

## Penyuluhan Pencegahan Stunting melalui Edukasi Gizi dan ASI Eksklusif di Posyandu Mawar 1 Desa Fajar Agung Kabupaten Pringsewu

Wina Safutri<sup>1\*</sup>, Nur Alfi Fauziah<sup>2</sup>, Siska Amelia<sup>3</sup>, Hasna Kamila<sup>4</sup>, Novalia Az Zahra<sup>5</sup>, Puji Laela Tusania<sup>6</sup>, Marsheila Hikmah Ilhami<sup>7</sup>, Rizky Fadillah Nur Wahied<sup>8</sup>, Dheva Chandra Amathyas<sup>9</sup>, Eki Takbirullah<sup>10</sup>

<sup>1,5,6,7,9</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Pringsewu, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Pringsewu, Indonesia

<sup>3,4</sup>Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Pringsewu, Indonesia

<sup>8</sup>Program Studi Pendidikan Teknologi Informasi, Universitas Aisyah Pringsewu, Pringsewu, Indonesia

<sup>10</sup>Program Studi Teknologi Informasi, Universitas Aisyah Pringsewu, Pringsewu, Indonesia

Email: <sup>1\*</sup>[winafarmasiuap@gmail.com](mailto:winafarmasiuap@gmail.com), <sup>2</sup>[nuralfifauziah@aisyahuniversity.ac.id](mailto:nuralfifauziah@aisyahuniversity.ac.id), <sup>3</sup>[siskaamelia4942@gmail.com](mailto:siskaamelia4942@gmail.com),

<sup>4</sup>[hasnakamila776@gmail.com](mailto:hasnakamila776@gmail.com), <sup>5</sup>[novaliaazzahra381@gmail.com](mailto:novaliaazzahra381@gmail.com), <sup>6</sup>[pujilaela12@gmail.com](mailto:pujilaela12@gmail.com),

<sup>7</sup>[ilhamisheila@gmail.com](mailto:ilhamisheila@gmail.com), <sup>8</sup>[nurwahiedtrizky@gmail.com](mailto:nurwahiedtrizky@gmail.com), <sup>9</sup>[chandraamathyas@gmail.com](mailto:chandraamathyas@gmail.com),

<sup>10</sup>[etakbirullah@gmail.com](mailto:etakbirullah@gmail.com)

\*Email Corresponding Author: [winafarmasiuap@gmail.com](mailto:winafarmasiuap@gmail.com)

### Abstrak

Stunting masih menjadi masalah gizi kronis yang memerlukan perhatian di Pekon Fajar Agung, Kecamatan Pringsewu, dengan pengetahuan ibu hamil dan ibu balita mengenai pemenuhan gizi, ASI eksklusif, dan pemantauan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang masih terbatas. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita mengenai pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan ASI eksklusif. Metode yang digunakan berupa penyuluhan menggunakan media leaflet, disertai sesi tanya jawab dan konsultasi yang bekerja sama dengan mitra Posyandu Mawar 1 dan melibatkan 25 peserta. Evaluasi keberhasilan dilakukan dengan membandingkan skor pre-test dan post-test pengetahuan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 90,0 menjadi 96,8, atau naik 6,8 poin setelah penyuluhan. Kegiatan ini juga menghasilkan media leaflet edukasi stunting yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh kader Posyandu dan tenaga kesehatan setempat.

**Kata Kunci:** Stunting, Edukasi Gizi, ASI Eksklusif, Penyuluhan Kesehatan, Ibu Hamil Dan Balita.

### Abstract

*Stunting remains a chronic nutritional problem that requires attention in Fajar Agung Village, Pringsewu Subdistrict, where the knowledge of pregnant women and mothers of toddlers regarding nutritional fulfillment, exclusive breastfeeding, and monitoring of the first 1,000 days of life is still limited. This community service activity aimed to improve the knowledge of pregnant women, breastfeeding mothers, and mothers of toddlers on stunting prevention through nutrition education and exclusive breastfeeding. The method used was health counseling with leaflet media, followed by a question-and-answer and consultation session in partnership with Posyandu Mawar 1 and involving 25 participants. Evaluation of success was carried out by comparing participants' pre-test and post-test knowledge scores. The results showed that the average knowledge score of participants increased from 90.0 to 96.8, rising by 6.8 points after the counseling session. This activity also produced a stunting-education leaflet that can be used sustainably by Posyandu cadres and local health workers.*

