

Pemberdayaan Kader Ibu Hamil melalui Edukasi Gizi dan Pendampingan Terstruktur dalam Upaya Pencegahan Stunting

Andi Mappanganro^{1*}, Linda Hardianti Saputri², Andi Tenri Abeng³, Sri Wulandari⁴, Yunita Annisa⁵

^{1,4,5}Jurusan Keperawatan, Universitas Muslim Indonesia

^{2,3}Jurusan Kebidanan, Universitas Muslim Indonesia

***Corresponding Author**
(Andi Mappanganro)

Email: andi.mappanganro@umi.ac.id

Alamat: Jl. Tanjung Pitang

History Artikel

Received: 04 Desember 2025

Accepted: 24 Februari 2026

Published: 28 Februari 2026

Abstrak.

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak pada tumbuh kembang anak dan seringkali berawal sejak masa kehamilan. Di Desa Romangloe, Kabupaten Gowa masih ditemukan rendahnya literasi gizi pada ibu hamil dan terbatasnya kapasitas kader dalam melakukan edukasi dan pendampingan secara optimal. Kurangnya media edukasi yang praktis serta belum terbangunnya system pendampingan terstruktur menyebabkan intervensi pencegahan stunting belum maksimal. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kapasitas kader Kesehatan melalui pelatihan edukasi gizi dan penerapan system pendampingan ibu hamil berbasis keluarga. Kader akan dibekali dengan buku saku edukasi dan didampingi secara berkala oleh tim pengabdian dan bidan setempat. Pendekatan ini diharapkan mampu membentuk komunitas desa yang aktif, mandiri dan kolaboratif dalam mendukung kehamilan sehat serta mencegah stunting sejak dini. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan kader ibu hamil dari 70% yang berpengetahuan kurang menjadi 90% berpengetahuan baik. Dengan demikian kegiatan edukasi gizi ibu hamil dan pendampingan terstruktur terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader, yang diharapkan dapat berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting.

Kata Kunci: Pemberdayaan Kader; Edukasi Gizi; Ibu Hamil; Stunting; Pendampingan Terstruktur

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that impacts child growth and development and often begins during pregnancy. In Romangloe Village, Gowa Regency, low nutritional literacy among pregnant women is still found, and the limited capacity of health cadres to provide optimal education and support. The lack of practical educational media and the lack of a structured support system has resulted in stunting prevention interventions being less than optimal. This activity aims to increase the capacity of health cadres through nutrition education training and the implementation of a family-based support system for pregnant women. Cadres will be provided with educational pocketbooks and regularly assisted by a community service team and local midwives. This approach is expected to foster an active, independent, and collaborative village community in supporting healthy pregnancies and preventing stunting early. The results of the activity showed an increase in knowledge among pregnant cadres, from 70% with poor knowledge to 90%

with good knowledge. Thus, nutrition education activities for pregnant women and structured support have proven effective in increasing the knowledge of cadres, which is expected to contribute to stunting prevention efforts.

Keyword: Empowerment of Cadres; Nutrition Education; Pregnant Women; Stunting; Structured Mentoring

Pendahuluan

Asupan gizi yang cukup sangat berperan penting dalam proses tumbuh kembang anak. Stunting merupakan gangguan gizi kronis yang terjadi akibat kurangnya asupan nutrisi dalam jangka waktu lama dan umumnya mulai tampak ketika anak berusia dua tahun (Rahmadhita, 2020). Dampak stunting meliputi terganggunya perkembangan mental, kecerdasan, serta pertumbuhan fisik anak yang tidak sesuai dengan usianya, sehingga akan berdampak pada kualitas kerja dan produktivitas ekonomi di masa depan (Letsoin, 2021). Selain itu, stunting juga dapat menurunkan daya tahan tubuh terhadap penyakit, yang kemudian meningkatkan risiko kesakitan dan kematian (R. Susanti et al., 2020).

