

## **Penyuluhan Pencegahan Stunting Pada Balita di Posyandu Kelurahan Tanjung RHU Kota Pekanbaru**

**Siti Zakiah Zulfa<sup>1</sup>, Isnaini Adelia<sup>2</sup>, Nabila Wahyudi<sup>3</sup>, Hotmaida Nainggolan<sup>4</sup>,  
Natasya Lailatul Syahrani<sup>5</sup>, Indah Atika Putri<sup>6</sup>, Joy Juwita<sup>7</sup>, Ria Rimadani<sup>8</sup>,  
Wirdatul Jannah<sup>9</sup>**

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9</sup> Program Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan dan Informatika, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Indonesia

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Siti Zakiah Zulfa

**E-mail:** [zakiahzlf@gmail.com](mailto:zakiahzlf@gmail.com)

### **Abstrak**

Stunting merupakan masalah gizi kronis pada balita yang berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta kualitas sumber daya manusia. Upaya pencegahan stunting memerlukan intervensi promotif dan preventif melalui peningkatan pengetahuan ibu sebagai pengasuh utama anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan pencegahan stunting pada balita yang dilaksanakan di Posyandu Kelurahan Tanjung Rhu Kota Pekanbaru. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, tanya jawab, serta pembagian media edukasi berupa leaflet. Materi penyuluhan mencakup pengertian stunting, faktor penyebab, dampak stunting pada balita, serta upaya pencegahan melalui pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi seimbang, kebersihan lingkungan, dan pemantauan tumbuh kembang secara rutin. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu balita terkait konsep stunting dan langkah pencegahannya, yang ditunjukkan melalui kemampuan peserta menjelaskan kembali materi setelah penyuluhan. Partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung tergolong aktif dan responsif. Dengan terlaksananya kegiatan ini, penyuluhan kesehatan terbukti berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu balita tentang pencegahan stunting, sehingga diharapkan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari guna mendukung tumbuh kembang balita secara optimal.

**Kata kunci** - pencegahan stunting, balita, penyuluhan kesehatan, posyandu, promotif

### **Abstract**

Stunting is a chronic nutritional problem in toddlers that has long-term impacts on physical growth, cognitive development, and the quality of human resources. Efforts to prevent stunting require promotive and preventive interventions by increasing the knowledge of mothers as the primary caregivers of children. This community service activity took the form of counseling on stunting prevention in toddlers, held at the Integrated Health Post (Posyandu) in Tanjung Rhu Village, Pekanbaru City. The activity was implemented through three stages: preparation, implementation, and evaluation. The methods used included lectures, interactive discussions, questions and answers, and the distribution of educational media in the form of leaflets. The counseling materials covered the definition of stunting, its causes, its impact on toddlers, and prevention efforts through exclusive breastfeeding, balanced nutritional complementary foods (MPASI), environmental cleanliness, and routine growth and development monitoring. The results of the activity showed an increase in understanding of toddler mothers regarding the concept of stunting and its prevention measures, as demonstrated by the participants' ability to re-explain the material after the counseling. Participant participation throughout the activity was active and responsive. With the implementation of this activity, health counseling has been proven to play a role in

*increasing the knowledge and awareness of toddler mothers about stunting prevention, so it is hoped that it can be applied in everyday life to support optimal toddler growth and development.*

**Keywords** - *stunting prevention, children under five, health education, integrated service posts (posyandu), promotion*

## **PENDAHULUAN**

Stunting merupakan masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan standar usianya akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama (Aulia & Dewi, 2025). Kondisi ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti asupan gizi yang tidak adekuat, infeksi berulang, pola asuh yang kurang tepat, serta lingkungan yang tidak mendukung (Rusliani et al., 2022). Stunting umumnya terjadi pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun, yang merupakan masa kritis pertumbuhan dan perkembangan anak (Ruaida, 2018).

Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, kemampuan belajar, daya tahan tubuh, serta produktivitas anak di masa depan (Sari D.A, 2025). Balita yang mengalami stunting cenderung lebih mudah sakit, mengalami keterlambatan perkembangan, dan memiliki kemampuan konsentrasi yang lebih rendah. Jika prevalensi stunting tinggi, maka kualitas sumber daya manusia di suatu wilayah dapat menurun dan berpengaruh terhadap pembangunan jangka panjang (Arifuddin et al., 2023).

Di Indonesia, stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian serius. Kejadian stunting sering ditemukan pada keluarga dengan tingkat pendidikan orang tua yang rendah, kondisi sosial ekonomi yang terbatas, serta kurangnya pemahaman tentang gizi dan pola asuh yang benar (Sukarta A. et al., 2025). Banyak orang tua masih menganggap anak pendek sebagai faktor keturunan, padahal sebagian besar kasus stunting sebenarnya dapat dicegah melalui pemenuhan gizi yang baik dan perawatan kesehatan yang optimal (Arif et al., 2020).

Upaya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui peningkatan peran keluarga, khususnya ibu, dalam pemenuhan gizi anak, pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi seimbang, serta menjaga kebersihan lingkungan. Namun, kurangnya pengetahuan ibu mengenai stunting dan pencegahannya menjadi salah satu hambatan dalam upaya tersebut. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan kepada ibu balita sangat diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran dalam mencegah stunting (Bima et al., 2024).

Posyandu sebagai fasilitas pelayanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran strategis dalam kegiatan promotif dan preventif, termasuk pencegahan stunting (Kumalasari & Sari, 2025). Melalui kegiatan penyuluhan pencegahan stunting pada balita di Kelurahan Tanjung Rhu Kota Pekanbaru, diharapkan ibu balita memperoleh informasi yang jelas dan mudah dipahami mengenai stunting dan cara pencegahannya, sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari untuk mendukung tumbuh kembang balita secara optimal. Tujuan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu yang memiliki balita tentang stunting serta upaya pencegahannya melalui kegiatan penyuluhan kesehatan di Kelurahan Tanjung Rhu Kota Pekanbaru.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Kelurahan Tanjung Rhu, Kota Pekanbaru. Lokasi ini dipilih berdasarkan urgensi kebutuhan edukasi kesehatan di wilayah tersebut. Sasaran utama kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki balita, ibu hamil serta kader Posyandu setempat. Metode pendekatan yang diterapkan dalam kegiatan ini adalah Health Education (Edukasi Kesehatan) dengan pendekatan partisipatif. Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga tahapan, yaitu:

1. Tahap persiapan, pada tahap ini tim pengabdian melakukan survei lokasi dan analisis situasi mitra. Kegiatan meliputi pengurusan izin pelaksanaan, koordinasi dengan pihak Kelurahan Tanjung Rhu dan kader Posyandu, serta penyusunan materi penyuluhan. Selain itu, tim juga

---

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

- mempersiapkan media edukasi berupa leaflet yang didesain menarik dan mudah dipahami sebagai alat bantu penyampaian informasi.
2. Tahap pelaksanaan, kegiatan ini merupakan kegiatan inti berupa penyuluhan tatap muka. Metode penyampaian materi menggunakan teknik ceramah, diskusi interaktif, dan tanya jawab. Untuk memperkuat pemahaman, peserta diberikan leaflet yang berisi ringkasan materi agar dapat dibaca kembali di rumah. Materi yang disampaikan mencakup: pengertian stunting, faktor penyebab, dampak stunting pada balita, serta upaya pencegahan melalui pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi seimbang, kebersihan lingkungan, dan pemantauan tumbuh kembang secara rutin.
  3. Tahap evaluasi merupakan tahap akhir dengan mengukur keberhasilan penyuluhan. Evaluasi dilakukan dengan melihat antusiasme peserta selama sesi diskusi dan kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pemateri (tanya jawab) terkait materi pencegahan stunting yang telah disampaikan. Melalui metode ini, diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu dalam mencegah kejadian stunting.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang direncanakan yaitu pada tanggal 19 November 2025 bertempat di Posyandu Kelurahan Tanjung Rhu, Kota Pekanbaru. Kegiatan ini dilaksanakan bersamaan dengan kegiatan rutin Posyandu. Kegiatan diikuti sebanyak 35 peserta yang terdiri dari ibu-ibu yang memiliki balita, ibu hamil, serta kader Posyandu. Tingginya kehadiran peserta menunjukkan antusiasme dan kebutuhan masyarakat akan informasi kesehatan anak.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan, dimana tim pengabdian berkoordinasi dengan pihak kelurahan dan kader untuk memastikan kesiapan lokasi dan sasaran. Pada saat pelaksanaan, kegiatan dibuka dengan pembagian media edukasi berupa leaflet. Penggunaan media leaflet terbukti efektif membantu peserta untuk lebih fokus menyimak materi, karena peserta dapat membaca poin-poin penting secara langsung saat penyuluhan berlangsung. Pembagian leaflet sebelum presentasi utama juga memungkinkan peserta untuk membiasakan diri terlebih dahulu dengan topik-topik inti, yang dapat secara signifikan meningkatkan pemahaman selama sesi penyampaian materi (Setiawan et al., 2023).

