta menginformasikan kegiatan kepada sasaran melalui pertemuan rutin Posyandu maupun grup komunikasi yang dimiliki.

Tahap pelaksanaan kegiatan diawali dengan sesi pembukaan, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian tujuan kegiatan penyuluhan secara singkat. Setelah itu, peserta diminta mengisi kuesioner pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai stunting. Tahap selanjutnya adalah penyampaian materi oleh narasumber melalui metode ceramah menggunakan media *PowerPoint* yang membahas pencegahan stunting secara menyeluruh. Untuk memperkuat pemahaman peserta, kegiatan dilanjutkan dengan pemutaran video edukatif singkat mengenai stunting. Video menayangkan gambaran penyebab dan pencegahan stunting. Selain itu, tim juga menampilkan poster edukasi yang memuat pesan-pesan utama terkait pencegahan stunting. Poster berisi gambar dan poin-poin tentang penyebab stunting, cara pencegahannya, serta gambaran contoh menu makanan yang bergizi seimbang bagi balita. Kegiatan ini selanjutnya menggunakan pendekatan diskusi interaktif untuk memudahkan penyampaian dan pemahaman informasi dari narasumber kepada peserta.

Setelah pemaparan materi, peserta diberikan kesempatan untuk mengikuti sesi diskusi dan tanya jawab, sehingga dapat menyampaikan pertanyaan kepada narasumber. Selanjutnya, peserta mengisi kuesioner post-test guna menilai peningkatan pengetahuan setelah mengikuti penyuluhan. Kegiatan kemudian ditutup dengan penyampaian rangkuman materi, pesan penutup, serta ucapan terima kasih kepada Ketua dan Kader Posyandu, serta seluruh peserta. Tim berpesan dan berharap agar penyebaran informasi kepada Masyarakat dapat terus dilanjutkan oleh kader posyandu sebagai upaya promosi kesehatan komunitas serta menunjukkan Masyarakat yang berdaya. Sebagai evaluasi, tim melakukan pengolahan data berdasarkan hasil pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi pencegahan stunting dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 22 November 2025 pukul 09.00-11.00 WIB. Bertempat di Posyandu Elok, Jl. Pelopor 2 RT 04 RW 008, Kelurahan Curug, Kecamatan Bojongsari, Kota Depok. Kegiatan diikuti oleh 32 orang peserta yang terdiri dari ibu hamil dan ibu menyusui dengan rentang usia 20-35 tahun. Materi penyuluhan meliputi pengertian dan indikator stunting, faktor penyebab stunting, dampak stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta upaya pencegahan stunting sejak dini melalui pemenuhan gizi, pemberian ASI eksklusif, MP-ASI yang tepat, pola asuh yang baik, dan pemanfaatan layanan kesehatan. Poster dibagikan dan ditampilkan kepada peserta, kemudian narasumber memberikan penjelasan yang selama 10 menit. Sementara pemutaran video singkat dilakukan selama 5 menit yang kemudian dilanjutkan dengan penjelasan materi edukasi selama 30 menit.



Gambar 1. Kegiatan edukasi di Posyandu

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi. Terdapat 10 pertanyaan dalam pre-test dan post-test. Seluruh pertanyaan mengacu pada materi yang disampaikan oleh narasumber. Berikut ini adalah 10 topik pertanyaan dalam pre-test dan post-test:

- 1) Penyebab stunting
- 2) Indikator stunting
- 3) Pentingnya 1000 HPK sebagai pencegahan stunting
- 4) Pola makan penyebab stunting
- 5) Hubungan infeksi dengan stunting
- 6) Dampak jangka Panjang dari stunting
- 7) Peran keluarga dalam mencegah stunting
- 8) Peran Posyandu dalam pencegahan Stunting
- 9) Hubungan sanitasi dengan stunting
- 10) Contoh menu makanan pencegah stunting

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Berdasarkan Tabel 1, pada saat pre-test sebagian besar peserta telah memiliki kategori pengetahuan baik (skor ≥ 80) yaitu sebanyak 28 orang (87,5%), sedangkan 4 orang (12,5%) berada pada kategori cukup (skor 60–79). Setelah diberikan edukasi, seluruh peserta (100%) berada pada kategori pengetahuan baik. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai pencegahan stunting setelah mengikuti penyuluhan. Materi dengan peningkatan skor tertinggi adalah mengenai indikator stunting.