Pola pemberian makanan pada anak perlu dirancang secara kreatif dan variatif agar kebutuhan nutrisi tercukupi secara optimal. Kekurangan nutrisi dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak (Rahmadhita, 2020). Pencegahan stunting dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis seperti pemberian suplemen vitamin maupun pendekatan nonfarmakologis seperti edukasi gizi, herbal, dan stimulasi pencernaan (R. Susanti et al., 2020). Namun, anak dari keluarga miskin memiliki risiko stunting lebih tinggi karena keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, sanitasi dan layanan kesehatan (UNICEF, 2021). Selain faktor ekonomi, menurunnya nafsu makan anak juga dapat diatasi melalui pendekatan nonfarmakologis berbasis edukasi dan pendampingan gizi, yang terstruktur dan terarah. Pendekatan ini dinilai efektif dalam mendukung program pemerintah untuk menurunkan angka kejadian stunting sejak dini (Ceria & Arintasari, 2019).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.1109/Menkes/Per/IX/2007, terapi komplementer termasuk pendekatan promotif dan preventif untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yang dilakukan oleh tenaga terlatih melalui intervensi yang aman, efektif, dan berbasis pada ilmu biomedis (Argaheni et al., 2022). Salah satu pendekatan yang dapat dimasukkan dalam kategori ini adalah pendampingan gizi terstruktur kepada ibu hamil dan keluarga, dengan tujuan mendukung kesiapan gizi sejak masa kehamilan, serta membentuk lingkungan keluarga yang mendukung tumbuh kembang optimal anak. Pendekatan ini tidak hanya membantu peningkatan status gizi ibu dan bayi, tetapi juga memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak sejak masa prenatal (Sari, 2021).

Kader berperan sebagai penggerak masyarakat dalam peningkatan kesehatan ibu dan anak serta ujung tombak pelaksanaan program pemberdayaan berbasis komunitas (Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, 2020). Oleh karena itu, para kader merupakan sasaran strategis untuk diberikan pembekalan tentang edukasi gizi dan keterampilan dalam pendampingan ibu hamil. Melalui pelatihan ini, kader diharapkan mampu memberikan pendampingan langsung kepada ibu hamil dan balita dalam rangka pencegahan stunting sejak dini.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Desa Romangloe pada 4 Oktober 2025. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah, demonstrasi, dan simulasi, melibatkan 20 orang kader ibu hamil.

Instrumen untuk mengukur tingkat pengetahuan yang digunakan adalah kuesioner.

Tahap pelaksanaan kegiatan Edukasi Gizi dan Pendampingan Terstruktur diawali dengan pelaksanaan pre-test selama 15 menit untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta. Selanjutnya, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi edukasi selama kurang lebih 30 menit menggunakan media proyektor, yang membahas mengenai stunting, meliputi pengertian, penyebab, gejala, dampak yang ditimbulkan, serta upaya penanganan dan pencegahannya. Materi pencegahan menitikberatkan pada peningkatan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan kesehatan ibu hamil untuk mencegah stunting pada anak dan mendorong perubahan perilaku positif pada ibu hamil dalam hal pola makan, pemeriksaan kehamilan, dan konsumsi suplemen gizi. Selanjutnya peserta melakukan simulasi dalam penyusunan menu makanan bergizi untuk ibu hamil.

Tahap berikutnya adalah evaluasi kegiatan, yang dilakukan melalui sesi tanya jawab bersama peserta untuk menilai pemahaman mereka terhadap materi yang telah disampaikan. Setelah itu, dilaksanakan *post-test* guna mengetahui adanya perubahan pengetahuan dan keterampilan kader mengenai edukasi gizi dan pendampingan terstruktur sebagai bentuk intervensi pencegahan stunting. Agar informasi yang diperoleh dapat diterapkan secara berkelanjutan, tim dosen pengabdian masyarakat juga membagikan buku saku kepada para kader yang berpartisipasi dalam kegiatan ini.

Hasil dan Pembahasan

Dari hasil kegiatan yang telah dilakukan, peserta menyampaikan bahwa informasi dan materi yang telah disampaikan sangat bermanfaat utamanya dalam memberikan informasi sederhana dan mudah dipahami tentang zat gizi penting bagi ibu hamil (protein, zat besi, asam folat) yang merupakan salah satu usaha mencegah stunting khususnya di desa Romangloe

Kabupaten Gowa. Hal ini dapat dilihat dari hasil pre test dan post test sebelum dan setelah kegiatan.

Tabel 1. Evaluasi Kegiatan

Pengetahuan	Pre Test		Post Test	
	n	%	n	%
Baik	3	15	18	90
Cukup	3	15	2	10
Kurang	14	70	0	0
Jumlah	20	100	20	100

Hasil kegiatan di dapatkan peningkatan pengetahuan yang baik terkait gizi ibu hamil sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting. Salah satu pendekatan yang dimasukkan adalah pendampingan gizi terstruktur kepada ibu hamil dan keluarga, dengan tujuan mendukung tumbuh kembang optimal anak. Pendekatan ini tidak hanya membantu peningkatan status gizi ibu dan bayi, tetapi juga memperkuat ikatan emosional antara ibu dan anak sejak masa prenatal (Sari, 2021).

