

Sahabat Gizi Kit : Edukasi Gizi Berbasis Keluarga untuk Mencegah Stunting Sejak Kehamilan Sampai Balita di Desa Bube

Cindy Puspita Sari Haji Jafar^{1*}, Nurdiana Djamaluddin², Rachmawaty D. Hunawa³, Indra⁴, Mihrawaty S. Antu⁵

^{1,2,3,4,5} Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu Olaharaga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Jl. Jenderal Sudirman No. 06 Kota Gorontalo 96128, Indonesia

* Penulis Korespondensi. Email: cindy@ung.ac.id

ABSTRAK

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang perlu dicegah sejak masa kehamilan hingga balita melalui pemenuhan gizi yang optimal, ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, dan imunisasi. Program Sahabat Gizi Kit dilaksanakan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga mengenai pencegahan stunting di Desa Bube, Kecamatan Suwawa. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pemahaman keluarga mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, dan imunisasi. Metode pelaksanaan meliputi identifikasi kebutuhan masyarakat, perancangan media edukasi, sosialisasi, edukasi interaktif, pendampingan keluarga selama dua minggu, serta evaluasi pemahaman melalui observasi, tanya jawab, dan post-test. Media yang digunakan terdiri atas Puzzle Nutrisi Ibu Hamil, Flashcard ASI Eksklusif, Poster MP-ASI, dan Kalender Imunisasi. Hasil kegiatan menunjukkan respons positif dan partisipasi aktif peserta selama proses edukasi. Sebelum edukasi, sebanyak 80% peserta belum mengetahui materi yang diberikan, sedangkan setelah edukasi dan pendampingan, hasil post-test menunjukkan 96% peserta telah mengetahui dan memahami materi. Peningkatan tersebut menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi interaktif yang disertai pendampingan dapat membantu meningkatkan pemahaman keluarga mengenai praktik kesehatan yang mendukung pencegahan stunting. Program Sahabat Gizi Kit dapat menjadi salah satu alternatif edukasi promotif dan preventif berbasis keluarga yang dapat dikembangkan secara berkelanjutan melalui keterlibatan kader kesehatan, pemerintah desa, dan keluarga dalam kegiatan Posyandu serta edukasi kesehatan lainnya.

Kata Kunci: Edukasi gizi keluarga; ASI eksklusif; MP-ASI; imunisasi, stunting.

Diterima:

02-09-2026

Disetujui:

10-10-2026

Online:

10-10-2026

ABSTRACT

Stunting remains a public health problem that needs to be prevented from pregnancy through the toddler period by ensuring adequate nutrition, exclusive breastfeeding, appropriate complementary feeding, and immunization. The Sahabat Gizi Kit program was implemented to improve family knowledge and awareness regarding stunting prevention in Bube Village, Suwawa District. This activity aimed to improve families' understanding of maternal nutrition, exclusive breastfeeding, complementary feeding, and immunization. The implementation method consisted of community needs identification, educational media design, interactive education, family assistance for two weeks, and evaluation through observation, questions and answers, and a post-test. The educational media included the Pregnant Women Nutrition Puzzle, Exclusive Breastfeeding Flashcards, Complementary Feeding Posters, and an Immunization Calendar. The results showed positive responses and active participation from participants throughout the educational activities. Before the intervention, 80% of participants had limited knowledge of the presented materials, while after the education and two-week assistance, the post-test showed that 96% of participants understood the materials. These findings indicate that interactive educational media combined with family assistance can improve family understanding of health practices that support stunting prevention. The Sahabat Gizi Kit program can serve as an alternative family-based promotive and preventive education

strategy that can be sustained through the involvement of health cadres, village government, and families in Posyandu activities and other health education programs.

Copyright © 2026 Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society

Keywords: Family nutrition education; exclusive breastfeeding; complementary feeding; immunization; stunting.

Received:

2026-09-02

Accepted:

2026-10-10

Online:

2026-10-10

1. Pendahuluan

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian, terutama pada periode awal kehidupan anak. Pencegahan stunting perlu dilakukan sejak masa kehamilan hingga usia balita melalui pemenuhan gizi yang optimal, pemberian ASI eksklusif, MP-ASI yang tepat, serta pemantauan kesehatan dan imunisasi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi stunting balita di Indonesia mencapai 21,5%, sedangkan prevalensi stunting di Provinsi Gorontalo mencapai 23,8%, sehingga diperlukan penguatan upaya promotif dan preventif berbasis keluarga [1].