Pada kegiatan inti, tim pengabdian melakukan pembukaan dengan menyampaikan tujuan penyuluhan serta melakukan penggalan pengetahuan awal ibu balita mengenai stunting. Penggalan pengetahuan awal dilakukan melalui survei sederhana berupa pertanyaan terbuka (pre-test kualitatif) untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta. Hasil penggalan awal menunjukkan bahwa sebagian ibu belum memahami secara tepat pengertian stunting dan masih menganggap kondisi anak pendek sebagai faktor keturunan semata. Temuan ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa rendahnya tingkat pengetahuan orang tua, khususnya ibu, merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian stunting pada balita (Arif et al., 2020; Rusliani et al., 2022), serta fakta bahwa faktor pemberian makan yang buruk merupakan penyebab utama malnutrisi pada anak (Zulfa, 2024).

Selanjutnya dilakukan kegiatan penyampaian materi penyuluhan secara bertahap yang meliputi pengertian stunting, faktor penyebab stunting, dampak stunting pada balita, serta upaya pencegahan stunting. Dalam sesi ini, dijelaskan secara mendalam mengenai strategi pencegahan stunting yang meliputi: 1) Pemberian ASI eksklusif dan MPASI: peserta diberikan pemahaman bahwa ASI mengandung antibodi yang tidak dimiliki susu formula, yang krusial untuk mencegah infeksi penyebab gangguan pertumbuhan. Diskusi juga membahas komposisi MPASI yang tepat, dengan penekanan pada protein hewani (telur, ikan, daging) yang tersedia lokal dan terjangkau di pasar sekitar Tanjung Rhu. Hal ini mendukung upaya perbaikan kualitas makanan dan praktik gizi yang direkomendasikan untuk manajemen gizi balita (Zulfa, 2024). 2) Sanitasi dan lingkungan: edukasi

mengenai hubungan antara sanitasi buruk dengan diare kronis yang dapat menghambat penyerapan nutrisi anak. Tim menekankan pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan perbaikan praktik kebersihan untuk melindungi anak dari penyakit infeksi, mengingat balita yang menderita malnutrisi memiliki risiko 3,6 kali lebih besar terkena diare (Zulfa, 2024). 3) Pemantauan tumbuh kembang: peserta dimotivasi untuk rutin datang ke Posyandu setiap bulan. Hal ini penting agar jika terjadi penurunan berat badan (*weight faltering*), intervensi dapat segera dilakukan sebelum anak jatuh dalam kondisi stunting.

