

EDUKASI GIZI SEIMBANG DAN POLA HIDUP SEHAT SEBAGAI STRATEGI PEMBERDAYAAN KOMUNITAS DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Gina Nuranti^{1*}, Lela Lailatul Khumaisah², Eva Martini³, Idha Fazriah Hasyim⁴,
Salsabila Dwita Putri⁵, Syifa Fauziah Ramdani⁶, Zhafira Anazah⁷,
Alfath Muhammad Rizki⁸, Zahra Nur Mutia⁹, Muhammad Alief Raeshard Shabil¹⁰,
Calsalita¹¹, Velizha Rizka Tsaniya¹²

^{1,4,5,6,7}Pendidikan Biologi, Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Indonesia

^{2,8,9,10}Kimia, Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Indonesia

^{3,11,12}Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Indonesia

ginanuranti@ummi.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: *Stunting* masih menjadi masalah kesehatan prioritas di Indonesia, termasuk di Desa Sekarwangi, Kabupaten Sukabumi, dengan kasus balita mengalami gizi kurang dan sanitasi lingkungan yang belum optimal. Program pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan perilaku ibu balita serta kader posyandu terkait gizi seimbang, pemanfaatan pangan lokal, dan PHBS. Kegiatan dilaksanakan melalui sosialisasi, penyuluhan, diskusi, serta praktik pembuatan makanan tambahan bergizi, penjernihan air dengan biji kelor, dan implementasi granul biolarvasida dari tumbuhan lokal. Mitra kegiatan terdiri dari 65 ibu balita dan 7 kader posyandu. Evaluasi dilakukan menggunakan *pretest-posttest* serta kuesioner perubahan perilaku. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu balita dari 56,8 menjadi 85,5 (kenaikan 50,4%), keterampilan pembuatan makanan tambahan bergizi meningkat 82,9%, serta pemanfaatan pangan lokal menjadi 74,3%. Penerapan penjernihan air dan biolarvasida juga meningkatkan praktik PHBS, dengan pemberantasan jentik nyamuk rutin naik dari 42,9% menjadi 82,9%. Program ini efektif meningkatkan *soft skill* dan *hard skill* masyarakat khususnya di Desa Sekarwangi melalui edukasi berbasis komunitas dalam mendukung pencegahan *stunting*.

Kata Kunci: Stunting; Gizi Seimbang; Pangan Lokal; Penjernihan Air; Biolarvasida; Posyandu.

Abstract: *Stunting* remains a priority health issue in Indonesia, including in Sekarwangi Village, Sukabumi District, where there are cases of malnourished toddlers and suboptimal environmental sanitation. This community service program aims to improve the knowledge, skills, and behavior of mothers of toddlers and posyandu cadres regarding balanced nutrition, utilization of local foods, and healthy lifestyles. Activities were carried out through socialization, counseling, discussions, and practical sessions on making nutritious complementary foods, purifying water with moringa seeds, and implementing biolarvicide granules from local plants. The activity partners were 65 mothers of toddlers and 7 posyandu cadres. Evaluation was conducted using *pretest-posttest* and behavior change questionnaires. The results showed an increase in the knowledge of mothers of toddlers from 56.8 to 85.5 (an increase of 50.4%), an increase in skills in making nutritious complementary foods of 82.9%, and an increase in the utilization of local foods to 74.3%. The application of water purification and biolarvasida also improved PHBS practices, with routine mosquito larvae eradication increasing from 42.9% to 82.9%. The application of water purification and biolarvasida also improved PHBS practices, with routine mosquito larvae eradication increasing from 42.9% to 82.9%. This program effectively improved the soft skills and hard skills of the community through community-based education to support *stunting* prevention.

Keywords: *Stunting; Balanced Nutrition; Local Food; Water Purification; Biolarvicide; Posyandu.*



Article History:

Received: 15-09-2025

Revised : 10-10-2025

Accepted: 13-10-2025

Online : 29-10-2025



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di dunia, terutama di negara berkembang. Di Indonesia, prevalensi *stunting* masih di angka 19,8% pada tahun 2024, angka yang masih cukup tinggi dibandingkan target nasional 14% pada tahun 2024 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). *Stunting* tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga pada perkembangan kognitif, produktivitas, serta kualitas sumber daya manusia di masa depan (Setiyaningrum et al., 2024; Setiyawati et al., 2024). Oleh karena itu, intervensi gizi seimbang dan peningkatan kualitas kesehatan lingkungan menjadi strategi utama yang terus digalakkan.