Data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2025 juga menunjukkan bahwa Kabupaten Bone Bolango masih menghadapi permasalahan stunting dengan angka sebesar 23% [2]. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa upaya pencegahan stunting perlu dilakukan tidak hanya pada wilayah dengan kasus stunting yang tinggi, tetapi juga pada tingkat keluarga dan desa untuk mempertahankan kondisi kesehatan anak yang telah baik.

Kecamatan Suwawa merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Bone Bolango yang masih memerlukan perhatian dalam upaya pencegahan stunting. Berdasarkan data wilayah kerja Puskesmas Suwawa, pada Januari–Mei 2026 tercatat 9 balita mengalami stunting. Desa Bube yang berada di Kecamatan Suwawa memiliki 675 jiwa dan 226 kepala keluarga, dengan 52 pasangan usia subur, 2 ibu hamil, 6 ibu menyusui, serta 52 keluarga yang memiliki balita [3]. Meskipun Desa Bube telah mencapai status bebas stunting, kondisi tersebut perlu dipertahankan melalui penguatan pengetahuan, kesadaran, dan praktik keluarga dalam pemenuhan gizi dan kesehatan ibu serta anak.

Upaya mempertahankan status bebas stunting di Desa Bube masih menghadapi beberapa tantangan, ditunjukkan oleh cakupan kunjungan ibu hamil ke fasilitas pelayanan kesehatan yang baru mencapai 44,4%, pemberian ASI eksklusif sebesar 0%, dan imunisasi dasar lengkap sebesar 9,09% [3]. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penguatan edukasi dan pendampingan keluarga mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, imunisasi, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan sebagai upaya promotif dan preventif untuk mempertahankan status bebas stunting secara berkelanjutan.

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang yang terjadi terutama pada 1000 HPK, dan dampaknya terhadap perkembangan kognitif serta produktivitas sulit dipulihkan apabila periode ini terlewati. Periode ini mencakup masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun, ketika pertumbuhan otak dan tubuh berlangsung paling pesat sehingga sangat sensitif terhadap kecukupan gizi [4]. WHO menyebutkan bahwa usia 6–23 bulan merupakan periode kritis dalam pertumbuhan anak karena pada fase tersebut risiko gangguan pertumbuhan dan kekurangan zat gizi meningkat. Oleh karena itu, praktik pemberian makanan yang tepat, beragam, aman, dan sesuai kebutuhan anak merupakan salah satu komponen penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan secara optimal [5]. Oleh karena itu, pencegahan stunting paling efektif dilakukan dengan menjamin

gizi ibu hamil, pemberian ASI eksklusif, pemberian makan bayi dan anak (PMBA)/MP-ASI yang adekuat, serta kelengkapan imunisasi pada rentang ini [6] .

Keluarga merupakan unit pengasuhan terdekat yang menentukan praktik pemberian makan dan pola asuh anak, sehingga keterlibatan keluarga menjadi kunci keberhasilan pencegahan stunting [7] . Namun, pengetahuan dan praktik keluarga mengenai gizi 1000 HPK, ASI eksklusif, dan MP-ASI masih terbatas, sementara intervensi yang ada kerap berfokus hanya pada ibu tanpa melibatkan anggota keluarga lain yang turut memengaruhi keputusan pemberian makan [8] . Edukasi gizi yang melibatkan seluruh keluarga terbukti dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik pemberian makan yang mendukung pencegahan stunting [9] .

Hasil identifikasi kondisi masyarakat, diperlukan penguatan edukasi mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, imunisasi, serta pola makan sehat bagi keluarga. Data kesehatan Desa Bube menunjukkan bahwa terdapat 3 balita dengan status gizi kurang. Selain itu, terdapat 17 anak dengan status imunisasi tidak lengkap dan 3 anak yang tercatat menolak imunisasi. Kondisi tersebut memerlukan upaya pemeliharaan dan pencegahan agar tidak berkembang menjadi masalah gizi yang lebih serius.