Bidan dan kader posyandu Desa Romangloe terlibat aktif dalam persiapan dan pelaksanaan kegiatan baik dalam menyusun jadwal, pengadaan sarana dan prasarana serta pelaksanaan kegiatan sampai selesai. Melakukan diskusi langsung dengan mitra terkait tanggapan terhadap kegiatan yang telah dilakukan serta mendengarkan masukan dari mitra terkait harapan-harapan yang diinginkan untuk kesinambungan kegiatan.

Melaksanakan diskusi langsung bersama kader dan tenaga kesehatan (bidan desa) di Desa Romangloe yang telah memperoleh pelatihan edukasi gizi ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting. Kegiatan diskusi ini bertujuan untuk menggali masukan, pengalaman, serta harapan peserta terhadap keberlanjutan dan pengembangan kegiatan tersebut di masa mendatang.

Tingkat antusiasme kader tampak meningkat setelah mengikuti kegiatan edukasi dan pelatihan, ditunjukkan melalui kemampuan mereka dalam

mensimulasikan penyusunan menu makanan sehat untuk ibu hamil secara mandiri dan kreatif.



Gambar 1. Pengisian *Pre Test*



Gambar 2. Pemberian Materi tentang makanan bergizi pada ibu hamil



Gambar 3. Pembagian Buku Saku Panduan Gizi Ibu Hamil dan Pencegahan Stunting

Kesimpulan

Peningkatan kapasitas kader dan masyarakat melalui edukasi serta pelatihan pendampingan gizi secara terstruktur di Desa Romangloe sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting sejak masa

kehamilan. Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan kader dalam memberikan pendampingan kepada ibu hamil. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang diikuti oleh 20 peserta, diperoleh data bahwa sebelum dilakukan edukasi dan pelatihan, sekitar 70% kader memiliki pengetahuan kurang, 15% memiliki pengetahuan cukup, dan hanya 15% memiliki pengetahuan baik. Setelah pelaksanaan kegiatan, terjadi peningkatan signifikan, di mana 90% kader menunjukkan pengetahuan baik mengenai gizi ibu hamil dan pencegahan stunting. Dengan demikian, kegiatan edukasi gizi ibu hamil dan pendampingan terstruktur terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader, yang diharapkan dapat berkontribusi terhadap upaya pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat (LPkM) Universitas Muslim Indonesia yang telah mendanai pengabdian ini dan kepada mitra yang turut memberikan dukungan penuh yaitu Kepala Desa, Bidan dan Kader ibu hamil Desa Romangloe.

Daftar Pustaka

- Argaheni, N. B., Astuti, E.D., Azizah, N., Winarsih, W., (Putri, N.R., Yuliani, M., Mahardany, B.O., Noflidaputri, R., Sebtalezy, C.Y. and Santi, M.Y., 2022. *Asuhan Kebidanan Komplementer*. Yayasan Kita Menulis.
- Ceria, I and Arintasari, F., 2019. *Pengaruh Pemberian Pijat Tui Na Dengan Berat Badan Anak Balita*. In Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu (Vol. 1, No. 2, pp. 469-475).
- Dalimunthe. S.M., 2015. *Gambaran faktor-faktor kejadian stunting pada balita usia 24-59 bulan di Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2010 (analisis data sekunder riskesdas 2010)*

(Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan, 2015).

- Hidayat T., Triana, N. Y., & Utami, T. 2021. *Pengaruh Pijat Tui Na terhadap Nafsu Makan pada Balita: Literature Review*. Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 1321–1330
- Kementrian Desa, Pembangunan Desa Tertinggal (2020), *Pedoman Pemberdayaan Masyarakat Desa*
- Kristianingrum D.Y. and Haninggar, R.D., 2022. *Pencegahan Stunting Dengan Tui Na Massage*. Masyarakat Mandiri dan Berdaya, 1(2), pp.9-15.
- Letsoin, T.V.E., 2021. Literature review: *Hubungan Keragaman Pangan Dan Pola Pemberian Makan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita*.
- Rahmadhita, K., 2020. *Permasalahan stunting dan pencegahannya*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 9(1), pp.225-229.
- Sari. D.M., 2021. *Pendampingan Gizi Terstruktur sebagai Strategi Pencegahan Stunting Sejak Masa Kehamilan*. Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak, 9(1), pp 12-20.
- Susanti, A D.R., Widowati, R. and Indrayani, T., 2020. *The Effectiveness Of Tui Na Massage On Difficulties Of Eating In Children 1-3 Years Age In South Tangerang City In 2020*. Health Media, 2(1), pp.30-37.