

Edukasi Kesehatan Ibu dan Anak untuk Menurunkan Resiko Stunting di Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru

Utami Lisma Septadara¹, Lita Nafratilova²,
Nevy Susianty³

^{1,2,3}Fakultas MIPA dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Riau
email: utamilismaseptadara@umri.ac.id

Abstract

Stunting remains a public health challenge that requires promotive and preventive efforts involving families and community health services. This community service activity aimed to increase the knowledge and awareness of pregnant women, breastfeeding mothers, mothers of under-five children, and Posyandu cadres regarding maternal and child health as an effort to reduce the risk of stunting. The activity was conducted at Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru through health education, interactive discussion, question-and-answer sessions, and simple anthropometric monitoring. Educational materials covered balanced nutrition, routine antenatal care, exclusive breastfeeding for the first six months, age-appropriate complementary feeding, immunization, clean and healthy living behavior, and monitoring of child growth and development. Pre-test and post-test were used as the main evaluation instruments. The activity was implemented successfully with active participation from the target community. Evaluation results indicated an increase in participants' knowledge, reflected in more correct answers and higher mean scores after the education session. The activity also strengthened cadres' capacity to provide simple, sustainable education in the community.

Keywords: *stunting, maternal and child health, health education, Posyandu, nutrition*

Abstrak

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan upaya promotif dan preventif dengan melibatkan keluarga dan pelayanan kesehatan berbasis masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, serta kader Posyandu mengenai kesehatan ibu dan anak sebagai upaya menurunkan risiko stunting. Kegiatan dilaksanakan di Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru melalui penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, tanya jawab, dan pemantauan antropometri sederhana. Materi meliputi gizi seimbang, pemeriksaan kehamilan secara rutin, ASI eksklusif selama enam bulan, MP-ASI sesuai usia, imunisasi, perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita. Evaluasi utama menggunakan pre-test dan post-test. Kegiatan terlaksana dengan baik dan mendapat partisipasi aktif dari sasaran. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta yang ditandai dengan meningkatnya jumlah jawaban benar dan rerata skor setelah edukasi. Kegiatan juga memperkuat kapasitas kader dalam memberikan edukasi sederhana secara berkelanjutan.

Kata Kunci: *stunting, kesehatan ibu dan anak, edukasi kesehatan, posyandu, gizi*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan dalam pembangunan

kesehatan di Indonesia. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama

Kehidupan (HPK). Kondisi tersebut tidak hanya berdampak terhadap pertumbuhan fisik anak, tetapi juga dapat memengaruhi perkembangan kognitif dan kualitas kesehatan anak di masa mendatang. Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif melalui pendekatan promotif dan preventif yang melibatkan keluarga, masyarakat, tenaga kesehatan, serta pelayanan kesehatan berbasis masyarakat.

Provinsi Riau, termasuk Kota Pekanbaru, masih menghadapi permasalahan stunting yang berkaitan dengan berbagai faktor, antara lain kurangnya asupan gizi, pola asuh yang belum optimal, rendahnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi anak, serta faktor sosial ekonomi dan lingkungan. Ibu memiliki peran yang sangat penting dalam pencegahan stunting sejak masa kehamilan sampai anak berusia dua tahun. Pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, MP-ASI yang tepat, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak, serta penerapan pola asuh yang baik menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal.

Masa kehamilan merupakan periode yang sangat penting dalam menentukan kesehatan dan pertumbuhan anak. Pemenuhan kebutuhan gizi ibu selama kehamilan diperlukan untuk mendukung pertumbuhan janin dan mencegah berbagai masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan anak. Setelah lahir, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan dan dilanjutkan dengan pemberian MP-ASI yang sesuai dengan kebutuhan anak merupakan bagian penting dari upaya pemenuhan gizi. Selain itu, pemantauan pertumbuhan anak secara rutin diperlukan untuk mendeteksi secara dini adanya gangguan pertumbuhan sehingga dapat dilakukan tindak lanjut secara tepat.

Posyandu merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumberdaya Masyarakat (UKBM) yang memiliki peran strategis dalam pencegahan stunting. Melalui kegiatan Posyandu, masyarakat

dapat memperoleh pelayanan kesehatan dasar seperti penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, imunisasi, pemberian vitamin, pemantauan pertumbuhan, serta penyuluhan kesehatan. Kegiatan tersebut memungkinkan deteksi dini masalah pertumbuhan dan memberikan kesempatan kepada kader serta tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi kepada ibu dan keluarga mengenai kesehatan ibu dan anak.