Berdasarkan kondisi tersebut, mahasiswa KKN-PK Universitas Negeri Gorontalo melaksanakan program Sahabat Gizi Kit: Edukasi Gizi Berbasis Keluarga untuk Mencegah Stunting Sejak Kehamilan sampai Balita di Desa Bube, Kecamatan Suwawa. Program ini dirancang sebagai media edukasi yang sederhana, interaktif, dan mudah digunakan oleh keluarga melalui empat media utama, yaitu Puzzle Nutrisi Ibu Hamil, Flashcard ASI Eksklusif, Poster MP-ASI, dan Kalender Imunisasi. Media tersebut digunakan untuk memberikan informasi secara praktis mengenai gizi ibu selama kehamilan, pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pemantauan imunisasi anak. Media edukasi gizi yang interaktif dan aplikatif terbukti meningkatkan pengetahuan dan praktik keluarga dalam pencegahan stunting [10] .

Pelaksanaan program Sahabat Gizi Kit bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga mengenai pemenuhan gizi dan kesehatan ibu serta anak sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting. Melalui edukasi berbasis keluarga dan penggunaan media yang interaktif, program ini diharapkan dapat mendorong keluarga untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari serta memperkuat upaya pencegahan stunting sejak masa kehamilan hingga balita.

2. Metode Pelaksanaan

Kegiatan Sahabat Gizi Kit: Edukasi Gizi Berbasis Keluarga untuk Mencegah Stunting Sejak Kehamilan hingga Balita dilaksanakan sebagai bagian dari kegiatan KKN-PK Universitas Negeri Gorontalo Tahun 2026 di Desa Bube, Kecamatan Suwawa, Kabupaten Bone Bolango, Provinsi Gorontalo. Kegiatan dilaksanakan pada 6 Agustus 2026 bertempat di Kantor Desa Bube dengan melibatkan mahasiswa KKN-PK sebagai pelaksana dan masyarakat sebagai sasaran kegiatan. Sasaran kegiatan meliputi ibu hamil, ibu menyusui, serta keluarga yang memiliki bayi dan balita. Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya meningkatkan pemahaman keluarga mengenai pemenuhan gizi dan praktik kesehatan pada periode sejak kehamilan hingga balita, sehingga keluarga dapat berperan aktif dalam pencegahan stunting sejak awal kehidupan..

Tahap selanjutnya berupa pelaksanaan edukasi dan sosialisasi kepada keluarga sasaran. Edukasi disampaikan secara langsung menggunakan bahasa Indonesia yang sederhana, komunikatif, dan mudah dipahami. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan memanfaatkan masing-masing media sesuai dengan topik yang diberikan. Puzzle Nutrisi Ibu Hamil digunakan untuk memberikan pemahaman mengenai pilihan makanan dan kebutuhan gizi selama kehamilan. Flashcard ASI

Eksklusif digunakan untuk menyampaikan informasi mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif. Poster MP-ASI digunakan untuk menjelaskan prinsip pemberian makanan pendamping ASI, sedangkan Kalender Imunisasi digunakan sebagai media informasi sekaligus pengingat bagi keluarga mengenai jadwal imunisasi anak.

Setelah kegiatan edukasi, dilakukan pendampingan kepada keluarga sasaran untuk membantu penerapan informasi yang telah diberikan dalam kehidupan sehari-hari. Pendampingan dilakukan melalui tanya jawab dan diskusi sehingga sasaran dapat menyampaikan kendala serta menyesuaikan penerapan materi dengan kondisi masing-masing keluarga. Pendampingan dilaksanakan selama dua minggu setelah kegiatan edukasi dengan melibatkan mahasiswa KKN-PK sebagai pendamping. Tahap ini bertujuan agar kegiatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong keluarga untuk menerapkan perilaku yang mendukung pencegahan stunting sejak masa kehamilan hingga periode balita.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui evaluasi proses dan evaluasi pemahaman sasaran. Evaluasi proses dilakukan dengan mengamati keterlibatan, antusiasme, dan respons keluarga selama kegiatan edukasi dan pendampingan. Evaluasi pemahaman dilakukan melalui tanya jawab dan pengamatan terhadap kemampuan sasaran dalam menjelaskan kembali materi yang telah diberikan. Data hasil pelaksanaan dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan tingkat pemahaman sasaran sebelum dan setelah edukasi berdasarkan hasil observasi, respons, dan kemampuan menjawab pertanyaan terkait materi Sahabat Gizi Kit. Hasil evaluasi digunakan untuk mengetahui ketercapaian tujuan kegiatan serta menjadi bahan perbaikan dalam pelaksanaan edukasi kesehatan berbasis keluarga.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Kegiatan Sahabat Gizi Kit : Edukasi Gizi Berbasis Keluarga untuk Mencegah Stunting Sejak Kehamilan sampai Balita dilaksanakan di Desa Bube, Kecamatan Suwawa, dengan melibatkan keluarga sebagai sasaran utama. Kegiatan memperoleh respons positif dari masyarakat, terutama ibu hamil, ibu menyusui, serta keluarga yang memiliki bayi dan balita. Pelaksanaan kegiatan berlangsung secara interaktif melalui penyampaian materi, diskusi, tanya jawab, dan penggunaan media edukasi yang telah disiapkan.