**Keywords:** Stunting, Nutrition Education, Exclusive Breastfeeding, Health Counseling, Pregnant And Toddler Mothers.

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah gangguan tumbuh kembang pada balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis dan dapat terjadi sejak masa kehamilan hingga anak berusia 24 bulan, dengan tanda utama berupa perlambatan kecepatan pertumbuhan anak (Aini et al., 2026). Kondisi ini umumnya dialami bayi usia 0–11 bulan dan balita usia 12–59 bulan yang mengalami kekurangan gizi kronis, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang dikenal sebagai periode emas tumbuh kembang anak. Dampak jangka pendek stunting meliputi perkembangan kognitif yang tidak optimal serta peningkatan angka kesakitan, sedangkan dampak jangka panjangnya meliputi postur tubuh yang tidak optimal, peningkatan risiko penyakit tidak menular, serta penurunan kapasitas belajar dan produktivitas di masa dewasa (Ramadhani & Kuswandi, 2025).

Data global menunjukkan prevalensi stunting dunia pada tahun 2022 sebesar 22,3%, dengan laju penurunan tahunan yang tergolong lambat, yakni hanya sekitar 0,2% per tahun (World Health Organization et al., 2023). Di tingkat nasional, hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 mencatat prevalensi stunting Indonesia sebesar 19,8%, sudah berada di bawah ambang batas WHO sebesar 20%, meskipun masih terdapat puluhan provinsi dengan prevalensi di atas angka tersebut (Kementerian Kesehatan RI, 2025).

Provinsi Lampung sempat mencatatkan prevalensi stunting terendah secara nasional pada tahun 2023, yaitu 14,9%, hasil dari capaian delapan indikator program percepatan penurunan stunting yang didukung kolaborasi lintas sektor (Nugroho et al., 2025). Namun demikian, SSGI 2024 mencatat prevalensi stunting Provinsi Lampung justru meningkat menjadi 15,9%. Kondisi serupa juga terjadi di Kabupaten Pringsewu, dengan prevalensi stunting yang naik dari 15,8% pada tahun 2023 menjadi 19,5% pada tahun 2024, disertai jumlah keluarga berisiko stunting yang mencapai lebih dari sepuluh ribu keluarga. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa upaya intervensi di tingkat pekon belum sepenuhnya konsisten dan berkelanjutan, meskipun Pemerintah Kabupaten Pringsewu telah menetapkan Peraturan Bupati Nomor 8 Tahun 2021 tentang peran pemerintah pekon dalam pencegahan dan penurunan stunting (Apriliana et al., 2026).

Permasalahan stunting umumnya berkaitan dengan gizi buruk pada ibu hamil maupun balita, keterbatasan akses layanan antenatal dan postnatal care, minimnya akses terhadap pangan bergizi, serta kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum, selama, dan setelah kehamilan (Sari et al., 2023). Hasil observasi awal terhadap 25 ibu hamil dan ibu balita di Pekon Fajar Agung, Kecamatan Pringsewu, menunjukkan bahwa pemahaman peserta masih terbatas pada beberapa aspek penting, yaitu pentingnya asupan gizi seimbang sejak masa kehamilan, manfaat pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, cara pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat, peran imunisasi dan pemantauan tumbuh kembang secara berkala, serta risiko jangka panjang stunting baik dari sisi fisik maupun kognitif. Kondisi ini diperberat oleh terbatasnya media edukasi kesehatan yang interaktif dan mudah dipahami, rendahnya literasi gizi keluarga, serta terbatasnya waktu konsultasi pada saat kunjungan ke fasilitas kesehatan setempat.

