



PENCEGAHAN STUNTING BERBASIS EDUKASI KESEHATAN DAN LINGKUNGAN PADA REMAJA, IBU HAMIL, DAN KELUARGA DI DESA SUKACAI

Ghea Farmaning Thias Putri¹, Dwi Widyawati², Rifdah Hanifah³, Nabila Aulia Tsaqifah⁴, Ainina Al Shadrina⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Serang, Indonesia

Email: ghea.farmaning@untirta.ac.id^{1,2,3,4,5}

Abstract: Stunting remains a major public health challenge that threatens human capital development, particularly in rural communities. This community engagement program aimed to strengthen knowledge and awareness regarding stunting prevention among adolescents, pregnant women, families, and village health volunteers in Sukacai Village through an integrated health and environmental education approach. The program involved 40 participants: 19 adolescents, 8 pregnant women, 10 mothers with toddlers, and 3 village health cadres. Activities were delivered through a participatory, dialogic educational approach. Evaluation was conducted using structured observation, participation checklists, and end-session reflection. Results showed that 70% of participants were actively engaged in discussions and 78% demonstrated a high level of understanding, as evidenced by their ability to explain stunting risk factors and prevention strategies during the reflection session. The program also successfully clarified misconceptions related to immunization, maternal nutrition, and sanitation practices. The novelty of this program lies in its integrated, multi-target approach, which simultaneously involves adolescents, pregnant women, and families as a unified prevention system. This model highlights the importance of cross-life-stage synergy in strengthening sustainable community-based stunting prevention efforts and has the potential to be replicated in similar rural settings.

Keywords: Stunting Prevention, Health Promotion, Environmental Education, Community Engagement, Rural Health

Abstrak: Stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang berdampak pada kualitas pembangunan sumber daya manusia, khususnya di wilayah pedesaan. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran mengenai pencegahan stunting pada remaja, ibu hamil, keluarga, serta kader kesehatan desa di Desa Sukacai melalui pendekatan edukasi terpadu berbasis kesehatan dan lingkungan. Kegiatan ini melibatkan 40 peserta yang terdiri dari 19 remaja, 8 ibu hamil, 10 ibu dengan balita, dan 3 kader kesehatan desa, dengan metode pembelajaran partisipatif dan dialogis. Evaluasi dilakukan menggunakan observasi terstruktur, checklist partisipasi, dan sesi refleksi akhir. Hasil menunjukkan bahwa 70% peserta terlibat aktif dalam diskusi, dan 78% peserta berada pada kategori pemahaman tinggi berdasarkan kemampuan menjelaskan kembali faktor risiko dan langkah pencegahan stunting. Kegiatan ini juga berhasil mengklarifikasi miskonsepsi terkait imunisasi, gizi ibu hamil, dan praktik sanitasi. Keunikan program ini terletak pada pendekatan terpadu multi-target yang melibatkan remaja, ibu hamil, dan keluarga secara simultan sebagai satu sistem pencegahan stunting berbasis komunitas. Model ini menekankan sinergi lintas fase kehidupan sebagai strategi promotif yang lebih berkelanjutan dibandingkan pendekatan parsial dan berpotensi direplikasi pada wilayah pedesaan dengan karakteristik serupa.

Kata Kunci: Pencegahan Stunting, Promosi Kesehatan, Pendidikan Lingkungan, PKM, Kesehatan Pedesaan

DOI: <https://doi.org/10.37249/jpma.v6i1.1618>

Received: 26 January 2026; **Revised:** 25 February 2026; **Accepted:** 25 March 2026

To cite this article: Putri, G. F. T., Widyawati, D., Hanifah, R., Tsaqifah, N. A., & Shadrina, A. A. S. (2026). PENCEGAHAN STUNTING BERBASIS EDUKASI KESEHATAN DAN LINGKUNGAN PADA REMAJA, IBU HAMIL, DAN KELUARGA DI DESA



Pendahuluan

Stunting hingga saat ini masih menjadi tantangan kesehatan nasional yang berpengaruh terhadap kualitas pembangunan sumber daya manusia. Dampak stunting tidak terbatas pada hambatan pertumbuhan tubuh, tetapi juga berkaitan dengan penurunan kemampuan kognitif, produktivitas jangka panjang, serta peningkatan kerentanan terhadap penyakit tidak menular pada usia dewasa (Anjani et al., 2024; Martony, 2023). Hal ini menegaskan bahwa stunting merupakan persoalan kompleks yang membutuhkan pendekatan lintas sektor, khususnya sektor kesehatan, pendidikan, dan lingkungan keluarga sebagai upaya berkelanjutan.