Kegiatan penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah dan diskusi interaktif dengan bantuan media leaflet. Penggunaan leaflet membantu ibu balita dalam memahami materi karena informasi disajikan secara singkat, jelas, dan disertai gambar. Hal ini sesuai dengan pendapat Rahmawati (2024) yang menyatakan bahwa media edukasi sederhana seperti leaflet efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap informasi kesehatan. Pemberian edukasi kesehatan menggunakan metode ceramah yang disertai diskusi dan media leaflet terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita. Hal ini sejalan dengan penelitian (Dinanda et al, 2024) yang menyatakan bahwa penggunaan media leaflet sebagai sarana edukasi gizi mampu meningkatkan pemahaman ibu balita tentang pencegahan stunting, sehingga ibu lebih mampu menerapkan perilaku pencegahan stunting dalam kehidupan sehari-hari. Proses penyampaian materi dilakukan dengan bahasa yang sederhana dan komunikatif agar mudah dipahami oleh berbagai lapisan masyarakat. Fokus utama pembahasan adalah meluruskan persepsi masyarakat bahwa tubuh pendek pada anak adalah faktor keturunan (*genetik*) semata. Tim pengabdian menekankan bahwa stunting lebih banyak disebabkan oleh faktor kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).

Penyuluhan berlangsung dengan tertib dan lancar serta memperoleh respons yang baik dari peserta, yang terlihat dari kehadiran ibu balita sejak awal hingga akhir kegiatan serta partisipasi aktif selama sesi penyampaian materi dan diskusi. Selama diskusi awal, terdapat sekitar empat orang ibu balita yang aktif mengajukan pertanyaan terkait pengertian stunting dan upaya pencegahannya. Setelah diberikan penjelasan oleh tim pengabdian, sebagian besar ibu balita mampu menjelaskan kembali pokok-pokok materi yang disampaikan, khususnya terkait pengertian stunting, faktor penyebab, serta langkah pencegahan yang tercantum dalam media leaflet. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman awal peserta terhadap materi penyuluhan.

Keberhasilan kegiatan pengabdian yang dilakukan diukur melalui sesi evaluasi berupa diskusi interaktif dan tanya jawab. Suasana diskusi berlangsung hidup, di mana peserta aktif mengajukan pertanyaan terkait masalah gizi yang mereka hadapi sehari-hari. Beberapa pertanyaan yang muncul antara lain mengenai cara mengatasi anak yang susah makan (GTM) dan variasi menu MPASI yang murah namun bergizi. Berdasarkan pengamatan tim pengabdian, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan. Hal ini terlihat dari kemampuan peserta menjawab pertanyaan umpan balik yang diajukan pemateri, seperti menyebutkan kembali ciri-ciri stunting dan contoh makanan sumber protein. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan minat dan kesadaran ibu balita terhadap peran penting keluarga dalam mencegah stunting, sebagaimana dijelaskan dalam kajian Bima et al. (2024) bahwa keterlibatan ibu dan keluarga sangat menentukan keberhasilan pencegahan stunting. Hal ini juga didukung oleh penelitian Zulfa (2024) yang menyatakan bahwa orang tua dan anggota keluarga lainnya berperan penting untuk memastikan pemberian makan yang memadai pada anak.

Materi yang di sampaikan memberikan pemahaman kepada ibu balita bahwa stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, kemampuan belajar, serta daya tahan tubuh balita. Setelah mendapatkan penjelasan, ibu balita mulai menyadari pentingnya pencegahan stunting sejak dini agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Hal ini sejalan dengan teori yang menyebutkan bahwa stunting memiliki dampak jangka panjang hingga usia dewasa, termasuk penurunan produktivitas dan kualitas sumber daya manusia (Arifuddin et al., 2023).

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sebagian besar ibu balita mampu menjelaskan kembali pengertian stunting, faktor penyebab, dampak, serta langkah-langkah pencegahan stunting dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan oleh tim pengabdian di Posyandu Kelurahan Tanjung Rhu Kota Pekanbaru dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu balita mengenai pencegahan stunting. Melalui kegiatan ini, diharapkan para ibu di Kelurahan Tanjung Rhu dapat menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari guna mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, serta dapat menerapkan pola asuh yang lebih baik untuk mencegah kejadian stunting di masa mendatang.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 2. Materi Penyuluhan