Posyandu Mawar 1 yang berlokasi di Dusun Fajar Agung 1 merupakan tempat utama bagi ibu hamil dan ibu balita di wilayah tersebut untuk memeriksakan kondisi kehamilan, menimbang berat badan anak, dan memantau tumbuh kembang balita secara berkala. Meskipun layanan posyandu berjalan sesuai jadwal bulanan, program edukasi kesehatan yang ada masih bersifat insidental dan belum terintegrasi dalam kegiatan pembinaan masyarakat secara berkelanjutan, sehingga pemenuhan gizi ibu hamil dan balita belum sepenuhnya mendapat perhatian yang konsisten. Pencegahan stunting pada periode 1.000 HPK memerlukan pendekatan medis sekaligus pendekatan sosial, edukatif, dan budaya yang melibatkan sinergi tenaga kesehatan, pemerintah desa, tokoh masyarakat, dan keluarga (Kartini, 2025).

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirumuskan untuk menjawab permasalahan rendahnya pengetahuan ibu hamil dan ibu balita mengenai pencegahan stunting di wilayah kerja Posyandu Mawar 1. Kegiatan ini bertujuan untuk (1) meningkatkan pengetahuan ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita mengenai pengertian, penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi

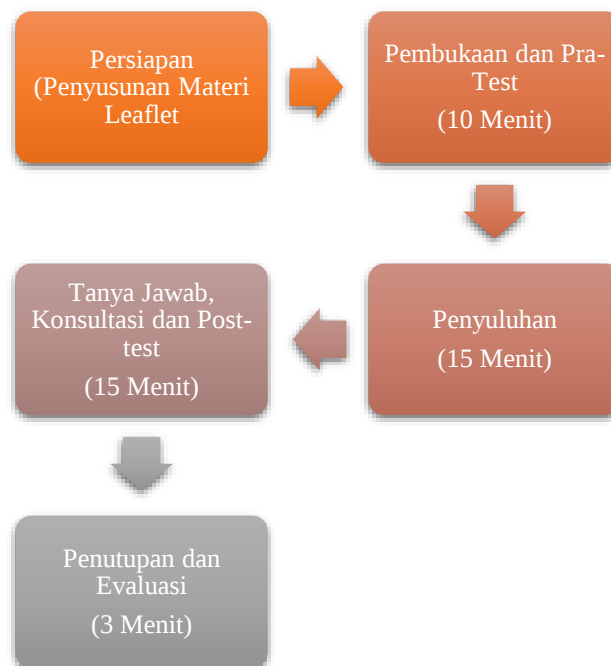
seimbang dan ASI eksklusif, serta (2) menghasilkan media edukasi berupa leaflet yang dapat digunakan secara berkelanjutan oleh kader kesehatan setempat.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan pada hari Kamis, 6 Agustus 2026, bertempat di Aula Kantor Pekon Fajar Agung, dilaksanakan bersamaan dengan jadwal kegiatan bulanan Posyandu Mawar 1 agar dapat menjangkau sasaran secara langsung. Mitra dalam kegiatan ini adalah Posyandu Mawar 1, dengan sasaran sebanyak 25 peserta yang terdiri atas ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu yang memiliki balita di wilayah Pekon Fajar Agung, Kecamatan Pringsewu, Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung.