Strategi pencegahan stunting perlu diarahkan sejak masa sebelum kehamilan hingga periode awal kehidupan anak yang dikenal sebagai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang merupakan masa emas pertumbuhan dan perkembangan anak (Fajar, 2023). Remaja putri memegang peranan penting karena kondisi gizi dan kesehatan reproduksi pada fase ini akan menentukan kesiapan biologis serta kualitas kehamilan di masa depan (Calcaterra et al., 2024; Parajuli & Prangthip, 2025). Di sisi lain, ibu hamil termasuk kelompok yang membutuhkan perhatian khusus karena kecukupan nutrisi selama masa kehamilan berperan besar dalam menunjang perkembangan janin (Duttaroy, 2023; Marshall et al., 2022). Lingkungan keluarga juga memiliki kontribusi signifikan terhadap risiko terjadinya stunting, terutama melalui perilaku hidup bersih dan sehat, sanitasi lingkungan, akses air bersih, serta pola asuh yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Ariyanti et al., 2025).

Temuan lapangan di Desa Sukacai mengidentifikasi masih adanya sejumlah kondisi yang berpotensi meningkatkan risiko stunting. Beberapa di antaranya adalah keterbatasan pengetahuan masyarakat mengenai gizi seimbang, kesehatan reproduksi, serta pentingnya sanitasi dan kebersihan lingkungan. Kondisi ini berdampak pada praktik keseharian yang kurang mendukung tumbuh kembang anak, seperti pola konsumsi yang tidak seimbang, rendahnya kesadaran menjaga kebersihan lingkungan, serta kurang optimalnya pemanfaatan layanan kesehatan. Selain itu, kurangnya pemahaman masyarakat mengenai manfaat imunisasi dasar lengkap turut berkontribusi terhadap meningkatnya kerentanan anak terhadap penyakit infeksi, yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi status gizi dan pertumbuhan anak (Bogler et al., 2019; Khan et al., 2025; Oktavia et al., 2025).

Berbagai studi menunjukkan bahwa pendekatan edukasi kesehatan dan lingkungan merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat terkait pencegahan stunting (Rosita et al., 2024). Namun, sebagian besar kegiatan yang telah dilakukan masih berfokus pada satu kelompok sasaran, seperti ibu hamil atau balita, serta belum mengintegrasikan peran remaja, keluarga, dan lingkungan secara simultan. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat, khususnya terkait pendekatan terpadu yang melibatkan berbagai

kelompok sasaran secara partisipatif. Oleh karena itu, diperlukan model pengabdian berbasis edukasi kesehatan dan lingkungan yang melibatkan remaja, ibu hamil, serta keluarga sebagai satu kesatuan sistem dalam upaya pencegahan stunting.

Berdasarkan permasalahan tersebut, Program pengabdian ini dirancang untuk memperkuat pengetahuan serta meningkatkan kesadaran Masyarakat Desa Sukacai, mengenai pentingnya pencegahan stunting melalui pendekatan edukasi kesehatan dan lingkungan. Secara khusus, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi dan status gizi sebagai pondasi generasi sehat, meningkatkan pemahaman ibu hamil terkait pemenuhan gizi seimbang dan pemeriksaan kehamilan rutin, serta mendorong keluarga untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya pencegahan stunting yang berkelanjutan. Kegiatan ini diharapkan dapat mendukung program percepatan penurunan stunting pemerintah sekaligus meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat di tingkat desa.

Metode

Program pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Desa Sukacai dengan melibatkan remaja, ibu hamil, keluarga, serta kader kesehatan desa sebagai kelompok sasaran utama. Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukasi berbasis partisipasi masyarakat yang bertujuan meningkatkan keterlibatan peserta secara aktif sekaligus memperkuat peran kader kesehatan desa dalam upaya pencegahan stunting berbasis kesehatan dan lingkungan. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan proses pembelajaran yang kontekstual dan mendorong terbentuknya perubahan perilaku masyarakat secara bertahap.