Hasil observasi awal di Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru menunjukkan bahwa masih terdapat ibu yang belum memahami secara optimal mengenai pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, serta pola asuh yang baik dalam mencegah stunting. Selain itu, partisipasi aktif ibu dalam kegiatan penyuluhan masih perlu ditingkatkan dan metode edukasi yang digunakan sebelumnya belum sepenuhnya mampu menarik perhatian dan meningkatkan pemahaman masyarakat. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya kegiatan edukasi kesehatan yang lebih interaktif, mudah dipahami, dan sesuai dengan kebutuhan sasaran.

Edukasi kesehatan merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Penyampaian informasi melalui diskusi, tanya jawab, media visual, leaflet, dan pendekatan partisipatif diharapkan dapat membantu peserta memahami informasi kesehatan serta menghubungkannya dengan praktik kehidupan sehari-hari. Peningkatan pengetahuan ibu diharapkan dapat mendorong penerapan perilaku kesehatan yang lebih baik, terutama dalam pemenuhan gizi, pemberian ASI dan MP-ASI, pemantauan pertumbuhan, serta pemanfaatan pelayanan Posyandu secara rutin.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kesehatan ibu dan anak di Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru. Kegiatan ini ditujukan kepada ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, serta kader Posyandu. Edukasi mencakup pemenuhan gizi seimbang, pemeriksaan kehamilan secara rutin, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI sesuai usia, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan

balita, imunisasi, serta penerapan pola hidup bersih dan sehat.

Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai kesehatan ibu dan anak, khususnya terkait gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, MP-ASI yang tepat, dan pemantauan tumbuh kembang anak sebagai salah satu upaya menurunkan risiko stunting. Melalui kegiatan ini diharapkan peserta mampu menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari serta meningkatkan pemanfaatan pelayanan Posyandu secara rutin.

METODE PENGABDIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru dengan sasaran ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, dan kader Posyandu. Jangka waktu pelaksanaan kegiatan adalah satu semester. Tahap kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Tahap persiapan mencakup survei awal lokasi, surat-menyurat, penyusunan materi, persiapan media edukasi berupa PowerPoint dan leaflet, serta pembagian tugas tim. Tahap pelaksanaan dilakukan melalui pembukaan, penyuluhan, diskusi interaktif, tanya jawab, dan evaluasi. Materi meliputi pengertian dan faktor risiko stunting, pentingnya pemeriksaan kehamilan, gizi seimbang pada ibu dan anak, ASI eksklusif, MP-ASI sesuai usia, imunisasi, perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita.

Evaluasi ketercapaian menggunakan pre-test dan post-test. Pre-test diberikan sebelum edukasi untuk mengetahui pengetahuan awal peserta, sedangkan post-test diberikan setelah penyuluhan dan diskusi untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Aspek yang dinilai mencakup pemahaman tentang stunting, penyebab dan faktor risiko, gizi seimbang, ASI eksklusif, MP-ASI, dan pemantauan pertumbuhan anak. Kemampuan peserta menjelaskan kembali materi, berdiskusi, dan

menunjukkan pemahaman terhadap praktik kesehatan menjadi indikator pendukung keberhasilan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Edukasi Kesehatan Ibu dan Anak untuk Menurunkan Risiko Stunting di Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru” terlaksana dengan baik. Pada tahap awal dilakukan registrasi peserta, pengukuran antropometri balita, dan identifikasi pengetahuan peserta mengenai stunting, pemenuhan gizi, ASI eksklusif, MP-ASI, dan pemantauan pertumbuhan. Hasil identifikasi menunjukkan bahwa sebagian peserta masih memiliki pemahaman terbatas mengenai faktor risiko stunting. Beberapa ibu masih menganggap stunting terutama disebabkan faktor keturunan, serta belum memahami secara optimal pentingnya 1.000 HPK, gizi seimbang, dan pemantauan pertumbuhan balita secara rutin.

Edukasi dilaksanakan menggunakan ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab dengan bantuan media presentasi dan leaflet. Peserta menunjukkan antusiasme dan aktif menyampaikan pengalaman maupun permasalahan dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak. Pendekatan partisipatif membuat materi lebih mudah dipahami dan dapat dikaitkan dengan kondisi sehari-hari masyarakat. Materi yang diberikan menekankan pencegahan stunting sejak masa kehamilan melalui pemeriksaan rutin dan pemenuhan gizi, dilanjutkan dengan ASI eksklusif, MP-ASI yang tepat, imunisasi, kebersihan, serta pemantauan pertumbuhan.



