E-ISSN: 3025-0994
Halaman 6547-6553
Volume 4 Nomor 3 Tahun 2026

Upaya Pencegahan Stunting Melalui Posyandu Dengan Pemberian Makanan Bergizi Di RT 003 RW 000 Kelurahan Jagabaya I

Henny Agustina[1], Na'imatul Retno Faizah[2]

[1,2] Program Studi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tujuh Belas Karanganyar
e-mail: hennyagstn26@gmail.com[1], naimatul.rf@gmail.com[2]

Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan dalam pembangunan kesehatan masyarakat di Indonesia karena berdampak terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan kualitas sumber daya manusia. Rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan *stunting* serta penerapan gizi seimbang menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan *stunting* melalui kegiatan Pos Pelayanan Terpadu yang dipadukan dengan pemberian makanan bergizi kepada balita. Metode yang digunakan meliputi observasi lapangan, koordinasi dengan kader Pos Pelayanan Terpadu, penyusunan media edukasi berupa poster dan brosur, pelaksanaan penyuluhan kesehatan, pemberian makanan bergizi, serta evaluasi menggunakan uji awal dan uji akhir. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah penyuluhan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan masyarakat setelah mengikuti penyuluhan. Persentase jawaban benar meningkat dari 85 persen pada uji awal menjadi 95 persen pada uji akhir, sedangkan persentase jawaban salah menurun dari 15 persen menjadi 5 persen. Instrumen evaluasi yang digunakan telah memenuhi kriteria validitas dan memiliki reliabilitas yang tinggi sehingga layak digunakan sebagai alat ukur. Program ini juga memperoleh dukungan aktif dari kader Pos Pelayanan Terpadu dan masyarakat. Dengan demikian, edukasi kesehatan yang dipadukan dengan pemberian makanan bergizi melalui Pos Pelayanan Terpadu efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat sebagai salah satu upaya pencegahan stunting sejak dini dan dapat menjadi model kegiatan promotif di tingkat masyarakat.

Kata Kunci: Stunting, Pos Pelayanan Terpadu, Edukasi Kesehatan, Makanan Bergizi, Pencegahan

Abstract

Stunting has remained one of the major public health concerns in Indonesia because it adversely affects children's physical growth, cognitive development, and the quality of human resources. Limited public knowledge regarding stunting prevention and the implementation of

balanced nutrition had contributed to the persistence of this condition. This community service program aimed to improve community knowledge of stunting prevention through activities conducted at the Integrated Health Service Post, combined with the provision of nutritious food for children under five years of age. The program was carried out through field observation, coordination with community health volunteers, development of educational materials in the form of posters and brochures, health education sessions, distribution of nutritious food, and evaluation using pre-test and post-test assessments. The collected data were analyzed descriptively by comparing participants' knowledge before and after the intervention. The findings indicate that community knowledge has improved following the educational program. The percentage of correct responses increases from 85 percent in the pre-test to 95 percent in the post-test, while incorrect responses decrease from 15 percent to 5 percent. Furthermore, the evaluation instrument demonstrates satisfactory validity and high reliability, making it appropriate for assessing participants' knowledge. Strong support from community health volunteers and local residents also contributes to the successful implementation of the program. Overall, integrating health education with the provision of nutritious food through the Integrated Health Service Post is an effective approach to enhancing community knowledge and strengthening early stunting prevention efforts.

Keywords : Health Education, Integrated Health Service Post (Posyandu), Nutritious Food, Prevention, Stunting.

LATAR BELAKANG

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan di Indonesia. *Stunting* adalah kondisi gagal tumbuh pada balita akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama, terutama selama 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sehingga tinggi badan anak lebih rendah dibandingkan standar usianya. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan otak, kemampuan belajar, produktivitas, serta kualitas sumber daya manusia di masa depan (WHO, 2023).

Penyebab *stunting* bersifat multifaktorial, meliputi kurangnya asupan gizi, rendahnya pengetahuan orang tua mengenai pola makan yang sehat, kurang optimalnya pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI, sanitasi yang kurang baik, serta rendahnya pemanfaatan pelayanan kesehatan seperti Posyandu. *Stunting* yang tidak diimbangi dengan *catch-up growth* (pertumbuhan kejar) berpotensi menyebabkan gangguan pertumbuhan yang bersifat permanen. Kondisi ini merupakan masalah kesehatan masyarakat yang berkaitan dengan meningkatnya risiko kesakitan, kematian, serta terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak, baik pada aspek motorik maupun kognitif (Rahmadhita, 2020). Oleh karena itu, upaya pencegahan *stunting* harus dilakukan secara terpadu melalui edukasi kesehatan, pemantauan pertumbuhan balita, serta pemberian makanan bergizi (Kemenkes RI, 2023).

Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) yang diselenggarakan oleh, dari, dan untuk

masyarakat yang berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak melalui kegiatan promotif dan preventif (Ikaningtyas, 2025). Posyandu tidak hanya berfungsi sebagai sarana pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita, tetapi juga sebagai media edukasi bagi masyarakat mengenai kesehatan ibu dan anak, pemenuhan gizi, imunisasi, serta pencegahan berbagai masalah kesehatan, termasuk *stunting*. Melalui kegiatan edukasi yang dilaksanakan secara berkesinambungan, masyarakat diharapkan memiliki pengetahuan yang lebih baik sehingga mampu menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Selain edukasi kesehatan, pemberian makanan bergizi merupakan salah satu upaya preventif yang mendukung pemenuhan kebutuhan zat gizi pada balita. Pemenuhan kebutuhan gizi yang seimbang berperan penting dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal serta mengurangi risiko terjadinya *stunting*. Oleh karena itu, penyampaian materi edukasi perlu disertai dengan praktik pemberian makanan bergizi agar masyarakat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai penerapan pola makan sehat bagi balita.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata, masih ditemukan rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan *stunting* dan pentingnya pemberian makanan bergizi kepada balita. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pelaksanaan program edukasi kesehatan yang mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan *stunting* sejak dini. Permasalahan tersebut menjadi dasar pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui penyuluhan kesehatan di Posyandu yang dipadukan dengan pemberian makanan bergizi kepada balita.

Upaya pemecahan masalah dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu observasi lapangan, koordinasi dengan kader Posyandu, penyusunan media edukasi berupa poster dan brosur, pelaksanaan penyuluhan mengenai pencegahan *stunting*, pemberian makanan bergizi kepada balita, serta evaluasi menggunakan uji awal dan uji akhir untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta. Kader posyandu tidak hanya penting untuk meningkatkan pengetahuan teknis tentang gizi dan kesehatan, tetapi juga untuk memperkenalkan mereka pada inovasi visioner yang relevan dengan konteks lokal, seperti pemanfaatan pangan lokal, kebun gizi, literasi keluarga, serta digitalisasi pencatatan tumbuh kembang (Lusianah, 2025). Rangkaian kegiatan tersebut diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat sekaligus mendorong terbentuknya perilaku hidup sehat sebagai salah satu upaya pencegahan stunting.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting melalui edukasi kesehatan yang dilaksanakan di Posyandu dan dipadukan dengan pemberian makanan bergizi kepada balita. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan *stunting* sejak dini serta memperkuat peran Posyandu sebagai salah satu layanan kesehatan masyarakat dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan ibu dan anak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dan menggunakan *pretest-posttest* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan edukasi mengenai pencegahan stunting melalui kegiatan Posyandu. Penelitian dilaksanakan di Posyandu Sehat RT 003 RW 000 Kelurahan Jagabaya I, Kecamatan Way Halim, Kota Bandar Lampung. Subjek penelitian meliputi ibu balita, ibu hamil, dan masyarakat yang mengikuti kegiatan Posyandu.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui observasi lapangan, penyebaran kuesioner *pretest* dan *posttest* kepada peserta, serta dokumentasi selama pelaksanaan kegiatan. Observasi dilakukan untuk mengidentifikasi kondisi masyarakat dan permasalahan yang berkaitan dengan upaya pencegahan *stunting*. Sementara itu, kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pelaksanaan penyuluhan. Data sekunder diperoleh dari berbagai referensi yang relevan, seperti pedoman Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, hasil penelitian terdahulu, serta dokumen lain yang berkaitan dengan stunting dan penyelenggaraan Posyandu.