Rangkaian kegiatan pengabdian disusun dalam tiga tahap utama yang meliputi persiapan, pelaksanaan kegiatan inti, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, tim pengabdian melakukan komunikasi dan koordinasi dengan pemerintah desa, kader posyandu, serta perangkat desa guna menentukan waktu pelaksanaan, lokasi kegiatan, dan kelompok sasaran. Tim pengabdian juga menyusun materi edukasi yang mencakup topik stunting, pemenuhan gizi seimbang, kesehatan reproduksi remaja, kesehatan ibu hamil, imunisasi dasar anak, serta peran sanitasi lingkungan dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam mendukung pencegahan stunting. Berbagai media pendukung seperti materi presentasi visual dan poster edukatif turut disiapkan, untuk menunjang penyampaian informasi kepada peserta.

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui sesi edukasi kesehatan yang dikemas secara komunikatif dan interaktif. Materi disampaikan secara bertahap sesuai dengan karakteristik kelompok sasaran, yang kemudian dilanjutkan dengan forum diskusi terbuka dan sesi tanya jawab bersama peserta. Pada tahap ini, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan permasalahan yang dihadapi terkait kesehatan ibu dan anak, pola konsumsi keluarga, serta kondisi sanitasi lingkungan di sekitar tempat tinggal. Keterlibatan aktif peserta dalam diskusi diharapkan dapat meningkatkan pemahaman serta mendorong perubahan sikap dan perilaku menuju pola hidup sehat.

Tahap evaluasi dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode evaluasi proses (*process evaluation*). Instrumen evaluasi berupa lembar observasi terstruktur dan checklist partisipasi yang digunakan untuk menilai:

1. Tingkat kehadiran peserta
2. Tingkat partisipasi aktif dalam diskusi (bertanya, menjawab, atau memberikan tanggapan)
3. Kemampuan peserta menjelaskan kembali konsep stunting dan langkah pencegahannya pada sesi refleksi akhir
4. Respons peserta terhadap klarifikasi miskonsepsi terkait gizi, imunisasi, dan sanitasi

Selain itu, dilakukan sesi refleksi terbuka di akhir kegiatan untuk menggali perubahan pemahaman peserta secara kualitatif. Data hasil observasi dan refleksi dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan tingkat keterlibatan dan penguatan pemahaman peserta setelah kegiatan berlangsung.

Hasil evaluasi ini digunakan sebagai dasar perbaikan dan pengembangan program lanjutan agar kegiatan edukasi dapat diintegrasikan secara berkelanjutan dengan layanan kesehatan desa dan kegiatan posyandu.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan program pengabdian pencegahan stunting berbasis edukasi kesehatan dan lingkungan di Desa Sukacai diikuti oleh 40 peserta yang terdiri atas 19 remaja putri, 8 ibu hamil, 10 ibu dengan balita, dan 3 kader kesehatan desa. Tingkat kehadiran menunjukkan antusiasme yang tinggi dari masyarakat terhadap kegiatan edukasi kesehatan yang dilaksanakan.

Berdasarkan hasil observasi dan checklist partisipasi selama kegiatan berlangsung, sebanyak 70% peserta terlibat aktif dalam sesi diskusi melalui pertanyaan, tanggapan, maupun berbagi pengalaman terkait praktik kesehatan di lingkungan keluarga. Sementara itu, pada sesi refleksi akhir kegiatan, sebagian besar peserta mampu menjelaskan kembali konsep stunting, faktor risiko, serta langkah-langkah pencegahan secara mandiri. Berdasarkan hasil refleksi tersebut, tingkat pemahaman peserta pada akhir kegiatan dikategorikan sebagai berikut: 22% kategori sedang dan 78% kategori tinggi.

Hasil ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi partisipatif yang diterapkan mampu memperkuat pemahaman peserta mengenai konsep stunting dan upaya pencegahannya sejak masa remaja hingga periode kehamilan. Remaja yang mengikuti kegiatan menunjukkan peningkatan kesadaran mengenai pentingnya status gizi dan kesehatan reproduksi sebagai bagian dari persiapan menuju fase pranikah untuk mendukung lahirnya generasi yang sehat. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa peningkatan literasi kesehatan pada remaja berkontribusi terhadap perbaikan kualitas kesehatan ibu dan anak di masa mendatang (Calcaterra et al., 2024; Mokoagow et al., 2024; Parajuli & Prangthip, 2025).

Pada kelompok ibu hamil dan keluarga, kegiatan ini memberikan penguatan pemahaman terkait pemenuhan gizi seimbang, pentingnya pemantauan kehamilan secara rutin, serta peran imunisasi dasar lengkap dalam mencegah penyakit infeksi pada anak.