Media Puzzle Nutrisi Ibu Hamil digunakan untuk memberikan edukasi mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama masa kehamilan. Peserta diajak mengenali berbagai pilihan makanan bergizi yang dibutuhkan ibu hamil melalui permainan puzzle sehingga proses pembelajaran berlangsung secara lebih interaktif. Media ini membantu menyederhanakan informasi mengenai kebutuhan gizi dan mendorong peserta untuk lebih aktif dalam memahami materi yang diberikan (Gambar 1).



Gambar 1. Sosialisasi media puzzle nutrisi ibu hamil

Media kedua berupa Flashcard ASI Eksklusif digunakan untuk memberikan informasi mengenai pengertian, manfaat, serta pentingnya pemberian ASI eksklusif. Penyampaian materi menggunakan kartu bergambar membuat informasi lebih sederhana dan mudah dipahami oleh peserta. Edukasi juga menekankan pentingnya dukungan keluarga dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama merupakan salah satu rekomendasi penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi.



Gambar 2. Sosialisasi flashcard asi eksklusif

Selanjutnya, Poster MP-ASI digunakan sebagai media edukasi mengenai pemberian makanan pendamping ASI. Peserta diberikan pemahaman mengenai waktu mulai MP-ASI, keberagaman makanan, kecukupan gizi, serta pentingnya keamanan makanan bagi anak. Penggunaan poster memberikan informasi secara visual sehingga dapat menjadi media pengingat yang dapat dilihat kembali oleh keluarga setelah kegiatan. WHO merekomendasikan pemberian MP-ASI mulai usia enam bulan dengan tetap melanjutkan pemberian ASI serta memperhatikan kecukupan, keberagaman, dan keamanan makanan.



Gambar 3. Edukasi poster MP ASI

Media terakhir berupa Kalender Imunisasi digunakan untuk membantu keluarga memahami dan mengingat jadwal imunisasi anak. Media ini dirancang sebagai alat bantu sederhana yang dapat digunakan keluarga untuk memantau pemberian imunisasi sesuai usia anak. Edukasi mengenai imunisasi menjadi bagian penting dalam pemeliharaan kesehatan anak karena imunisasi memberikan perlindungan terhadap berbagai penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi.



Gamabar 4. Edukasi kalender imunisasi

Setelah kegiatan edukasi, program dilanjutkan dengan pendampingan keluarga sasaran selama dua minggu. Pendampingan dilakukan untuk memastikan informasi yang telah diberikan melalui Sahabat Gizi Kit dapat dipahami dan mulai diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selama pendampingan, keluarga diberikan kesempatan untuk berkonsultasi, berdiskusi, serta menyampaikan kendala yang dihadapi dalam penerapan informasi mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, dan imunisasi. Pendekatan pendampingan secara berkelanjutan dapat memperkuat proses transfer pengetahuan dan mendorong penerapan perilaku kesehatan dalam keluarga.



Gambar 5. Pendampingan sahabat gizi kit

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah pelaksanaan edukasi Sahabat Gizi Kit dan pendampingan selama dua minggu. Sebelum diberikan edukasi, masih terdapat 80% peserta belum mengetahui materi terkait gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, dan imunisasi. Setelah diberikan edukasi menggunakan Puzzle Nutrisi Ibu Hamil, Flashcard ASI Eksklusif, Poster MP-ASI, dan Kalender Imunisasi serta diperkuat melalui pendampingan, hasil post-test menunjukkan bahwa 96% peserta telah mengetahui dan paham dengan materi yang disampaikan. Hasil tersebut menunjukkan penggunaan media edukasi yang interaktif dan pendampingan selama dua minggu dapat membantu meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai upaya pencegahan stunting sejak masa kehamilan hingga balita.