Tabel 1. Perbandingan pengetahuan peserta saat Pre-test dan Post-test

Kategori Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik (skor ≥ 80)	28	87,5	32	100
Cukup (skor 60–79)	4	12,5	0	0
Kurang (skor < 60)	0	0	0	0
Total	32	100	32	100

Selain itu, hasil pada Tabel 2 menunjukkan bahwa rerata skor pengetahuan peserta meningkat dari 83,33 pada pre-test menjadi 97,41 pada post-test. Skor terendah juga mengalami peningkatan dari 60 menjadi 90, sedangkan skor tertinggi tetap berada pada nilai 100. Peningkatan rerata skor tersebut menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terkait pencegahan stunting.

Tabel 2. Perbandingan rerata skor Pre-test dan Post-test

Test	Skor terendah	Skor tertinggi	Rerata Skor
Pre-test	60	100	83,33
Post-test	90	100	97,41

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa sebenarnya sebagian besar ibu telah memiliki pengetahuan awal yang cukup baik mengenai stunting. Hal ini terlihat dari tingginya persentase peserta dengan kategori pengetahuan baik (skor ≥ 80) pada saat pre-test. Pengetahuan awal tersebut dapat diperoleh dari pengalaman pribadi, informasi tenaga kesehatan, media sosial, atau kegiatan Posyandu sebelumnya. Meskipun demikian, edukasi yang diberikan tetap berperan penting dalam memperkuat pemahaman peserta, terutama terkait praktik pencegahan dalam kehidupan sehari-hari. Peningkatan pengetahuan tetap dapat dicapai meskipun peserta telah memiliki tingkat pengetahuan awal yang relatif tinggi. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan tetap diperlukan sebagai upaya penyegaran informasi terhadap pemahaman masyarakat yang kurang tepat.

Peningkatan pengetahuan setelah kegiatan edukasi menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan tidak hanya berperan sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sarana untuk memperkuat dan menyegarkan kembali pengetahuan yang telah dimiliki masyarakat. Meskipun sebagian besar peserta telah memiliki pengetahuan awal yang baik mengenai stunting, kegiatan edukasi tetap memberikan kesempatan bagi peserta untuk mengklarifikasi informasi yang belum dipahami, meluruskan persepsi yang kurang tepat, serta memperdalam pemahaman mengenai praktik pencegahan stunting yang sesuai dengan rekomendasi. Penguatan pengetahuan ini penting karena pemahaman yang benar menjadi dasar dalam pengambilan keputusan dan penerapan perilaku kesehatan di lingkungan keluarga. Hasil kegiatan ini sejalan dengan pengabdian masyarakat di Posyandu Sentosa, Provinsi Riau, yang menunjukkan bahwa edukasi mengenai pencegahan stunting mampu meningkatkan rata-rata skor pengetahuan peserta sebesar 2,96 poin (Al Adn et al., 2025). Temuan serupa juga dilaporkan pada kegiatan edukasi di Sawangan, Depok, yang menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif sebagai salah satu strategi utama dalam pencegahan stunting (Sabilla & Ariasih, 2022). Kesamaan hasil tersebut mengindikasikan bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan secara terstruktur dan sesuai dengan kebutuhan sasaran merupakan salah satu pendekatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya terkait pencegahan stunting selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan.

Penggunaan poster dan pemutaran video interaktif sebagai media edukasi juga dapat mendukung proses pemahaman informasi bagi ibu. Hal ini dibuktikan dengan antusiasnya peserta saat penayangan media video dan penjelasan dari pemateri. Para peserta memperhatikan dan berinteraksi dengan pemateri dengan senantiasa menjawab seruan dan pertanyaan yang diberikan. Saat sesi diskusi jugat terdapat pertanyaan dari para peserta mengenai mitos jenis makanan tertentu pada ibu hamil dan klarifikasi mengenai anak lebih pendek dari temannya yang selalu dilabeli stunting. Bahkan setelah kegiatan, beberapa peserta terpantau mendekati poster, membacanya dan berfoto dengan latar poster tersebut.

Materi yang disajikan dalam bentuk gambar, animasi bergerak dan poin pesan singkat membuat informasi mengenai pencegahan stunting lebih mudah dipahami dan diingat. Media edukasi yang sederhana dan mudah diakses seperti poster dapat menjadi sarana yang efektif untuk memperkuat pesan kesehatan dan meningkatkan pemahaman masyarakat, terutama pada kegiatan promosi kesehatan di tingkat komunitas. Temuan ini sejalan dengan hasil pengabdian masyarakat yang menunjukkan bahwa pemanfaatan media edukasi berupa poster dapat

membantu meningkatkan pengetahuan dan mendorong masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam pencegahan masalah gizi pada balita (Zulkarnaini & Ardilla, 2025).