Klarifikasi terhadap miskonsepsi mengenai efek samping imunisasi dan pembatasan konsumsi makanan selama kehamilan menjadi salah satu capaian penting dalam diskusi. Peserta mulai menyadari bahwa penyakit infeksi berulang dapat berdampak negatif terhadap status gizi dan pertumbuhan anak, sejalan dengan temuan (Arini et al., 2020).

Selain aspek kesehatan individu, kegiatan ini juga meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai peran lingkungan dalam pencegahan stunting. Peserta memahami bahwa sanitasi lingkungan dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat berkontribusi dalam menurunkan risiko penyakit berbasis lingkungan yang dapat menghambat penyerapan nutrisi pada anak. Hal ini mendukung temuan (Ariyanti et al., 2025) yang menegaskan bahwa kondisi lingkungan keluarga merupakan determinan penting dalam kejadian stunting.

Pendekatan terpadu yang melibatkan remaja, ibu hamil, dan keluarga secara simultan dinilai lebih efektif dibandingkan pendekatan parsial karena menciptakan penguatan informasi lintas peran dalam sistem keluarga. Remaja memperoleh pemahaman sebagai calon ibu di masa depan, ibu hamil memperoleh dukungan pengetahuan yang lebih komprehensif, sementara keluarga berperan dalam menciptakan lingkungan dan pola asuh yang mendukung. Integrasi ini membentuk ekosistem pencegahan stunting yang lebih berkelanjutan di tingkat komunitas.



Gambar 1. Kepala Desa Sukacai menyampaikan sambutan sekaligus dukungan terhadap pelaksanaan seminar pencegahan stunting



Gambar 2. Pemaparan materi pencegahan stunting kepada peserta yang meliputi remaja, ibu hamil, dan keluarga dalam kegiatan edukasi kesehatan dan lingkungan di Desa Sukacai



Gambar 3. Peserta seminar pencegahan stunting yang terdiri dari remaja, ibu hamil, dan masyarakat Desa Sukacai



Gambar 4. Interaksi aktif peserta pada sesi diskusi kegiatan edukasi pencegahan stunting



Gambar 5. Penyerahan doorprize kepada peserta seminar yang aktif bertanya pada sesi diskusi sebagai bentuk apresiasi partisipasi



Gambar 6. Foto bersama peserta seminar dan mahasiswa KKM Untirta Kelompok 86 Desa Sukacai setelah kegiatan seminar edukasi pencegahan stunting

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berbasis edukasi kesehatan dan lingkungan di Desa Sukacai menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif multi-target mampu memperkuat pemahaman dan kesadaran remaja, ibu hamil, keluarga, serta kader kesehatan desa mengenai pentingnya pencegahan stunting. Integrasi materi gizi seimbang, kesehatan reproduksi, pemeriksaan kehamilan, imunisasi dasar lengkap, serta sanitasi lingkungan dalam satu rangkaian edukasi terbukti relevan dengan kebutuhan masyarakat dan mampu mendorong penguatan cara pandang terhadap pencegahan stunting secara komprehensif.

Secara praktis, kegiatan ini memberikan kontribusi bagi program kesehatan desa dengan menyediakan model edukasi yang dapat diintegrasikan ke dalam kegiatan rutin

posyandu, kelas ibu hamil, serta pembinaan remaja di tingkat desa. Pendekatan dialogis dan reflektif yang digunakan memungkinkan kader kesehatan desa untuk mereplikasi metode edukasi secara berkelanjutan sesuai konteks lokal masyarakat.