Hasil pendampingan selama dua minggu menunjukkan respons yang positif dari peserta dalam mengikuti edukasi dan menerapkan informasi yang telah diberikan melalui media Sahabat Gizi Kit. Peserta terlihat aktif berinteraksi, bertanya, dan berdiskusi mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, imunisasi, serta pola makan sehat. Selama pendampingan, peserta juga menunjukkan ketertarikan dalam menggunakan media edukasi secara mandiri, terutama Puzzle Nutrisi Ibu Hamil, Flashcard ASI Eksklusif, Poster MP-ASI, dan Kalender Imunisasi. Pendampingan secara langsung membantu peserta mengulang kembali materi dan mengklarifikasi informasi yang belum dipahami.

Respons positif tersebut menunjukkan bahwa pendampingan tidak hanya membantu meningkatkan pemahaman peserta, tetapi juga mendorong keterlibatan keluarga dalam menerapkan perilaku kesehatan dan gizi yang sesuai dalam kehidupan sehari-hari. Peserta mulai menunjukkan perhatian terhadap pemenuhan gizi selama kehamilan, pemberian ASI eksklusif, pemilihan makanan untuk anak, serta pemantauan jadwal imunisasi. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi yang interaktif dan pendampingan secara berkelanjutan dapat meningkatkan keterlibatan keluarga dalam upaya pencegahan stunting sejak masa kehamilan hingga balita.

Pembahasan

Respon peserta terhadap pelaksanaan Sahabat Gizi Kit menunjukkan antusiasme yang baik. Peserta terlihat aktif mengikuti proses edukasi, menggunakan media yang diberikan, serta berdiskusi mengenai kebutuhan gizi ibu dan anak. Penggunaan Puzzle Nutrisi Ibu Hamil, Flashcard ASI Eksklusif, Poster MP-ASI, dan Kalender Imunisasi membuat penyampaian materi lebih menarik dan mudah dipahami. Selama kegiatan, peserta juga menunjukkan ketertarikan untuk menggunakan kembali media tersebut sebagai pengingat dalam menerapkan informasi kesehatan di lingkungan keluarga.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi dan pendampingan selama dua minggu. Peningkatan tersebut terlihat dari kemampuan peserta dalam menjelaskan kembali materi mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, dan imunisasi. Pendekatan tersebut sesuai dengan temuan Herawati dkk, bahwa edukasi gizi seimbang efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan mendukung pencegahan stunting sejak masa kehamilan, sehingga perlu diintegrasikan secara berkelanjutan dalam pelayanan antenatal di fasilitas kesehatan primer [11]. Temuan ini sejalan dengan penelitian Prasetyo, Permatasari & Susanti bahwa edukasi gizi bagi ibu berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pemberian makan yang tepat untuk mendukung status gizi anak [12]. Terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat pemberian ASI eksklusif dan kejadian stunting pada balita usia 2-5 tahun di Puskesmas Tilango. Oleh karena itu, optimalisasi pemberian ASI eksklusif penting dilakukan sebagai salah satu upaya pencegahan stunting [13]. Stunting masih menjadi masalah gizi yang perlu mendapat perhatian, dengan ibu memiliki peran penting dalam upaya pencegahannya. Pemberian MP-ASI yang tepat turut berperan dalam mencegah terjadinya stunting pada anak [14]. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara riwayat imunisasi dasar dan kejadian stunting di Puskesmas Limboto, Kabupaten Gorontalo. Pemahaman ibu mengenai pentingnya imunisasi dan kesehatan anak dapat mendukung pemberian imunisasi dasar secara lengkap, yang berperan dalam mencegah penyakit infeksi dan mendukung pertumbuhan anak sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting [15].

Hal ini dapat menjadi dasar pengembangan strategi promosi kesehatan dan intervensi gizi. Intervensi gizi pada periode awal kehidupan yang menekankan pentingnya pemenuhan gizi sejak kehamilan, pemberian ASI eksklusif, MP-ASI yang tepat, serta pelayanan kesehatan anak. Strategi Gizi UNICEF 2020-2030 menekankan

penguatan program gizi untuk mencegah dan mengatasi berbagai bentuk malnutrisi, termasuk stunting. Strategi ini menggunakan pendekatan siklus hidup serta memperkuat layanan kesehatan untuk meningkatkan pemenuhan gizi ibu dan anak [16].