Desa Sekarwangi di Kecamatan Cibadak, Kabupaten Sukabumi Provinsi Jawa Barat, merupakan desa dengan potensi ekonomi cukup beragam, terutama sektor pertanian dan industri rumahan. Namun, di tengah potensi tersebut, masih ditemukan masalah kesehatan gizi terutama pada balita dan anak. Data Februari 2025 menunjukkan terdapat 30 anak *stunting*, 27 *wasting*, dan 34 *underweight* dari total 704 balita yang ada. Hasil wawancara dengan kader posyandu mengungkapkan bahwa permasalahan utama meliputi rendahnya pemahaman ibu dan kader tentang gizi seimbang, pola konsumsi makanan yang tidak variatif (tinggi karbohidrat, rendah protein dan mikronutrien, serta tinggi makanan instan), serta keterbatasan akses air bersih di beberapa wilayah. Kondisi ini menjadikan Desa Sekarwangi sebagai lokasi yang mendesak untuk dilakukan intervensi.

Penelitian menunjukkan bahwa pola makan tidak variatif meningkatkan risiko *stunting* tiga kali lipat pada balita (Nurdin et al., 2019). Pemberian makanan ringan kemasan yang tinggi gula dan garam juga memperburuk status gizi anak akibat kurangnya pemenuhan gizi harian yang akhirnya menghambat pertumbuhan anak (Handriyanti & Fitriani, 2021). Sebaliknya, edukasi gizi berbasis komunitas terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu dalam penyusunan menu sehat balita (Lestari et al., 2025; Oktavia et al., 2023). Pelatihan dalam pembuatan makanan tambahan dari pangan lokal pun berperan penting dalam meningkatkan kualitas diet anak (Nadiya et al., 2024). Edukasi mengenai cara memasak dan memanfaatkan sumber pangan lokal adalah langkah strategis untuk memperbaiki status gizi keluarga (Olii et al., 2022). Salah satu menu yang dapat diterapkan telah dikembangkan Nuranti et al. (2024) yaitu produk pangan lokal berbasis singkong dan daun kelor sebagai alternatif makanan tambahan yang bergizi dan disukai anak-anak.

Akses air bersih dan sanitasi juga memiliki hubungan erat dengan kejadian *stunting*. Oeissilita & Widada (2024) melaporkan bahwa keterbatasan air bersih meningkatkan risiko *stunting* hingga tiga kali lipat. Rahayuwati et al. (2022) dan Bagu et al. (2024) menegaskan bahwa infeksi berulang akibat sanitasi buruk dapat menghambat penyerapan gizi sehingga memperburuk status gizi balita. Inovasi penjernihan air menggunakan biji

kelor dan pemberantasan jentik atau larva nyamuk menggunakan biolarvasida dari tumbuhan lokal dapat diterapkan. Biji kelor telah terbukti sebagai koagulan alami yang dapat mengikat partikel kotor dalam air dan mengendapkannya, sehingga air menjadi lebih jernih dan aman untuk dikonsumsi (Harahap et al., 2023). Sementara itu, biolarvasida dari cocok bubu dan culantro yang merupakan tumbuhan lokal Sukabumi yang terbukti dapat mengendalikan penyakit tropis khususnya yang disebabkan oleh nyamuk (Khumaisah et al., 2023; Winarti et al., 2024; Khumaisah et al., 2025; Hayati et al., 2025).

Selain intervensi gizi dan sanitasi, peran kader posyandu sangat strategis. Pelatihan kader terbukti meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan dalam deteksi dini *stunting* (Nugraheni & Malik, 2023; Nurlaily et al., 2025; Tampake et al., 2021). Hal ini sejalan dengan kebijakan pemerintah melalui *Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Stunting (RAN PASTI) 2021–2024* yang menekankan pemberdayaan kader sebagai ujung tombak di masyarakat. Kegiatan ini juga mendukung pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) poin ke-2 dan ke-3, yakni mengakhiri kelaparan serta meningkatkan kesehatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, pengabdian ini menawarkan solusi melalui intervensi komprehensif yang melibatkan ibu balita dan kader posyandu. Solusi meliputi edukasi gizi seimbang, pelatihan pembuatan makanan tambahan berbasis pangan lokal (nuget singkong, bakso tempe kelor), edukasi sanitasi dan penjernihan air sederhana dengan biji kelor, serta implementasi biolarvasida berbasis tumbuhan lokal untuk mengendalikan penyakit infeksi berbasis vektor. Pendekatan ini mengintegrasikan aspek gizi, perilaku hidup bersih sehat (PHBS), dan kesehatan lingkungan.

Oleh karena itu, tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu balita serta kader posyandu terkait gizi seimbang dan pola hidup sehat sebagai upaya pencegahan *stunting*. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan untuk (1) meningkatkan kapasitas kader dalam memberikan edukasi, (2) meningkatkan kesadaran ibu balita akan pentingnya gizi seimbang, (3) meningkatkan keterampilan ibu dalam mengolah pangan lokal bergizi, serta (4) meningkatkan kualitas sanitasi dan kesehatan lingkungan melalui pemanfaatan teknologi sederhana berbasis tumbuhan lokal.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Posyandu Melati, Desa Sekarwangi Kecamatan Cibadak, Kota Sukabumi. Tim pengabdian bermitra dengan ibu balita serta kader posyandu di Posyandu Melati Desa Sekarwangi dengan jumlah anggota kader posyandu yang terlibat sebanyak 7 orang dan ibu balita sebanyak 65 orang. Metode pelaksanaan pengabdian meliputi beberapa tahapan yaitu sosialisasi, pelatihan, serta pendampingan dan evaluasi. Tahap pertama yaitu persiapan dan sosialisasi. Pada tahap ini