## KESIMPULAN

Penyuluhan pencegahan stunting di Posyandu Kelurahan Tanjung Rhu pada 19 November 2025 berjalan optimal dan berhasil meningkatkan kesadaran ibu balita dan ibu hamil mengenai

kesehatan balita. Materi mengenai pencegahan stunting melalui ASI Eksklusif, MPASI, gizi seimbang, sanitasi lingkungan dan pemantauan tumbuh kembang balita tersampaikan dengan baik melalui metode ceramah dan media leaflet. Peningkatan kognitif ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku berkelanjutan demi menekan risiko stunting. Untuk memastikan keberlanjutan program dan penerapan pengetahuan secara nyata, direkomendasikan agar pengabdian berikutnya memprioritaskan aspek psikomotorik melalui kegiatan demonstrasi pengolahan MPASI padat gizi berbasis pangan lokal.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat di Posyandu Kelurahan Tanjung Rhu Kota Pekanbaru atas dukungan, kerja sama, dan partisipasi sehingga kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dapat terlaksana dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arif, S., Isdijoso, W., Fatah, A. R., & Tamyis, A. R. (2020). Tinjauan strategis ketahanan pangan dan gizi di Indonesia.
- Arifuddin, A., Prihatni, Y., Setiawan, A., Wahyuni, R. D., Nur, A. F., Dyastuti, N. E., & Arifuddin, H. (2023). Epidemiological model of stunting determinants in Indonesia. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(2), 224–234. <https://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/HealthyTadulako>.
- Aulia, E., & Dewi, D. (2025). Pemberdayaan kader Posyandu dalam intervensi pencegahan stunting. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 4(1), 155–168. <https://penerbitgoodwood.com/index.php/jimi/article/download/4687/1443>.
- Bima, M. A., Hutabarat, D. T. H., Syahfitri, N., & Manurung, S. D. (2024). Kajian literatur tentang upaya pencegahan stunting anak melalui imunisasi dan asupan gizi. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(7), 298–310.
- Dinanda, C., Manikam, R. M., & Angesti, A. N. (2024). Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas: Pengaruh Edukasi Gizi menggunakan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang pada Ibu Balita di Kelompok Bermain Al-Muttaqin Desa Ladan Kabupaten Kepulauan Anambas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(2), 432–442. <https://journalthamrin.com/index.php/jikmht/article/view/2351>.
- Kumalasari, V., & Sari, V. P. (2025). Pengetahuan dan sikap ibu terhadap kejadian stunting pada balita di Posyandu Harapan Kita Cagungan Bantul. *HEALTHY: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 4(3). <https://jurnalp4i.com/index.php/healthy/article/view/6796> Jurnal P4I.
- Rahmawati, J. A. D., & Rosdiana, W. (2024). Implementasi program percepatan penurunan stunting di Posyandu Kelurahan Mojo. *Inovant: Jurnal Ilmu Sosial & Administrasi*, 3(4), 62–77. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/innovant/article/download/33934/12171> Jurnal Universitas Negeri Surabaya.
- Ruaida, N. (2018). Gerakan 1000 hari pertama kehidupan mencegah terjadinya stunting (gizi pendek) di Indonesia. *Global Health Science*, 3(2), 139–151. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ghs>.
- Rusliani, N., Hidayani, W. R., & Sulistyoningsih, H. (2022). Literature review: Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita. *Buletin Ilmu Kebidanan dan Keperawatan*, 1(1), 32–40.
- Sari, D. A. (2025). Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dan pemanfaatan ... *PHC: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc/article/view/1526> E-Jurnal.
- Setiawan, D., Izma, H., Sari, O. M., Rahmi, N., Fahira, N. S., Kumala, D. F., & Handayani, F. (2023). Edukasi Waspada DBD dan Pandai Memilih Jajanan di Sekolah dengan Leaflet. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Abdira) Vol*, 3(1).

- Sukarta, A., Saputri, C. A., & Rosmawaty, R. (2025). Ayo cegah stunting melalui edukasi dan pemantauan tumbuh kembang anak di TK Aisyiyah 1 Pangkajene. *Community Development Journal*, 6(2), 1808–1812.
- Zulfa, S. Z. (2024). Implementation of Home Visit Program in an Effort to Improve the Nutritional Status of Toddlers in Developing Countries: Scoping Review. *EMBRIO: Jurnal Kebidanan*, 16(1), 48-61. <https://jurnal.unipasby.ac.id/embrion/article/view/7989>.