Penggunaan media yang berbeda pada setiap tahapan juga menjadi salah satu kekuatan Sahabat Gizi Kit. Puzzle Nutrisi Ibu Hamil membantu peserta memahami pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan, Flashcard ASI Eksklusif memperkuat pemahaman mengenai pemberian ASI, Poster MP-ASI memberikan informasi mengenai pemberian makanan pendamping yang tepat, sedangkan Kalender Imunisasi membantu keluarga mengingat jadwal imunisasi anak. Penggunaan Media Puzzle Edukasi Kehamilan Risiko Tinggi (PAKARTI) dikembangkan sebagai media edukasi berbasis permainan yang efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang kehamilan risiko tinggi di pelayanan kesehatan primer [17]. Penggunaan media puzzle dalam edukasi gizi juga telah menunjukkan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap anak mengenai pesan gizi, sehingga media interaktif dapat menjadi salah satu alternatif dalam menyampaikan informasi kesehatan secara lebih menarik [18]. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media flash card terhadap peningkatan pengetahuan ibu di Desa Lengkongjaya, Kecamatan Cigalontang, Kabupaten Tasikmalaya. Media flash card yang menarik dan mudah dipahami efektif meningkatkan pengetahuan ibu melalui penyampaian informasi kesehatan yang sederhana dan interaktif [19]. Edukasi gizi menggunakan media poster efektif meningkatkan pengetahuan ibu tentang kualitas MP-ASI sebagai upaya pencegahan stunting pada anak [20]. Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan media kalender efektif meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu terkait pencegahan stunting. Media kalender juga berperan dalam mendorong perubahan perilaku dan meningkatkan kesadaran ibu terhadap upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak [21]. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi yang disertai media visual dan interaktif dapat membantu meningkatkan pemahaman keluarga mengenai upaya pencegahan stunting sejak masa kehamilan hingga balita.

Keberhasilan kegiatan juga didukung oleh penggunaan media yang sederhana dan dapat digunakan kembali oleh keluarga. Penggunaan media edukasi yang bersifat visual dapat membantu meningkatkan pemahaman dan daya ingat terhadap informasi kesehatan. Penyajian informasi melalui gambar dan elemen visual dapat membantu membuat pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan diingat oleh sasaran. Hal ini sejalan dengan kegiatan *Desa Bebas Stunting* di Desa Dudewulo yang menggunakan kalender sebagai media edukasi visual mengenai gizi seimbang, perawatan kehamilan, dan pencegahan stunting. Penggunaan kalender tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil, dengan persentase peningkatan pada responden yang bervariasi antara 28,6% hingga 75,0% [22]. Temuan tersebut menunjukkan bahwa media visual yang dapat digunakan kembali setelah kegiatan edukasi berpotensi membantu mempertahankan pesan kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

Penggunaan media yang dikombinasikan dengan penyampaian materi secara langsung juga terlihat pada penerapan model intervensi EZIKREP di Desa Persatuan. Intervensi yang dilakukan melalui edukasi kelompok dan monitoring berkala meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai gizi seimbang dari 43% menjadi 86% serta pemahaman mengenai risiko stunting dari 36% menjadi 86%. Selain itu, partisipasi dalam edukasi kesehatan reproduksi meningkat dari 50% menjadi 93% setelah intervensi [23]. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa edukasi yang diberikan secara terarah dan disertai pendampingan dapat memperkuat pemahaman sasaran terhadap materi pencegahan stunting.

Temuan serupa juga ditunjukkan melalui penggunaan media edukasi interaktif GiziBox Edukit pada remaja di SMPN 4 Mananggu. Media tersebut menggabungkan *flip chart*, brosur, permainan interaktif, dan video dalam satu paket pembelajaran. Setelah diberikan edukasi, terjadi peningkatan rerata skor pengetahuan siswa mengenai pencegahan stunting dari 6,38 menjadi 8,06 [10]. Hasil tersebut memperkuat bahwa penggunaan media yang beragam dan interaktif dapat mendukung penyampaian informasi kesehatan kepada sasaran dengan karakteristik yang berbeda.

Selain edukasi, pendampingan selama dua minggu memberikan penguatan terhadap informasi yang telah diberikan. Pendampingan memungkinkan peserta untuk kembali mendiskusikan materi, menyampaikan pertanyaan, serta memperoleh penjelasan ketika mengalami kesulitan dalam menerapkan informasi di rumah. Proses pendampingan tersebut menjadi penting karena perubahan pengetahuan dan perilaku tidak selalu terjadi hanya melalui satu kali pemberian informasi. Pendekatan edukasi yang dilakukan secara berulang dan melibatkan keluarga dapat meningkatkan peluang diterapkannya praktik kesehatan yang lebih baik. Pemberdayaan ibu dan keluarga dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat mengenai gizi seimbang dan stunting. Pendekatan ini berpotensi menjadi strategi yang berkelanjutan dalam mendukung upaya pencegahan stunting [24].