dilaksanakan beberapa hal meliputi: (1) koordinasi dengan perangkat desa dan kader posyandu, (2) sosialisasi terkait tujuan, manfaat, dan rencana program kepada ibu balita dan kader posyandu, dan (3) pengumpulan data awal mengenai pemahaman mitra sasaran terkait gizi seimbang, pola hidup sehat, dan sanitasi dengan cara survei dan wawancara. Target luaran tahap sosialisasi adalah agar mitra memahami tujuan dan manfaat program, serta tersedianya data awal sebagai dasar evaluasi program. Selanjutnya adalah tahap pelatihan yang diberikan kepada kader posyandu dan ibu balita sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam menerapkan pola hidup sehat dan gizi seimbang. Pelatihan ini mencakup:

1. *Focus Group Discussion* (FGD) peningkatan kapasitas kader dalam memberikan edukasi gizi dan PHBS;
2. Edukasi tentang gizi seimbang dan PHBS;
3. Pelatihan pembuatan makanan tambahan bergizi dari pangan lokal yaitu nuget singkong dan bakso tempe kelor;
4. Edukasi dan demonstrasi penjernihan air sederhana menggunakan biji kelor (*Moringa oleifera*); dan
5. Edukasi dan implementasi granul biolarvasida dari tumbuhan lokal.

Setelah dilakukan edukasi dan pelatihan, dilanjutkan dengan tahap pendampingan dan evaluasi. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan untuk memastikan keberlanjutan penerapan solusi yang telah diberikan. Evaluasi ini dilakukan secara langsung dengan mengamati antusiasme peserta selama mengikuti kegiatan. Selain itu, evaluasi juga dilakukan menggunakan tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) menggunakan formulir (*google form*). Tes awal ditujukan untuk menilai tingkat pemahaman awal peserta pada semua topik yang akan disosialisasikan. Sementara itu, tes akhir ditujukan untuk menilai sejauh mana pemahaman peserta setelah mendapatkan pengetahuan baru dari hasil penyuluhan dan pelatihan. Selain itu, diberikan pula angket respon dan keberlanjutan program yang diinginkan oleh peserta.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan bertujuan untuk mendukung pemerintah dalam upaya pencegahan *stunting* dengan cara meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu balita serta kader posyandu terkait gizi seimbang dan PHBS. Adapun beberapa hasil kegiatan pengabdian yang telah dilakukan adalah sebagai berikut.

1. Tahap Persiapan dan Sosialisasi

Secara umum, tahap persiapan dan sosialisasi terlaksana dengan lancar. Langkah-langkah dalam sosialisasi yang telah dilakukan ini meliputi:

- a. Koordinasi dengan perangkat desa dan kader posyandu untuk memastikan keterlibatan masyarakat. Pemerintah Desa Sekarwangi dan Kader Posyandu Melati menerima dan menyambut baik kegiatan pengabdian yang akan dilaksanakan.
- b. Penyampaian informasi terkait tujuan, manfaat, dan rencana kegiatan program kepada ibu balita dan kader posyandu. Selain itu, dilakukan juga komunikasi jadwal dan tempat untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian. Komunikasi ini pun dipermudah dengan dibuatnya grup *WhatsApp* (WAG) antara kader posyandu, ibu balita dan tim pengabdi. Segala informasi, distribusi materi dalam bentuk media digital, dan evaluasi disampaikan juga melalui WAG.
- c. Pengumpulan data awal mengenai pemahaman mitra sasaran terkait gizi seimbang, pola hidup sehat, dan sanitasi. Pengumpulan data ini dilakukan dengan cara survei lingkungan dan wawancara langsung dengan ibu balita. Hasil wawancara menunjukkan bahwa belum semua ibu balita paham mengenai gizi seimbang, cara pemanfaatan pangan lokal untuk pemberian makanan tambahan (PMT), penerapan PHBS di rumah, dan cara menjernihkan air. Oleh karena itu, ibu balita masih sangat memerlukan edukasi dan pelatihan mengenai gizi seimbang dan PHBS ini.