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu observasi awal dan koordinasi dengan Ketua RT serta kader Posyandu, penyusunan materi dan media edukasi, pelaksanaan , penyampaian materi penyuluhan menggunakan media leaflet dan poster, sesi diskusi dan tanya jawab, pelaksanaan posttest, serta pemberian makanan bergizi kepada balita sebagai bentuk edukasi mengenai penerapan gizi seimbang. Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner yang terdiri atas 10 butir pertanyaan. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen tersebut telah melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh butir pertanyaan dinyatakan valid, sedangkan uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,893, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Data yang diperoleh dianalisis secara deskriptif menggunakan *Microsoft Excel*. Analisis dilakukan dengan menghitung skor *pretest* dan *posttest* setiap peserta, kemudian menentukan nilai rata-rata *(mean)*, jumlah dan persentase jawaban benar maupun salah, serta besarnya peningkatan nilai setelah pelaksanaan penyuluhan. Selanjutnya, hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel dan diagram untuk memberikan gambaran mengenai perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi tentang pencegahan *stunting*. Peningkatan pengetahuan peserta diketahui dengan membandingkan hasil rata-rata nilai *pretest* dan *posttest* (Sugiyono, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi mengenai pencegahan *stunting* melalui Posyandu yang disertai dengan pemberian makanan bergizi telah dilaksanakan di Posyandu Sehat RT 003 RW 000 Kelurahan Jagabaya I, Kecamatan Way Halim, Kota Bandar Lampung. Kegiatan ini diikuti oleh 15 peserta yang terdiri atas ibu balita, ibu hamil, dan masyarakat setempat. Evaluasi terhadap kegiatan dilakukan menggunakan instrumen *pretest* dan *posttest* yang masing-masing terdiri atas 10 butir pertanyaan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta

mengenai *stunting* dan upaya pencegahannya. Edukasi kesehatan yang diberikan melalui penyuluhan merupakan salah satu upaya promotif yang dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan *stunting* (Kemenkes RI, 2023).

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan penyuluhan. Jumlah jawaban benar pada *pretest* tercatat sebanyak 127 jawaban (85%), kemudian meningkat menjadi 143 jawaban (95%) pada *posttest*. Sebaliknya, jumlah jawaban salah mengalami penurunan dari 23 jawaban (15%) pada *pretest* menjadi 7 jawaban (5%) pada *posttest*. Selain itu, nilai rata-rata peserta meningkat dari 8,47 pada *pretest* menjadi 9,53 pada *posttest.*

Hasil perbandingan nilai *pretest* dan *posttest* menunjukkan bahwa 10 peserta mengalami peningkatan nilai, sedangkan 5 peserta memperoleh nilai yang tetap. Peningkatan nilai tertinggi sebesar 3 poin dialami oleh dua peserta, dua peserta mengalami peningkatan sebesar 2 poin, dan enam peserta mengalami peningkatan sebesar 1 poin.

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Tingkat Pengetahuan Peserta

Indikator	Pretest	Posttest
Jumlah Peserta	15	15
Total jawaban benar	127	143
Total jawaban salah	23	7
Rata-rata skor	8,47	9,53
Presentase jawaban benar	85%	95%
Presentase jawaban salah	15%	5%

Instrumen penelitian yang digunakan telah memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas, sehingga seluruh butir pertanyaan dinyatakan valid. Selanjutnya, hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,893, yang menunjukkan bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan *stunting* yang dipadukan dengan pemberian makanan bergizi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat. Peningkatan nilai rata-rata peserta dari 8,47 menjadi 9,53 serta meningkatnya persentase jawaban benar dari 85% menjadi 95% menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilaksanakan melalui Posyandu mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai pengertian *stunting*, faktor penyebab, dampak, serta upaya pencegahannya. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa penyampaian materi melalui metode ceramah, diskusi interaktif, serta penggunaan media edukasi dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kepada masyarakat.

Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai *stunting* dan upaya pencegahannya melalui pemenuhan gizi seimbang, serta peningkatan keterampilan dalam mengembangkan inovasi resep makanan bergizi bagi balita (Hidayat, 2022). Pengetahuan peserta didukung oleh penggunaan media edukasi berupa *leaflet* dan poster yang memuat informasi mengenai

stunting, pemenuhan gizi seimbang, pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), serta pemanfaatan layanan Posyandu (Al Khazimar, 2025). Penggunaan media tersebut memudahkan peserta dalam memahami materi karena informasi disajikan secara sistematis, ringkas, dan mudah dipahami. Selain itu, pelaksanaan sesi diskusi dan tanya jawab memberikan kesempatan kepada peserta untuk memperoleh penjelasan lebih lanjut mengenai materi yang belum dipahami sehingga proses edukasi berlangsung secara lebih efektif.