Semakin baik penerapan perilaku Keluarga Sadar Gizi (KADARZI) oleh ibu, semakin besar kontribusinya dalam mendukung pencegahan stunting pada balita. Temuan ini dapat menjadi dasar dalam pengembangan program edukasi gizi yang lebih efektif, khususnya bagi keluarga yang memiliki balita [25].

Dengan demikian, pelaksanaan Sahabat Gizi Kit menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis keluarga yang dipadukan dengan media visual, interaktif, dan pendampingan dapat mendukung peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting. Pendekatan tersebut tidak hanya memberikan informasi mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, dan imunisasi, tetapi juga mendorong keluarga untuk lebih aktif dalam menjaga kesehatan ibu dan anak. Oleh karena itu, penggunaan media edukasi yang sederhana, menarik, dan dapat dimanfaatkan kembali dapat menjadi salah satu alternatif kegiatan promotif dan preventif yang dapat diterapkan serta dikembangkan pada masyarakat dengan karakteristik serupa.

4. Kesimpulan

Kegiatan Sahabat Gizi Kit di Desa Bube berhasil meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai gizi ibu hamil, ASI eksklusif, MP-ASI, dan imunisasi sebagai upaya pencegahan stunting. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta dari 20% sebelum edukasi menjadi 96% setelah edukasi dan pendampingan, disertai respons positif dan partisipasi aktif selama kegiatan. Penggunaan media edukasi interaktif dan pendampingan keluarga selama dua minggu menunjukkan bahwa pendekatan berbasis keluarga dapat mendukung peningkatan pemahaman dan kesadaran masyarakat dalam mencegah stunting. Sebagai tindak lanjut, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkesinambungan melalui keterlibatan kader kesehatan, pemerintah desa, dan keluarga, disertai pemanfaatan serta pengembangan media edukasi dalam kegiatan Posyandu dan edukasi kesehatan lainnya.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Negeri Gorontalo, khususnya melalui program Kuliah Kerja Nyata Profesi Kesehatan (KKN-PK) dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) UNG, yang telah memfasilitasi dan mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Pemerintah Desa Bube, para kader kesehatan desa, serta seluruh masyarakat yang telah berpartisipasi aktif sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik dan memberikan manfaat nyata dalam upaya pencegahan stunting.

Referensi

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Prevalensi Stunting Balita. Jakarta: ; 2024.
2. Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. Data Prevalensi Stunting di Provinsi Gorontalo. Gorontalo; 2025.
3. Puskesmas Suwawa. Data Stunting, Cakupan ASI Eksklusif, Imunisasi Di Wilayah Kerja Puskesmas Suwawa. Kabupaten Bone Bolango, . Gorontalo.; 2026.
4. World Health Organization. Stunting in a nutshell. 2024.
5. World Health Organization. Guideline for complementary feeding of infants and young children 6–23 months of age. Geneva; 2023.
6. World Health Organization UNICEF. Indicators for assessing infant and young child feeding practices. . Geneva: WHO; 2021.
7. Uce L. Peran Keluarga dalam Mencegah Stunting. Society Progress Journal. 2025;1(2):112–8. doi:10.64826/0pfg9839
8. Maryani S, Yuniyanti B. Pendampingan Keluarga Peduli Stunting Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. Jurnal Masyarakat Mandiri. 2024;8(1):125–34. doi:10.31764/jmm.v8i1.19630
9. Indriani R, Kartikawati SL, Juarta T, Sugiharti I, Sarbini AS, Setyawati A. Edukasi Gizi Berbasis Keluarga untuk Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Mekarrahayu, Kecamatan Margaasih, Kabupaten Bandung. Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka. 2025;4(2):2077–83.
10. Djamaluddin N, Hadju VA, Liputo GP. Edukasi Interaktif Pencegahan Stunting melalui media Gizi Box Edukit pada Remaja di SMPN 4 Mananggu. Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society. 2025 Aug 31;4(2):161–9. doi:10.37905/phar.soc.v4i2.33945
11. Herawati E, Apriani L, Mardianti L, Nurhayati, Pratiwi BR. Edukasi Gizi Seimbang Bagi Ibu hamil untuk Pencegahan Stunting di Puskesmas Praya. SAMBARA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 2026 Jan 30;4(1):102–9. doi:10.58540/sambarapkm.v4i1.1392
12. Prasetyo YB, Permatasari P, Susanti HD. The effect of mothers’ nutritional education and knowledge on children’s nutritional status: a systematic review. International Journal of Child Care and Education Policy. Springer; 2023. doi:10.1186/s40723-023-00114-7
13. Jafar CPSH. Relationship Between History of Exclusive Breastfeeding and the Incidence of Stunting in Toddlers. Medical and Health Journal. 2025;5(1):2807–3541. doi:10.20884/1.mhj.2025.5.1.16029
14. Adjid AA, Jafar CPSH, Mohamad RW. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang MP-ASI Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2-5 Tahun The Relationship Between Maternal Knowledge of Complementary Feeding and the Incidence of Stunting Among Children Aged 2-5 Years. An Idea Health Journal ISSN. 2024;3(2):2797–0604. doi:10.53690/ihj.v4i02.315
15. Moha R, Hafid R, Jafar CPSH. History of Infectious Diseases and History of Basic Immunization Status: Stunting Incidence in Toddlers. Medical and Health Journal. 2025;4(2):2807–3541. doi:10.20884/1.mhj.2025.4.2.14934