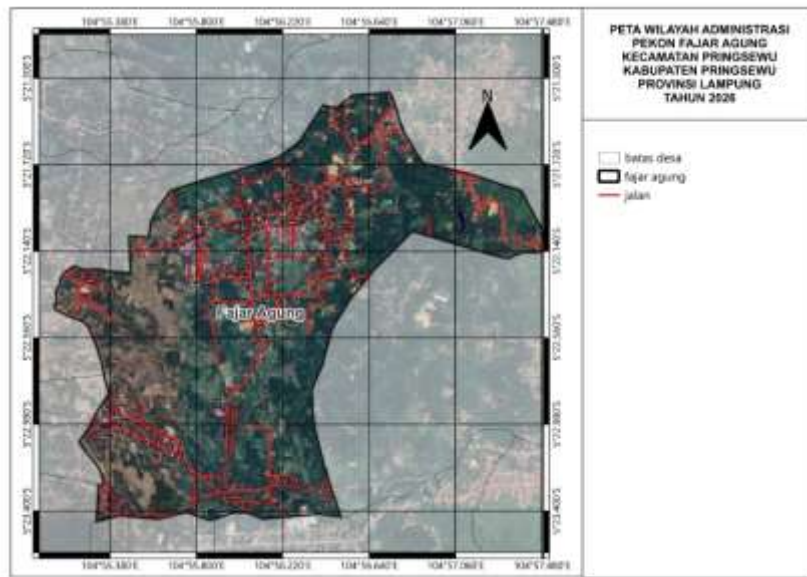
Tahap persiapan meliputi penyusunan materi edukasi mengenai pengertian stunting, faktor risiko dan penyebab, tanda dan gejala, pentingnya pemenuhan gizi seimbang bagi ibu hamil dan balita, contoh menu Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbahan pangan lokal, serta pentingnya pemantauan 1.000 HPK. Materi disusun dengan bahasa sederhana dan dituangkan ke dalam desain leaflet yang ringkas serta dilengkapi ilustrasi agar mudah dipahami sasaran, kemudian dicetak sesuai jumlah peserta.

Pelaksanaan penyuluhan berlangsung dalam satu hari melalui kegiatan yaitu : (1) persiapan; (2) pembukaan, pengenalan, dan pengisian pre-test oleh peserta; (3) penyampaian materi menggunakan leaflet secara bergantian; (4) sesi tanya jawab, konsultasi personal, dan pengisian post-test; serta (6) penutupan dan sesi dokumentasi. Alur pelaksanaan kegiatan disajikan pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Diagram alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

Kegiatan ini turut melibatkan kader kesehatan Posyandu Mawar 1 dan bidan desa sebagai mitra pelaksana. Kader kesehatan berperan mengoordinasikan waktu pelaksanaan agar tidak mengganggu jalannya kegiatan posyandu, membantu mobilisasi peserta, serta mendampingi tim selama penyuluhan berlangsung. Bidan desa memberikan pendampingan terkait kesehatan ibu dan anak serta memperkuat kepercayaan masyarakat terhadap informasi yang disampaikan. Lokasi kegiatan berada di Pekon Fajar Agung sebagaimana disajikan pada peta wilayah administrasi pada Gambar 2.



**Gambar 2.** Peta wilayah administrasi Pekon Fajar Agung, Kecamatan Pringsewu, Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung

Alat ukur keberhasilan kegiatan berupa kuesioner pengetahuan (pre-test dan post-test) dengan skor 0–100 yang diisi peserta sebelum dan sesudah penyuluhan, serta lembar observasi tingkat kehadiran dan keaktifan peserta selama sesi tanya jawab. Tingkat ketercapaian kegiatan dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, tanpa menggunakan uji statistik inferensial.

### 3. HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting terlaksana dengan baik dan diikuti oleh 25 peserta yang terdiri atas ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu yang memiliki balita di wilayah kerja Posyandu Mawar 1. Rangkaian kegiatan berlangsung sesuai tahapan yang direncanakan, mulai dari pengisian pre-test, penyampaian materi menggunakan leaflet oleh mahasiswa program studi Gizi, Kebidanan, Keperawatan, dan Farmasi secara bergantian sesuai bidang keahlian, sesi tanya jawab, konsultasi personal hingga pengisian post-test. Kader Posyandu dan bidan desa turut mendampingi jalannya kegiatan sehingga penyampaian informasi dapat berlangsung secara interaktif dan sesuai kebutuhan peserta.

