

## PENELITIAN ASLI

# OPTIMALISASI PERAN KADER POSYANDU CEGAH STUNTING DENGAN VARIASI CAMILAN SEHAT BALITA

Dewi R Bencin<sup>1</sup>, Surya Anita<sup>2</sup>, Ria Lestari<sup>3</sup> Rut Enjelika<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>*Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Sumatera Utara, 20123, Indonesia*

### Info Artikel

Riwayat Artikel:  
Diterima: 20 Januari 2026  
Direvisi: 25 Januari 2026  
Diterima: 31 Januari 2026  
Diterbitkan: 11 Februari 2026

**Kata kunci:** Stunting; Camilan sehat; Kader posyandu.

**Penulis Korespondensi:** Surya Anita  
Email: [surya01ku@gmail.com](mailto:surya01ku@gmail.com)

### Abstrak

**Latar belakang:** Stunting masih menjadi permasalahan gizi kronis yang berdampak pada tumbuh kembang anak di Indonesia. Salah satu faktor penyebabnya adalah kurangnya pemahaman keluarga mengenai pemberian makanan bergizi, termasuk camilan sehat untuk balita

**Tujuan:** Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dalam mencegah stunting melalui pelatihan pembuatan variasi camilan sehat balita berbasis bahan lokal

**Metode:** Metode pelaksanaan kegiatan meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, demonstrasi pembuatan camilan sehat, serta evaluasi pengetahuan menggunakan pre-test dan post-test. Sampel kegiatan adalah 20 orang kader yang aktif di wilayah binaan

**Hasil:** Hasil menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan peserta secara signifikan setelah pelatihan, dari rata-rata 54,2 menjadi 82,6. Selain itu, observasi menunjukkan bahwa partisipasi peserta sangat baik dan antusias selama kegiatan berlangsung. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pelatihan berbasis praktik langsung dan materi kontekstual efektif dalam meningkatkan kapasitas kader sebagai agen perubahan perilaku gizi di masyarakat

**Kesimpulan:** Pemberdayaan kader melalui pelatihan camilan sehat dapat menjadi strategi preventif yang berdampak langsung terhadap penurunan angka stunting di tingkat keluarga.

---

Jurnal Abdimas Mutiara  
e-ISSN: 2722-7758  
Vol. 7 No. 1, Maret, 2026 (P355-361)

Homepage: <https://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/7>

DOI: <https://doi.org/10.51544/jam.v7i1.6881>

**How To Cite:** Anita, S., Dewi R Bencin, Ria Lestari, & Rut Enielika. (2026). OPTIMALISASI PERAN KADER POSYANDU CEGAH STUNTING DENGAN"VARIASI CAMILAN SEHAT BALITA". *Jurnal Abdimas Mutiara*, 7(1), 355–361. <https://doi.org/10.51544/jam.v7i1.6881>



Copyright © 2025 by the Authors, Published by Program Studi: Sistem Informasi Fakultas Sain dan Teknologi Informasi Universitas Sari Mutiara Indonesia. This is an open access article under the CC BY-SA Licence (Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License).

---

## 1. Pendahuluan

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan utama kesehatan anak di Indonesia. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan RI, prevalensi stunting pada balita mencapai 21,6%, dengan beberapa wilayah menunjukkan angka yang lebih tinggi dari rata-rata nasional [1] Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, terutama dalam periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampaknya tidak hanya pada tinggi badan, tetapi juga pada perkembangan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas di masa dewasa [2] Salah satu penyebab utama stunting adalah ketidakseimbangan asupan gizi dalam makanan anak sehari-hari, termasuk dalam konsumsi camilan. Camilan bagi balita seharusnya menjadi sumber tambahan energi dan zat gizi, bukan sekadar makanan pengisi perut yang tinggi gula, garam, dan lemak. Sayangnya, masih banyak keluarga yang belum memahami pentingnya menyediakan camilan sehat dan bergizi seimbang bagi anak usia dini. Pengetahuan orang tua, terutama ibu, sangat memengaruhi pola makan dan pilihan makanan anak di rumah [3].