2. Tahap Edukasi dan Pelatihan

Tahap pelatihan diberikan kepada kader posyandu dan ibu balita sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan pola hidup sehat dan gizi seimbang. Pelatihan ini mencakup beberapa aspek berikut:

- a. FGD Peningkatan Kapasitas Kader dalam Memberikan Edukasi Gizi dan PHBS

Kader posyandu memiliki peran strategis dalam deteksi dini, edukasi kesehatan ibu dan anak, serta pemberdayaan masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat sehingga angka kejadian *stunting* dapat ditekan secara signifikan (Nugraheni & Malik, 2023). Oleh karena itu, kader posyandu perlu memiliki pemahaman yang baik khususnya mengenai gizi seimbang dan PHBS agar mampu memberikan edukasi kepada masyarakat. Pada pengabdian ini, peningkatan kapasitas kader dilakukan melalui kegiatan FGD. Kegiatan FGD dimulai dengan dilakukannya *pretest* untuk mengetahui pengetahuan awal para kader mengenai gizi seimbang dan PHBS. Setelah *pretest*, dilaksanakan pemaparan materi yang dilanjutkan dengan diskusi tanya jawab. Sesi diskusi dan tanya jawab dilakukan secara dua arah antara narasumber dengan kader. Topik diskusi ditekankan pada

pemahaman tentang gizi seimbang dan PHBS, serta cara penyampaian ke masyarakat. Kegiatan *posttest* dilakukan setelah kegiatan edukasi dan pelatihan kepada ibu balita selesai dilaksanakan.

b. Edukasi mengenai Gizi Seimbang dan PHBS

Setelah dilakukan FGD tentang gizi seimbang dan PHBS dengan kader, selanjutnya dilakukan edukasi kepada mitra sasaran yaitu ibu balita. Kader posyandu selama kegiatan edukasi dan pelatihan ibu balita berperan sebagai fasilitator sementara tim pengabdian sebagai narasumber dan mahasiswa sebagai pembantu teknis. Sebelum pemambaran materi, peserta diberikan *pretest* untuk mengetahui pengetahuan awal. Setelah itu, diberikan pemaparan teori dalam dua sesi. Sesi pertama mengenai konsep gizi seimbang, mitos dan fakta gizi, serta dampak kekurangan gizi pada balita. Peserta juga diberikan contoh menu sehat menggunakan pangan lokal. Pada sesi kedua diberikan materi mengenai konsep PHBS. Peserta dilatih untuk mengidentifikasi kebiasaan sehari-hari yang tidak sehat di rumah dan menggantinya dengan praktik yang benar. Setelah pemaparan materi, dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Edukasi dan Diskusi Interaktif
Mengenai Gizi Seimbang dan PHBS.

Secara keseluruhan kegiatan edukasi ini terlaksana dengan lancar. Salah satunya dilihat dari antusiasme peserta pada saat diskusi (Gambar 1). Peserta aktif bertanya dan juga antusias memberikan pendapat pada saat diberikan pertanyaan oleh tim pengabdian sebagai narasumber. Sebelum kegiatan ditutup, peserta diberikan *posttest* untuk evaluasi akhir peningkatan pemahaman setelah kegiatan.

c. Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Bergizi dari Pangan Lokal

Pelatihan dilakukan dalam bentuk demonstrasi dan praktik pembuatan makanan tambahan bergizi dari pangan lokal. Menu makanan tambahan yang didemokan adalah nugget singkong dan bakso tempe kelor. Kegiatan diawali dengan penjelasan singkat tentang bahan dasar dan teknik pengolahan yang mempertahankan nilai gizi. Setelah itu, dilanjutkan dengan demonstrasi pengolahan

makanan setiap tahapan. Peserta ibu balita kemudian diminta untuk membuat makanan tambahan yang telah didemonstrasikan di rumah masing-masing dan melaporkan hasilnya dengan mengirimkan foto hasil serta testimoni di WAG. Untuk memudahkan pembuatan makanan di rumah, peserta diberikan bahan makanan yang diperlukan dan *leaflet* resep dalam bentuk cetak maupun digital.

Secara umum, peserta ibu balita sangat antusias dalam mengikuti pelatihan ini. Hal ini dapat dilihat dari laporan dan testimoni hasil pembuatan makanan tambahan di WAG. Peserta sebagian besar berhasil mempraktikkan kembali makanan yang telah didemokan. Selain itu, anak balita dari masing-masing peserta pun menyukai kedua jenis makanan ini. Antusiasme pada saat kegiatan dan testimoni di WAG dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Antusiasme dan Hasil Praktik Pelatihan Makanan Tambahan.

d. Edukasi dan Demonstrasi Penjernihan Air Sederhana dengan Biji Kelor (*Moringa oleifera*)

Peserta diperkenalkan pada teknik sederhana penjernihan air menggunakan biji kelor (*Moringa oleifera*). Demonstrasi dilakukan dengan menunjukkan proses penjernihan menggunakan air keruh yang diperoleh dari masyarakat sekitar. Hasil perubahan ditunjukkan dengan membandingkan air keruh awal dengan hasil penjernihan setelah 24 jam

e. Edukasi dan Implementasi Granul Biolarvasida dari tumbuhan lokal

Pada sesi ini, peserta diperkenalkan pada granul biolarvasida berbasis tumbuhan lokal (cocok bubu dan culantro) dengan nama ilmiah *Elatostema rostratum* Blume Hassk dan *Eryngium foetidum* L. yang dikembangkan oleh anggota tim pengabdian. Edukasi mencakup cara pemberantasan jentik nyamuk, pentingnya pencegahan penyakit tropis berbasis vektor khususnya oleh nyamuk kaitannya dengan pencegahan *stunting*. Implementasi dilakukan melalui demonstrasi cara penggunaan biolarvasida dalam wadah simulasi. Peserta sangat antusias pada kegiatan ini dilihat dari keaktifan peserta saat diskusi dan tanya jawab.