#### 3.1 Tabel dan Gambar

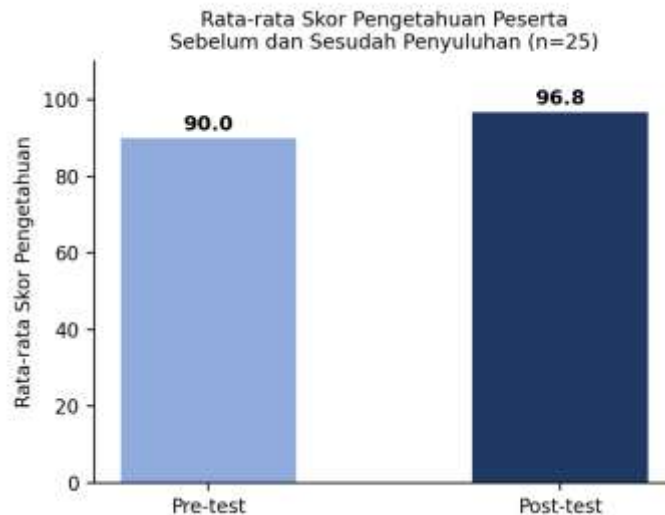
Keberhasilan kegiatan diukur melalui perbandingan skor pengetahuan peserta sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) penyuluhan. Rekapitulasi hasil pengukuran disajikan pada Tabel 1.

**Tabel 1.** Rata-rata Skor Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Penyuluhan (n=25)

| Aspek       | Rata-rata Skor | Jumlah Peserta |
|-------------|----------------|----------------|
| Pre-test    | 90,0           | 25             |
| Post-test   | 96,8           | 25             |
| Peningkatan | 6,8            | 25             |

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 90,0 pada saat pre-test menjadi 96,8 pada saat post-test, atau mengalami kenaikan sebesar 6,8 poin setelah mengikuti penyuluhan. Sebagian besar peserta yang pada pre-test belum mencapai skor maksimal menunjukkan peningkatan pemahaman

pada post-test, sementara peserta yang sejak awal telah memiliki skor tinggi mempertahankan capaiannya. Visualisasi perbandingan rata-rata skor pengetahuan peserta disajikan pada Gambar 3.



**Gambar 3.** Grafik rata-rata skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan

Peningkatan pengetahuan tersebut sejalan dengan temuan Ramadhani dan Kuswandi (2025) yang melaporkan bahwa edukasi gizi menggunakan media leaflet efektif meningkatkan pengetahuan ibu balita karena penyampaian informasi yang ringkas, disertai ilustrasi, dan mudah dipahami oleh masyarakat awam. Hal serupa juga ditemukan pada kegiatan edukasi pencegahan stunting pada 1.000 HPK di Posyandu Melati 4 Kuranji, yang menunjukkan bahwa kombinasi penyuluhan dan media cetak dapat mendorong perubahan pemahaman peserta terhadap pentingnya gizi pada masa kehamilan dan balita (Sari et al., 2023). Pendekatan yang menggabungkan penyuluhan, sesi tanya jawab, serta pemeriksaan kesehatan langsung seperti pengukuran tekanan darah dan LILA turut memperkuat pemahaman peserta karena informasi yang disampaikan secara lisan langsung dikaitkan dengan kondisi kesehatan mereka sendiri, sejalan dengan pentingnya pendampingan berkelanjutan pada periode 1.000 HPK (Kartini, 2025).

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini menghasilkan luaran berupa media leaflet edukasi stunting yang memuat pengertian, ciri-ciri, dampak, penyebab, cara pencegahan, kenali 4T, serta peran orang tua dalam pencegahan stunting. Leaflet tersebut diserahkan kepada kader Posyandu Mawar 1 agar dapat digunakan kembali pada kegiatan posyandu maupun penyuluhan berikutnya, sehingga informasi mengenai pencegahan stunting dapat terus disampaikan kepada ibu hamil dan ibu balita meskipun kegiatan pengabdian telah berakhir.

Kegiatan ini juga menghadapi sejumlah tantangan pelaksanaan. Ketiadaan fasilitas Puskesmas di tingkat pekon menjadi salah satu kendala utama dalam menjaga kesinambungan pemantauan tumbuh kembang anak secara berkala, sehingga gangguan gizi seperti stunting berisiko terlambat terdeteksi. Selain itu, penyampaian materi harus menyesuaikan waktu dengan rangkaian kegiatan posyandu yang telah padat, sehingga edukasi berlangsung relatif singkat dan belum dapat disampaikan secara mendalam untuk seluruh aspek pencegahan stunting. Durasi kegiatan yang terbatas pada satu hari juga membatasi kemungkinan pengukuran dampak jangka panjang, sehingga evaluasi keberlanjutan pengetahuan peserta memerlukan pemantauan lebih lanjut oleh kader kesehatan setempat.