Secara konseptual, kegiatan ini menawarkan model edukasi terpadu multi-target yang melibatkan remaja, ibu hamil, dan keluarga sebagai satu kesatuan sistem pencegahan stunting berbasis komunitas. Model ini menekankan pentingnya sinergi lintas fase kehidupan (remaja–kehamilan–lingkungan keluarga) sebagai ekosistem pencegahan yang lebih berkelanjutan dibandingkan pendekatan parsial yang hanya menasar satu kelompok. Dengan demikian, pendekatan ini berpotensi direplikasi pada wilayah pedesaan dengan karakteristik serupa dalam mendukung percepatan penurunan stunting berbasis masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Sultan Ageng Tirtayasa atas dukungan dan fasilitas yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan Kuliah Kerja Mahasiswa (KKM). Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada mahasiswa KKM Kelompok 86 Desa Sukacai, perangkat Desa Sukacai Kecamatan Baros Kabupaten Serang, serta seluruh masyarakat Desa Sukacai atas partisipasi dan kerja sama yang baik sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Anjani, D. M., Sri, N., & Immawati. (2024). Application Of Health Education To Mother's Knowledge About Pendahuluan Stunting Adalah Kondisi Gagal Tumbuh Pada Tubuh Dan Otak Akibat Kekurangan Gizi Dalam Waktu Yang Lama Sehingga Anak Lebih Pendek Dari Anak Normal Seusianya Dan Memiliki Keterlambata. *Jurnal Cendikia Muda*, 4(1), 62–69. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/viewFile/564/369>
- Arini, D., Nursalam, N., Mahmudah, M., & Faradilah, I. (2020). The incidence of stunting, the frequency/duration of diarrhea, and the incidence of acute respiratory infections in toddlers. *Journal of Public Health Research*, 9(2), 117–120. <https://doi.org/10.4081/jphr.2020.1816>
- Ariyanti, R., Saefurrohman, M. Z., & Rahayu, E. P. (2025). The Effect Of Water, Sanitation, And Hygiene (Wash) On Stunting in Indonesian Children: A Systematic Review. *Jurnal Keperawatan Malang (JKM)*, 10(1), 18–30. <https://doi.org/10.36916/jkm.v10i1.357>
- Bogler, L., Jantos, N., Bärnighausen, T., & Vollmer, S. (2019). Estimating The Effect Of Measles Vaccination On Child Growth Using 191 Dhs From 65 Low- And Middle-Income Countries. *Vaccine*, 37(35), 5073–5088. <https://doi.org/10.1016/J.Vaccine.2019.06.054>
- Calcaterra, V., Verduci, E., Stagi, S., & Zuccotti, G. (2024). How The Intricate Relationship Between Nutrition And Hormonal Equilibrium Significantly Influences Endocrine And Reproductive Health In Adolescent Girls. *Frontiers In Nutrition*, 11, 1–4. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1337328>
- Duttaroy, A. K. (2023). Influence Of Maternal Diet And Environmental Factors On Fetal Development. *Nutrients*, 15(19), 4094. <https://doi.org/10.3390/nu15194094>

- Fajar, N. A. (2023). Analisis Stunting Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Kabupaten Jayapura, Papua. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 18(2), 35–46. <https://doi.org/10.37048/Kesehatan.V12i1.187>
- Khan, J., Mohanty, S. K., & Puri, P. (2025). Immunization Attributable Burden Of Stunting Among Under-Five Children In India, 2005–2021. *Bmc Pediatrics*, 25(1), 851. <https://doi.org/10.1186/s12887-025-06139-w>
- Marshall, N. E., Abrams, B., Barbour, L. A., Catalano, P., Christian, P., Friedman, J. E., Hay, W. W., Hernandez, T. L., Krebs, N. F., Oken, E., Purnell, J. Q., Roberts, J. M., Soltani, H., Wallace, J., & Thornburg, K. L. (2022). The Importance Of Nutrition In Pregnancy And Lactation: Lifelong Consequences. *American Journal Of Obstetrics And Gynecology*, 226(5), 607–632. <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2021.12.035>
- Martony, O. (2023). Stunting Di Indonesia: Tantangan Dan Solusi Di Era Modern. *Journal Of Telenursing (Joting)*, 5(2), 1734–1745. <https://doi.org/10.31539/Joting.V5i2.6930>
- Mokoagow, W., Mufdlilah, M., Satriandari, Y., & Moniz, M. D. F. (2024). The Role Of Adolescents In Stunting Prevention: A Qualitative Study. *Jhes (Journal Of Health Studies)*, 8(2), 84–96. <https://doi.org/10.31101/Jhes.3894>
- Oktavia, A., Punuh, M. I., & Sanggelorang, Y. (2025). Hubungan Riwayat Imunisasi Dasar Dengan Status Gizi Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Remboken. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 5563–5570. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v9i2.48051>
- Parajuli, J., & Prangthip, P. (2025). Adolescent Nutrition and Health: a Critical Period for Nutritional Intervention to Prevent Long-Term Health Consequences. *Current Nutrition Reports*, 14(1), 116. <https://doi.org/10.1007/s13668-025-00706-4>
- Rosita, Y., Ningsih, G. W., & Prihantoro. (2024). Efektifitas Metode Edukasi Kesehatan Lingkungan Pada Keluarga. *MJ (Midwifery Journal)*, 4(4), 143–148. <https://doi.org/10.33024/mj.v4i4.18401>