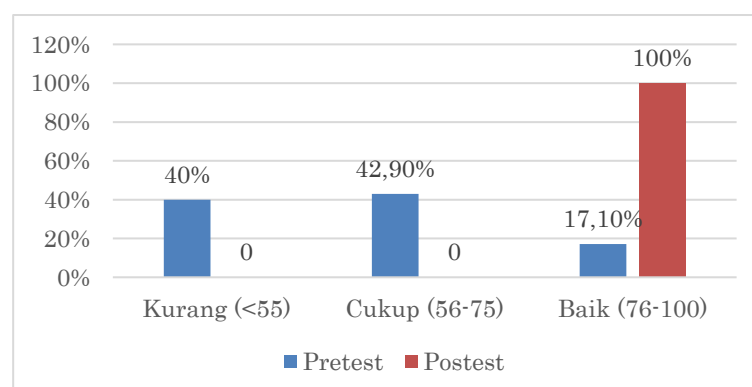
3. Tahap Evaluasi

a. FGD Peningkatan Kapasitas Kader dalam Memberikan Edukasi Gizi dan PHBS

Evaluasi kegiatan FGD Peningkatan Kapasitas Kader dalam Memberikan Edukasi Gizi dan PHBS dilakukan dengan membandingkan pemahaman kader posyandu sebelum dan sesudah kegiatan menggunakan *pretest* dan *posttest*. Secara umum, hasil tes menunjukkan bahwa sebelum kegiatan dilakukan para kader telah memahami konsep gizi dan PHBS dengan capaian rata-rata nilai sebesar 91,4 dengan kategori baik. Meskipun demikian, hasil *posttest* menunjukkan adanya peningkatan mencapai rata-rata nilai sebesar 98,1. Berdasarkan data ini dapat diketahui bahwa setelah kegiatan dilakukan, kader posyandu telah memahami dengan sangat baik konsep gizi seimbang dan PHBS sehingga mampu untuk memberikan edukasi gizi dan PHBS kepada masyarakat.

b. Edukasi mengenai Gizi Seimbang dan PHBS

Sebelum dan sesudah kegiatan edukasi, peserta ibu balita diberikan *pretest* dan *posttest* untuk mengukur perubahan pemahaman peserta. Dari hasil yang diperoleh, terdapat peningkatan rata-rata nilai pengetahuan peserta dengan skor *pretest* sebesar 56,84 menjadi 85,49 setelah kegiatan dilakukan. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 50,4%. Adapun perbandingan pemahaman peserta mengenai gizi seimbang dan PHBS sebelum dan setelah kegiatan berdasarkan proporsi kategori pemahaman dapat dilihat pada Gambar 3. Berdasarkan kategori pemahaman, dapat diketahui bahwa setelah dilakukan edukasi, peserta ibu balita telah 100% paham dengan baik konsep gizi seimbang dan PHBS. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang dilakukan berhasil meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai gizi seimbang dan PHBS. Hal ini sejalan dengan Oktavia et al. (2023) dan Lestari et al. (2025) yang menegaskan bahwa edukasi gizi berbasis komunitas terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu balita, seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Proporsi Pemahaman Ibu Balita Berdasarkan Kategori.

- c. Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Bergizi dari Pangan Lokal
Kegiatan pelatihan pembuatan makanan tambahan bergizi dari pangan lokal bertujuan untuk meningkatkan kebiasaan konsumsi makanan bergizi dan variatif bagi balita yang bersumber dari pangan lokal. Evaluasi kegiatan ini diukur menggunakan kuesioner melalui *google form* yang dibagikan di WAG Posyandu sebelum dan setelah kegiatan pelatihan dilaksanakan, seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan

Indikator	Kategori	Sebelum (%)	Sesudah (%)
Menu lengkap (karbohidrat, protein, sayur, buah)	Sering	51,43	82,86
	Kadang	42,86	11,43
	Tidak	2,86	2,86
Menggunakan pangan lokal (singkong, jagung, ikan lokal, tempe, tahu, sayur kebun)	Sering	44,14	74,28
	Kadang	50,00	22,85
	Tidak	5,88	2,85
Mengurangi pemberian makanan instan/kemasan	Sering	57,14	85,71
	Kadang	34,28	11,42
	Tidak	8,57	2,85

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan perilaku positif ibu balita dalam penyediaan makanan setelah mengikuti penyuluhan (Tabel 1). Pada indikator penyediaan menu lengkap (karbohidrat, protein, sayur, buah), terjadi peningkatan proporsi ibu yang “sering” memberikan menu lengkap dari 51,4% menjadi 82,9%, disertai penurunan pada kategori “kadang” dari 42,9% menjadi 11,4%. Hal ini menunjukkan pemahaman ibu semakin baik mengenai pentingnya variasi menu seimbang untuk tumbuh kembang balita. Penggunaan pangan lokal juga mengalami peningkatan, dari 44,1% menjadi 74,3% pada kategori “sering”. Sementara itu, penggunaan pangan lokal yang hanya “kadang” menurun dari 50,0% menjadi 22,9%. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan berhasil mendorong pemanfaatan bahan pangan lokal yang lebih terjangkau dan bernilai gizi tinggi.