Gambar 1. Hasil evaluasi pre-test & post-test

Hasil evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan jumlah peserta yang menjawab benar dan peningkatan rerata skor setelah edukasi. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi yang terstruktur dan sesuai kebutuhan peserta dapat meningkatkan pemahaman mengenai pencegahan stunting. Kader Posyandu juga memperoleh tambahan pengetahuan sehingga diharapkan mampu memberikan edukasi sederhana kepada masyarakat secara berkelanjutan.

Keberhasilan kegiatan didukung oleh kerja sama tim pengabdian, kader Posyandu Mekar Sari 1, dan partisipasi aktif peserta. Hasil ini sejalan dengan laporan kegiatan

yang menempatkan peningkatan pengetahuan ibu sebagai salah satu strategi penting dalam mendorong pola asuh, pemberian makanan, pemanfaatan pelayanan kesehatan, dan perilaku hidup bersih yang lebih baik.

SIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan ibu dan anak di Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru terlaksana dengan baik melalui penyuluhan, diskusi interaktif, tanya jawab, dan pemantauan antropometri sederhana. Edukasi meningkatkan pemahaman peserta mengenai stunting, gizi seimbang, ASI eksklusif, MP-ASI, dan pemantauan pertumbuhan anak. Evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan jumlah jawaban benar serta peningkatan rerata skor setelah kegiatan. Penguatan kapasitas kader menjadi bagian penting agar edukasi pencegahan stunting dapat dilakukan secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Riau, Fakultas MIPA dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Riau, Posyandu Mekar Sari 1 Pekanbaru, kader Posyandu serta seluruh peserta yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Darlis, I., Rusnita, R., & Khasanah, U. (2025). Pemberdayaan Masyarakat dalam Penanggulangan Stunting: Program Edukasi Gizi untuk Ibu Hamil dan Anak Balita. *Window of Community Dedication Journal*, 5(2).
- [2] Febrianti, D., Sulaiman, Z., Mardhatillah, M., Said, S., Adri, K., & Ramlan, P. (2025). Maternal and Child Nutrition Improvement through Behaviour Change Interventions for Stunting Prevention: Systematic Review. *Proceedings International Conference on Sustainable Innovation (ICoSI)*, 5(2), 18–23.
- [3] Fitriana, A., Stianto, M., Lianawati, F., & Mahardika, G. P. C. (2025). Edukasi Gizi

- Seimbang Ibu Balita Pencegahan Stunting di Desa Dapur Kejambon Jombang. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan dan Sains.
- [4] Hiola, F., Ayuningtias, P. A., & Paramata, N. R. (2025). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Gizi Seimbang dan Pencegahan Stunting. Jurnal Kolaboratif Sains, 8(9).
- [5] Lindawati, L., Susanto, H., Wahyuni, S., & Khasanah, N. N. (2025). The Impact of Nutritional Education Interventions on Maternal Knowledge, Self-Monitoring, and Stunting Prevention among Children Under Five: A Literature Review. Indonesian Journal of Global Health Research, 8(1).
- [6] Mahendra, D. (2025). Interventions to Prevent Stunting in Children: A Systematic Review of Nutritional Programs. Journal of Nutrition in Child Development, 1(1).
- [7] Mahmadiani, R. A., Setiawati, A., Aris, I., & Lontaan, A. (2025). Effectiveness of nutrition education on stunting prevention behavior in mothers under five. Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan, 3(1).
- [8] Rahayu, N. A. (2024). *Gambaran kejadian stunting berdasarkan karakteristik ibu pada balita usia 24–59 bulan*. Universitas Muhammadiyah Riau.
- [9] Rahmawati, S.N., (2021). Peran Edukasi Keluarga dalam Keberhasilan ASI Eksklusif. Jurnal Pengabdian Untuk Mu NegeRI, vol.4, no.3, pp.76-82.
- [10] Sari, G. P. (2024). Edukasi Pencegahan Stunting dan Gizi Seimbang bagi Ibu Hamil dan Balita. Jurnal Pengabdian Masyarakat.
- [11] Wulandari, D. T., Azizah, N., Rahmawati, V. E., & Annuchasari, H. (2025).