Studi di Bali juga membuktikan terdapat peningkatan pengetahuan ibu mengenai stunting setelah diedukasi dengan media poster dan video dengan p value = 0,004 (Yanti et al., 2022). Media poster dan video yang dibagikan kepada peserta memberikan kesempatan mereka untuk dapat mempelajari kembali materi edukasi tersebut setelah kegiatan edukasi usai. Hal ini mendukung proses belajar mandiri bagi peserta (Sholihah & Hamid, 2026).

Keberhasilan kegiatan ini juga didukung oleh peran aktif peserta dalam kegiatan edukasi bahwa pendekatan partisipatif memiliki peran penting dalam menciptakan keberhasilan suatu program pengabdian masyarakat. Hal ini didukung oleh kegiatan edukasi di Kabupaten Sumbawa yang menyimpulkan bahwa metode interaktif dengan pendekatan partisipatif efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai pencegahan stunting. Metode interaktif dapat berupa permainan sederhana, kuis, dan diskusi interaktif sehingga peserta dapat berkomunikasi dan saling berbagi pengalaman (Sholihah & Hamid, 2026). Sejalan pula dengan pelaksanaan program Genteng (Gerakan Terpadu Peduli Stunting) di Tanggamus, bahwa pendekatan yang interaktif meningkatkan pemahaman ibu dalam mendeteksi dan mencegah stunting pada balita (Syamsiah et al., 2025). Adanya interaksi memudahkan peserta untuk memahami dan mengingat materi yang diberikan.

Selain dari metode kegiatan, tempat kegiatan juga mendukung tujuan edukasi stunting ini. Kegiatan edukasi ini dilaksanakan di Posyandu. Hal ini dikarenakan Posyandu sebagai wadah di lingkungan masyarakat yang dapat dijadikan saluran penyebaran informasi kesehatan bagi masyarakat. Posyandu memiliki peran sebagai pusat komunikasi Kesehatan masyarakat. Posyandu dapat menyediakan berbagai informasi kesehatan guna meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat (Maulizar & Macella, 2022). Diharapkan para kader Posyandu mendapatkan sosialisasi dan pelatihan mengenai edukasi kesehatan agar selanjutnya berdaya untuk menyampaikan informasi langsung kepada masyarakat di lingkungan sekitarnya.

Melalui Posyandu, masyarakat dapat memperoleh berbagai layanan kesehatan dasar sekaligus informasi kesehatan yang dibutuhkan sesuai dengan tahap kehidupannya. Keberadaan Posyandu yang dekat dengan lingkungan tempat tinggal masyarakat menjadikannya sebagai sarana yang efektif untuk pelaksanaan kegiatan promotif dan preventif. Selain menyelenggarakan kegiatan rutin setiap bulan, Posyandu juga didukung oleh berbagai kegiatan pemberdayaan masyarakat yang memungkinkan pesan-pesan kesehatan dapat menjangkau masyarakat secara lebih luas. Kemudahan akses serta kedekatannya dengan masyarakat menjadikan Posyandu sebagai wadah yang potensial untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, termasuk dalam upaya pencegahan stunting (Yuliandari, 2023).

Dengan meningkatnya pengetahuan tersebut, diharapkan ibu dapat menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Penerapan tersebut dapat dimulai dengan memberikan ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, memperhatikan ketepatan waktu pemberian MP-ASI, menyajikan MP-ASI yang beragam dan bergizi seimbang, serta menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Selain itu, ibu juga diharapkan secara rutin memantau pertumbuhan dan perkembangan anak di Posyandu melalui penimbangan berat badan, pengukuran panjang atau tinggi badan, untuk memantau status gizi anak. Pemantauan secara berkala ini penting sebagai langkah preventif untuk mendeteksi adanya gangguan pertumbuhan sejak dini sehingga intervensi dapat segera dilakukan sebelum berkembang menjadi stunting. Pengetahuan yang baik merupakan modal awal dalam membentuk perilaku kesehatan yang positif, namun perubahan perilaku memerlukan penguatan secara berkelanjutan melalui dukungan keluarga, kader Posyandu, dan tenaga kesehatan. Oleh karena itu, kegiatan edukasi tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong ibu untuk mengimplementasikan praktik pemberian makan bayi dan anak sesuai rekomendasi serta memanfaatkan layanan Posyandu secara aktif sebagai upaya pencegahan stunting.