Pada indikator pengurangan pemberian makanan instan/kemasan, terjadi peningkatan proporsi ibu yang menjawab “ya” dari 57,1% menjadi 85,7%. Penurunan juga terlihat pada kategori “kadang” (34,3% menjadi 11,4%) dan “tidak” (8,6% menjadi 2,9%). Temuan ini menegaskan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu terhadap dampak negatif konsumsi makanan instan pada balita. Secara keseluruhan, data tersebut menunjukkan adanya pergeseran perilaku gizi ibu balita ke arah yang lebih sehat setelah intervensi. Hal ini menegaskan bahwa pelatihan pembuatan makanan tambahan bergizi dari pangan lokal memberikan dampak positif terhadap praktik pemberian makan balita.

d. Edukasi dan Demonstrasi Penjernihan Air Sederhana dengan Biji Kelor (*Moringa oleifera*)

Evaluasi kegiatan ini diukur dengan membandingkan penerapan PHBS terkait sanitasi dan pengelolaan air bersih di masyarakat melalui kuesioner dari sebelum dan sesudah kegiatan pengabdian. Adapun hasilnya dapat dilihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2. Hasil evaluasi kegiatan edukasi dan demonstrasi penjernihan air

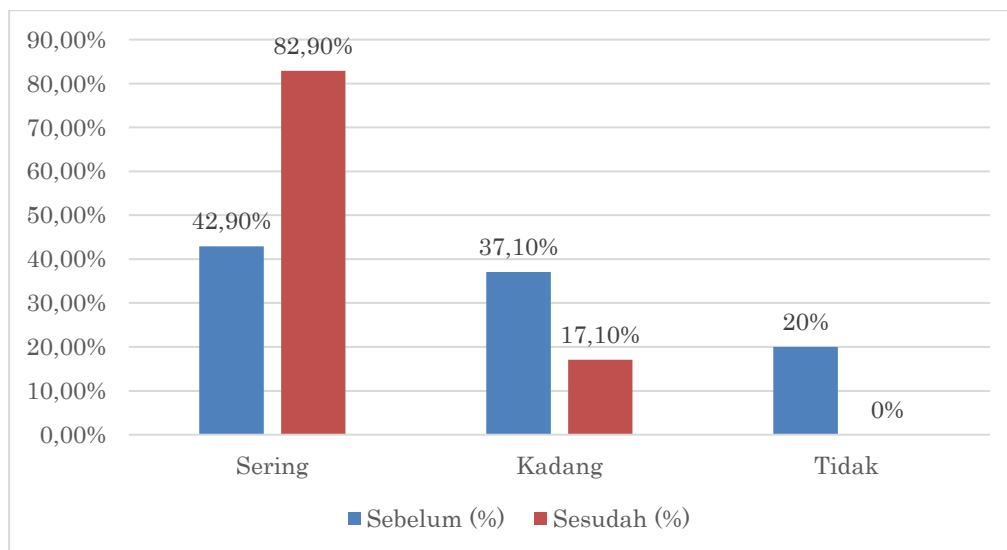
Indikator	Kategori	Sebelum (%)	Sesudah (%)
Akses air bersih cukup untuk kebutuhan sehari-hari	Sering	82,9	91,4
	Kadang	11,4	8,6
	Tidak	5,7	0
Upaya menjernihkan air	Sering	51,4	62,9
	Kadang	2,9	17,1
	Tidak	45,7	20

Hasil evaluasi dari Tabel 2 menunjukkan adanya peningkatan positif setelah edukasi dan demonstrasi penjernihan air dengan biji kelor. Pada indikator akses air bersih cukup untuk kebutuhan sehari-hari, proporsi responden yang menjawab “Ya” meningkat dari 82,9% menjadi 91,4%, sementara respon “Tidak” menurun dari 5,7% menjadi 0%. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan penyuluhan mampu mendorong warga untuk lebih memahami pentingnya ketersediaan air bersih sebagai bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Selain itu, pada indikator upaya menjernihkan air, terjadi peningkatan pada respon “Ya”, yaitu dari 51,4% menjadi 62,9%, serta penurunan respon “Tidak” dari 45,7% menjadi 20%. Meskipun sebagian peserta masih berada pada kategori “Kadang” (meningkat dari 2,9% menjadi 17,1%), hal ini menunjukkan adanya transisi perilaku menuju kebiasaan baru dalam pemanfaatan biji kelor sebagai teknologi sederhana penjernihan air. Secara keseluruhan, data ini membuktikan bahwa edukasi dan demonstrasi mampu meningkatkan kesadaran serta penerapan PHBS terkait sanitasi dan pengelolaan air bersih di masyarakat.