Pemberian makanan bergizi kepada balita juga merupakan bagian penting dari kegiatan edukasi. Kegiatan tersebut tidak hanya bertujuan untuk memenuhi kebutuhan gizi balita selama pelaksanaan Posyandu, tetapi juga memberikan contoh kepada orang tua mengenai penyusunan menu bergizi seimbang dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh. Melalui kegiatan tersebut, peserta memperoleh pemahaman secara teoritis sekaligus pengalaman praktis yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun terdapat beberapa peserta yang tidak mengalami peningkatan nilai pada *posttest*, kondisi tersebut menunjukkan bahwa peserta telah memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebelum mengikuti penyuluhan. Dengan demikian, kegiatan edukasi tetap memberikan manfaat dalam mempertahankan tingkat pemahaman peserta mengenai pencegahan *stunting*. Secara keseluruhan, hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan berhasil meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan.

Temuan penelitian ini mendukung konsep promosi kesehatan yang menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat sebagai dasar pembentukan sikap dan perilaku hidup sehat. Posyandu sebagai Upaya Kesehatan Bersumber Daya Masyarakat (UKBM) memiliki peran strategis dalam penyampaian edukasi kesehatan, pemantauan pertumbuhan balita, serta peningkatan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan. Oleh karena itu, pelaksanaan penyuluhan secara berkelanjutan melalui Posyandu diharapkan dapat mendukung upaya percepatan penurunan angka stunting di tingkat masyarakat.

SIMPULAN

Penyuluhan mengenai pencegahan *stunting* melalui Posyandu yang dipadukan dengan pemberian makanan bergizi terbukti meningkatkan pengetahuan masyarakat. Hal tersebut ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata dan persentase jawaban benar pada *posttest* dibandingkan dengan *pretest* . Temuan ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang efektif dalam mendukung pencegahan *stunting*. Oleh karena itu, tenaga kesehatan dan kader Posyandu diharapkan melaksanakan kegiatan edukasi secara berkelanjutan, sedangkan pemerintah daerah diharapkan memperkuat dukungan terhadap penyediaan media edukasi dan program pemenuhan gizi guna meningkatkan kualitas pelayanan Posyandu serta mendukung percepatan penurunan angka *stunting*.

DAFTAR PUSTAKA

Al Kazhimah, R. S., & Maulida, L. F. (2025). Pemberdayaan orang tua balita sebagai upaya pencegahan stunting melalui edukasi di Posyandu. Abdimas Galuh.

Fitriani, S. (2021). Promosi Kesehatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Hidayat, T., & Nasution, S. L. (2022). Edukasi Gizi terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting. Jurnal Kesehatan Komunitas, 8(2), 220–227.

Ikaningtyas, N., Sari, I. Y., Adiyasa, R. P., Sari, R. P., & Siswanto. (2025). Penurunan stunting dengan Program Posyandu Balita. Jurnal Kesehatan, 12(2), 312–324.

Islamiati, D., & Kurniasih, S. (2025). The role of Posyandu in the prevention of early childhood stunting. Jurnal Pena PAUD, 6(1).

Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi Republik Indonesia. (2022). Buku Saku Desa Bebas Stunting. Jakarta: Kemendes PDTT.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2023. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Khasanah, U., dkk. (2023). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Pencegahan Stunting melalui Edukasi Gizi. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan, 5(2), 78–85.

Lusianah, Zaly, N. W., Hinonaung, J. S., Tinungki, Y. L., Lakhsmi, B. S., Rahayu, S., & Supriyadi. (2025). Peningkatan kapasitas kader Posyandu dalam edukasi stunting dan gizi terpadu. Jurnal Abdimas Kesehatan, 8(2).

Notoatmodjo, S. (2021). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.

Rahmadhita, K. 2020. Permasalahan Stunting dan Pencegahannya. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 11(1), 225–229.

Ramadhaniah, F. R., Anggorodiputro, R. R. R., & Nastiti, D. (2025). Pengetahuan kader Posyandu sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang stunting. Jurnal Kesehatan Tambusai, 6(2).

Sari, D. P., dkk. (2023). Peran Posyandu dalam Upaya Pencegahan Stunting pada Balita. Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia, 18(1), 45–54.

Sugiyono. (2022). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (Edisi ke-2). Bandung: Alfabeta.

World Health Organization. (2023). Child Growth Standards. Geneva: World Health Organization

Wulandari, R., dkk. (2022). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu Balita tentang Stunting. Jurnal Keperawatan Silampari, 6(1), 512–520

Yuliana, N., dkk. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu tentang Pencegahan Stunting. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 16(2), 101–108.