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pencegahan stunting di Posyandu Elok, Curug, Kota Depok berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan ibu menyusui mengenai stunting serta cara pencegahannya. Meskipun sebagian besar peserta sudah memiliki pengetahuan yang baik sejak awal, edukasi yang diberikan tetap membantu memperkuat pemahaman ibu terkait pentingnya ASI eksklusif, pemenuhan gizi, dan pola asuh yang baik. Edukasi melalui Posyandu dengan media yang interaktif juga membuat peserta lebih mudah memahami materi. Diharapkan juga para kader Posyandu mendapatkan pelatihan lanjutan mengenai pencegahan stunting agar dapat menyampaikan informasi kepada masyarakat secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada Rektor, LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah memfasilitasi, serta kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat UMJ dan STIKes Widya Dharma Husada Tangerang atas dukungannya kepada tim pengabdian masyarakat. Tim juga tak lupa mengucapkan terimakasih kepada Ketua dan kader Posyandu Elok, serta seluruh peserta kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Adn, N. S. R., Istiqomah, N., & Zulfatunnisa, N. (2025). Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Kesehatan di Posyandu Sentosa, Desa Jati Baru, Riau. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Abdira)*, 5(4). <https://doi.org/10.31004/abdira.v5i4.1144>
- Dinas Kesehatan Kota Depok. (2025). *Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2024*. <https://dinkes.depok.go.id/User/dokumen>
- Efendi, R., Norhasanah, Solechah, S. A., & Suryani, N. (2023). Pengaruh konseling terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang gizi dan keamanan pangan pada ibu hamil. *Kesehatan Reproduksi*, 14(1), 11–18. <http://journaliakmitangsel2.iakmi.or.id>
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 Dalam Angka*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2024/>
- Maulizar, A., & Macella, A. D. R. (2022). Peran Posyandu Sebagai Pusat Informasi Kesehatan Ibu dan Anak di Desa Suak Puntong Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. *Journal of Social and Policy Issues*, 2(2), 65–70. <https://doi.org/10.58835/jspi.v2i2.40>
- Sabilla, M., & Ariasih, R. A. (2022). Edukasi Peningkatan Pemahaman ASI Eksklusif di RW 08 Kelurahan Kedaung Kota Depok. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 01(01), 1–10. <https://doi.org/10.38165/jirah.v1i1.275>
- Shodikin, A. A., Mutalazimah, M., Muwakhidah, M., & Mardiyati, N. L. (2023). Tingkat Pendidikan Ibu Dan Pola Asuh Gizi Hubungannya Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan. *Journal of Nutrition College*, 12(1), 33–41. <https://doi.org/10.14710/jnc.v12i1.35322>
- Sholihah, N. A., & Hamid, A. (2026). Edukasi Interaktif pada Ibu Hamil dan Menyusui dalam Pencegahan Stunting Sejak Periode 1000 HPK di Desa Moyo Kabupaten Sumbawa. *Jurnal Pustaka Mitra*, 6(1), 28–32. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakamitra.v6i1.1496>
- Syamsiah, R. I., Farkhah, L., & Sptyani, P. M. (2025). Genteng (Gerakan Terpadu Peduli Stunting) Program PAUD Dalam Pengasuhan dan Stimulasi Pencegahan Stunting di Pekon Wonosobo, Tanggamus. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 8(8), 2004. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v8i10.22077>
- WHO. (2020). *Childhood Stunting: Context, Causes and Consequences - Conceptual framework*. 9(September). <https://www.who.int/publications/m/item/childhood-stunting-context-causes-and-consequences-framework>

- Yanti, P. L. M. D. K., Astuti, I. W., Sanjiwani, I. A., & Yanti, N. L. P. E. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan dengan media poster dan video melalui Whatsapp terhadap pengetahuan ibu mengenai stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 11(1), 39. <https://doi.org/10.32831/jik.v11i1.444>
- Yuliandari, I. (2023). *Posyandu Semakin Siap Melayani Masyarakat Semua Usia*. Kemenkes RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/posyandu-semakin-siap-melayani-masyarakat-secara-menyuluh->
- Zhafira, S. N., Pangestuti, D. R., & Kartini, A. (2024). Rendahnya Pengetahuan Gizi Ibu dan Defisiensi Asupan Energi Balita sebagai Faktor Risiko Stunting di Wilayah Pertanian. *Amerta Nutrition*, 8(3), 259–268. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i3SP.2024.25>
- Zhihui Li, Rockli Kim, S. V. S. (2020). *Factors Associated With Child Stunting, Wasting, and Underweight in 35 Low- and Middle-Income Countries*. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3386>
- Zulkarnaini, & Ardilla, A. (2025). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Media Edukasi Poster Interaktif Berbasis QR Code di Desa Blang Teue. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Wahana Usada*, 7(2), 143–153. <https://doi.org/10.47859/wuj.v7i2.677>

Halaman Ini Dikosongkan