e. Edukasi dan Implementasi Granul Biolarvasida dari Tumbuhan Lokal

Evaluasi kegiatan ini dilihat dari perubahan perilaku peserta dalam penerapan PHBS khususnya pemberantasan jentik nyamuk untuk mencegah penyakit infeksi berbasis vektor. Adapun hasilnya dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Perubahan Perilaku Peserta dalam Pemberantasan Jentik Nyamuk.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan dalam perilaku pemberantasan jentik nyamuk (3M Plus) di rumah tangga setelah penyuluhan dan implementasi granul biolarvasida dari tumbuhan lokal. Proporsi responden yang menjawab “Ya” meningkat dari 42,9% menjadi 82,9%, sementara kategori “*Tidak*” dari 20% menjadi 0%. Hal ini membuktikan bahwa edukasi mampu mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju sanitasi lingkungan yang lebih baik, sehingga berpotensi menurunkan risiko infeksi berbasis lingkungan di Desa Sekarwangi.

4. Kendala yang dihadapi

Meskipun secara umum kegiatan pengabdian berjalan lancar tanpa kendala yang berarti, terdapat catatan penting terkait keterlibatan ibu balita sebagai mitra sasaran. Kehadiran anak balita di lokasi kegiatan menyebabkan sebagian ibu belum dapat fokus penuh dalam menerima materi dan mengikuti praktik yang diberikan. Untuk mengatasi hal ini, beberapa solusi dapat dipertimbangkan pada kegiatan pengabdian selanjutnya, seperti penjadwalan kegiatan yang adaptif dan tidak terlalu lama dalam satu kegiatan, materi dan praktik disusun dengan metode yang lebih fleksibel seperti demonstrasi singkat dan menggunakan media visual, kegiatan praktik dilakukan di rumah masing-masing peserta dengan pendampingan dan monitoring secara daring melalui WAG dan pemberian materi tambahan seperti dalam bentuk *leaflet* cetak/digital maupun video singkat sebagai penguatan materi bagi ibu balita yang kurang maksimal fokus di lokasi kegiatan.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Desa Sekarwangi Kabupaten Sukabumi Jawa Barat berhasil mencapai tujuan utama, yaitu meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu balita serta kader posyandu terkait gizi seimbang, PHBS, dan kesehatan lingkungan sebagai upaya pencegahan *stunting*. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pada aspek pengetahuan dan praktik peserta, antara lain peningkatan pemahaman kader dari rata-rata 91,4 menjadi 98,1, peningkatan skor pemahaman ibu balita dari 56,84 menjadi 85,49 (kenaikan 50,4%), peningkatan perilaku penyediaan menu seimbang hingga 82,9%, penggunaan pangan lokal sebesar 74,3%. Selain itu, intervensi sederhana berbasis teknologi lokal, seperti penjernihan air dengan biji kelor dan biolarvasida dari tanaman lokal, terbukti meningkatkan kesadaran peserta dalam penerapan PHBS dan pemberantasan jentik nyamuk, yang berpotensi menurunkan risiko infeksi berbasis lingkungan. Rekomendasi tindak lanjut ke depan perlu dilakukan kegiatan yang berfokus pada monitoring keberlanjutan perilaku sehat di rumah tangga, integrasi program dengan posyandu, serta penelitian terapan pada inovasi pangan lokal dan teknologi sederhana agar dapat diterapkan secara lebih luas di wilayah lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi melalui Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (DPPM) yang telah mendanai kegiatan melalui program Pengabdian kepada Masyarakat skema Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat tahun anggaran 2025. Selain itu, tim penulis mengucapkan terimakasih kepada Desa Sekarwangi, kader Posyandu Melati, dan LPPM Universitas Muhammadiyah Sukabumi yang telah memfasilitasi dan mendukung kegiatan pengabdian kami sehingga terlaksana dengan lancar.

DAFTAR RUJUKAN

- Bagu, F. R. A., Lihawa, F., & Baderan, D. W. K. (2024). Pengaruh Sumber Air Tidak Layak terhadap Tingkat Risiko *Stunting* di Provinsi Gorontalo. *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1 (4), 214 – 223. <https://doi.org/10.62383/quwell.v1i4.1036>
- Handriyanti, R. F., & Fitriani, A. (2021). Analisis Keragaman Pangan yang Dikonsumsi Balita terhadap Risiko Terjadinya *Stunting* di Indonesia. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 2 (1), 32. <https://doi.org/10.24853/mjnf.2.1.32-42>.
- Harahap, L. A., Sirait, R., & Lubis, R. Y. (2023). Efektivitas Biji Kelor pada Proses Koagulasi untuk Penurunan Kekeruhan, Logam (Fe), dan Zat Organik (KMnO₄) pada Air. *JoP*, 8 (2), 66 – 69.
- Hayati, M. N., Khumaisah, L. L., & Anwar, D. I. (2025). Effectiveness of Biolarvicide Extract and Granule Formulation of Cocok Bubu Leaves against *Aedes aegypti*. *Jurnal Biologi Tropis*, 25 (3): 4429 – 4436. <http://doi.org/10.29303/jbt.v25i3.9755>.