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan pencegahan stunting melalui edukasi gizi dan ASI eksklusif di Posyandu Mawar 1 Pekon Fajar Agung berhasil meningkatkan pengetahuan 25 peserta yang

terdiri atas ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita, ditandai dengan kenaikan rata-rata skor pengetahuan dari 90,0 menjadi 96,8. Kegiatan ini juga menghasilkan media leaflet edukasi stunting yang dapat dimanfaatkan secara berkelanjutan oleh kader Posyandu dan tenaga kesehatan setempat. Hambatan yang ditemukan dalam pelaksanaan meliputi keterbatasan waktu penyuluhan yang harus menyesuaikan jadwal posyandu serta ketiadaan fasilitas Puskesmas di tingkat pekon yang berdampak pada kesinambungan pemantauan tumbuh kembang anak. Sebagai tindak lanjut, disarankan adanya pelatihan kader kesehatan secara berkala, penguatan koordinasi antara Posyandu dan Puskesmas terdekat, serta dukungan pemerintah pekon untuk mengintegrasikan edukasi pencegahan stunting ke dalam agenda rutin posyandu agar manfaat kegiatan dapat dirasakan secara berkelanjutan.

## **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Aisyah Pringsewu atas dukungan pendanaan dan fasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Pemerintah Pekon Fajar Agung, kader kesehatan dan bidan desa Posyandu Mawar 1, Kecamatan Pringsewu, Kabupaten Pringsewu, atas kerja sama dan dukungan fasilitas selama pelaksanaan kegiatan, serta kepada seluruh ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu balita yang telah berpartisipasi aktif sebagai peserta kegiatan.

## **6. REFERENSI**

- Aini, A. S., Amabel, S. A., Maula, Z. R., Sugiyono, Z. R., Putri, H. A. H., & Indrayti, L. L. (2026). Strategi pencegahan stunting Desa Gambasan dengan integrasi pemberian makanan tambahan (PMT), bibit daun katuk, serta sosialisasi pola asuh anak dan gizi seimbang. *BESIRU: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 239–245.
- Apriliana, L., Pramazuly, A. N., & Mosshananza, H. (2026). Peran Tim Pendamping Keluarga (TPK) dalam penurunan angka stunting di Desa Bandung Baru Barat Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Progress Administrasi Publik (JPAP)*, 6(1), 106–111.
- Kartini, M. (2025). Upaya pencegahan stunting sejak dini dengan mengoptimalkan pengasuhan 1000 hari pertama kehidupan di TPMB Sitti Hasrah Ibrahim Kota Makassar. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 9(November), 4274–4281.
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). Survei Status Gizi Indonesia. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024: Buku hasil SSGI 2024 dalam angka. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Nugroho, R., Trihandini, I., & Makful, M. R. (2025). Pola sebaran spasial pada kejadian stunting di Provinsi Lampung tahun 2019–2023. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, 5(3), 3.
- Ramadhani, L. N., & Kuswandi, F. D. (2025). Edukasi gizi melalui media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita di Kota Depok, Jawa Barat tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Gizi dan Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 155–161.
- Sari, D. F., Hasni, H., Hamdayani, D., Marta, F., Putri, M., Rifa, M. S., Alfukon, F., Permai, E., & Amelia, N. P. (2023). Edukasi upaya pencegahan stunting pada 1000 hari pertama kehidupan di Posyandu Melati 4 Kuranji. *Jurnal Abdi Mercusuar*, 3(2), 8–15. <https://doi.org/10.36984/jam.v3i2.418>
- World Health Organization, UNICEF, & World Bank. (2023). Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group joint child malnutrition estimates: key findings of the 2023 edition. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>