16. United Nations Children's Fund (UNICEF). UNICEF Nutrition Strategy 2020–2030. New York; 2020.
17. Ningrum RR, Majid ZD, Hakim NR, Dewi AP, Putri VRA, Novika RGH. Efektivitas Penggunaan Puzzle Edukasi Kehamilan Risiko Tinggi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Kehamilan Risiko Tinggi Pada Ibu Hamil. JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri). 2026 Jul 30;10(4):4633. doi:10.31764/jmm.v10i4.39638
18. Safitri YL, Sulistyowati E, Ambarwati R. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Media Puzzle Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Tentang Sayur Dan Buah Pada Anak Sekolah Dasar. Journal of Nutrition College. 2021;10(2):100–4. doi:10.14710/jnc.v10i2.29139
19. Rahmawati¹ S, Saraswati² D, Lina³ N, Kesehatan P, Fakultas M, Kesehatan I. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Flash Card Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Pencegahan Stunting. Jurnal Kesehatan komunitas Indonesia. 2022.
20. Syahri AP, Sefrina LR, Hartanti R. Pengaruh Edukasi Pencegahan Stunting Di Dusun Babawangan Dengan Media Poster. Jurnal Abdimas. 2023;9(4):317–20. doi:10.47007/abd.v9i04.6518
21. Habibie IY, Imanti AN, Dyanti GP, Aprilia RI. Narrative Literature Review: Media Edukasi Kalender Berpengaruh Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perubahan Perilaku Mengenai Stunting Di Indonesia. Journal of Nutrition College. 2023;12(3):207–14. doi:10.14710/jnc.v12i3.37648
22. Suleman I, Zainuddin, Antu MS. Desa Bebas Stunting: Inovasi Pengentasan Stunting di Desa Dudewulo, Kecamatan Popayato Barat Kabupaten Pohuwato. Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society. 2024 Oct 30;3(3):95–103. doi:10.37905/phar.soc.v3i3.27449
23. Abdulkadir WS, Suleman I. Penerapan Model Intervensi Ezikrep (Edukasi Gizi Dan Kesehatan Reproduksi) Bagi Ibu Hamil Melalui Pendekatan Psikoemosional Sebagai Upaya Pencegahan Balita Stunting di Desa Persatuan Kecamatan Popayato Barat Kabupaten Pohuwato. Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society. 2024 Oct 30;3(3):87–94. doi:10.37905/phar.soc.v3i3.27372
24. Wulansari I, Djuwarno EN, Jafar CPSH. Pemberdayaan Ibu dan Keluarga melalui Makanan Tradisional untuk Menurunkan Risiko Stunting di Desa Pangeya. Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi : Pharmacare Society. 2025 Sep 12;4(3):178–84. doi:10.37905/phar.soc.v4i3.34177
25. Yusuf NAR, Jafar CPSH, Pandeiro F. The Relationship between Family Nutrition Awareness (KADARZI) and the Incidence of Stunting in Toddlers 24-59 Months of Age. An Idea Health Journal ISSN. 2025;5(2):104–12. doi:10.53690/ihj.v5i02.424