- Indah Nurdin, S. S., Octaviani Katili, D. N., & Ahmad, Z. F. (2019). Faktor Ibu, Pola Asuh Anak, dan MPASI terhadap Kejadian *Stunting* di Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 3 (2), 74 – 81. <https://doi.org/10.32536/jrki.v3i2.57>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *SSGI 2024: Survei Status Gizi Indonesia dalam Angka*.
- Khumaisah, L. L., Winarti, S. A., Fauziah, E., & Astuti, Z. T. (2025). Potensi Granul Ekstrak Culantro (*Eryngium foetidum* L.) sebagai Biolarvasida dalam Upaya Pencegahan Demam Berdarah di Indonesia. *PHARMACY: Jurnal Farmasi Indonesia (Pharmaceutical Journal of Indonesia)*, 22 (1), 21 – 27.
- Khumaisah, L. L., Ayuningtias, R., Muharam, S., Mulyani, R., & Awaliah, L. (2023). Antibacterial Activity against Gram-Positive and Gram-Negative Bacteria and Biolarvicide to *Aedes aegypti* from Cokok Bubu (*Elatostema rostratum* (Blume) Hassk) Leaves Extract. *Jurnal Riset Kimia*, 14 (2), 158 – 166. <https://doi.org/10.25077/jrk.v14i2.613>.
- Lestari, I. J., Savitri Effendy, D., & Jufri, N. (2025). The Effect of Nutrition Education on Mother's Knowledge, Macro Nutrient Intake and Improvement of Nutrition Status of Children Aged 6-24 Months in the Working Area of Mata Public Health Center in Kendari City. *Jurnal Kendari Kesehatan Masyarakat (JKKM)*, 4 (3).
- Nugraheni, N., & Malik, A. (2023). Peran Kader Posyandu dalam Mencegah Kasus *Stunting* di Kelurahan Ngijo Kota Semarang. *Lifelong Education Journal*, 3 (1), 84–92. <https://journal.imadiklus.or.id/index.php/lej>.
- Nurlaily, S., Podungge, Y., Ibrahim, F., & Suherlin, I. (2025). Pemberdayaan Kader Posyandu melalui Edukasi Cegah *Stunting* pada Ibu Hamil. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 9(1), 707–717. <https://doi.org/10.31764/jmm.v9i1.28288>.
- Oeissilita, M. M., & Widada, A. (2024). Hubungan Sarana Air Bersih dan Jamban dengan Kejadian *Stunting* di Desa Pagardin dan Tanjung Dalam Kecamatan Ulok Kupai Bengkulu Utara. *Jurnal Mitra Rafflesia*, 16(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.51712/mitrarafflesia.v16i1.389>.
- Oktavia, C., Ekawaty, F., Aryanty, N., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., Kesehatan, I., & Jambi, U. (2023). Efektivitas Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Perilaku Ibu tentang Pemberian Makanan Bergizi pada Balita di Posyandu Kenanga Kelurahan Cempaka Putih Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Ners*, 7 (2), 1561 – 1566. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>.
- Rahayuwati, L., Ibrahim, K., Hendrawati, S., Sari, C. W. M., Yani, D. I., Pertiwi, A. S. P., & Fauziyyah, R. N. P. (2022). Pencegahan *Stunting* melalui Air Bersih, Sanitasi, dan Nutrisi. *Jurnal Warta LPM*, 25 (3), 356 – 365. <https://doi.org/https://doi.org/10.23917/warta.v25i3.1031>.
- Setiyaningrum, I. P., Alfiani, T., Rochana, S., & Serulingmas Cilacap, S. (2024). Patofisiologi *Stunting*: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5 (4), 13773 – 13783.
- Setiyawati, M. E., Ardhiyanti, L. P., Hamid, E. N., Ayu, N., Muliarta, T., & Raihanah, Y. J. (2024). Studi Literatur: Keadaan dan Penanganan *Stunting* di Indonesia. *Ikraith-Humaniora*, 8 (2), 179 – 186. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2>.
- Tampake, R., Arianty, R., Mangundap, S. A., Emy, B., & Sasmita, H. (2021). The effectiveness of training on improving the ability of health cadres in early detection of *stunting* in toddlers. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(E), 373 – 377. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6067>.

- Winarti, S. A., Khumaisah, L. L., & Anwar, D. I. (2024). Biolarvicide activity of extract and essential oil of culantro (*Eryngium foetidum* L.) on *Culex quinquefasciatus* larvae in silico and in vitro. *Acta Pharmaciae Indonesia: Acta Pharm Indo*, 11 (2), 8925. <https://doi.org/10.20884/1.api.2023.11.2.8925>.