Kader Posyandu merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan dasar yang berperan besar dalam edukasi dan pemantauan tumbuh kembang anak. Melalui kegiatan rutin di Posyandu, mereka memberikan penyuluhan tentang gizi, kesehatan ibu dan anak, serta pencegahan penyakit. Namun demikian, masih dibutuhkan peningkatan kapasitas kader dan TPK agar mereka mampu memberikan edukasi yang praktis dan inovatif, termasuk dalam hal penyusunan menu camilan sehat bagi balita [4] Stunting (kerdil) adalah kondisi balita memiliki panjang/tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Stunting memberikan efek kesehatan negatif seperti kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif optimal, mengurangi kinerja dan beberapa studi melaporkan peningkatan risiko penyakit kronis tidak menular [5].

Stunting dapat menyebabkan gangguan permanen pada perkembangan kognitif anak, yang kemudian berdampak pada perkembangan motorik dan intelektual yang kurang optimal. Kondisi ini berpengaruh signifikan terhadap kemampuan belajar anak, menghambat proses berpikir, dan menurunkan prestasi akademik. Selain itu, stunting juga memengaruhi perkembangan bahasa serta kemampuan personal dan sosial pada anak balita usia 2-5 tahun [6] .

Posyandu di Desa Pasar 6 Kuala Namu Kecamatan Beringin dengan menggunakan alat yang ada dari Puskesmas dan belum memiliki alat deteksi dini stunting berupa tikar stunting yang lebih mudah digunakan oleh masyarakat Desa Pasar 6 Kuala Namu kader posyandu merupakan tim yang dapat bekerjasama untuk membantu mencegah stunting, kegiatan yang biasa dilaksanakan kader posyandu masih berupa pemberian pelayanan pemantauan dan pendataan bayi dan balita tetapi belum untuk pembuatan camilan di posyandu yang bervariasi, di posyandu yang ada di Desa Kuala Namu Pasar 6 jenis camilan yang biasanya diberikan hanya berupa bubur kacang hijau, roti dan telur ayam

rebus, hal ini terkadang membuat balita bosan sehingga kunjungan posyandu yang berkurang.

Desa Pasar 6 Kuala Namu Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang merupakan salah satu daerah dengan lokus stunting pada tahun 2024 ada 5 orang balita stunting Stunting (kerdil) adalah kondisi balita memiliki panjang/tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Stunting memberikan efek kesehatan negatif seperti kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif optimal, mengurangi kinerja dan beberapa studi melaporkan peningkatan risiko penyakit kronis tidak menular [7]

Stunting dapat menyebabkan gangguan permanen pada perkembangan kognitif anak, yang kemudian berdampak pada perkembangan motorik dan intelektual yang kurang optimal. Kondisi ini berpengaruh signifikan terhadap kemampuan belajar anak, menghambat proses berpikir, dan menurunkan prestasi akademik. Selain itu, stunting juga memengaruhi perkembangan bahasa serta kemampuan personal dan sosial pada anak balita usia 2-5 tahun [8] .

Desa Pasar 6 Kuala Namu Kecamatan Beringin merupakan salah desa dengan mayoritas penduduk berpenghasilan sebagai petani dan buruh pabrik, penyebab tidak langsungnya, seperti tingkat ekonomi, ketidakcukupan pola asuh, kerawanan pangan rumah tangga, dan pelayanan kesehatan yang tidak mencukupi Energi, protein, lemak dan zat besi memiliki peran penting untuk stunting [7].

## 2. Metode

### a. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Pada kegiatan PKM ini akan melewati tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra yang terdiri atas sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi, pendampingan dan evaluasi dan keberlanjutan program.

Tahapan pelaksanaan kegiatan PKM meliputi :

1. Sosialisasi tentang permasalahan dan rencana kegiatan yang akan dilakukan dengan topik: Masalah kesehatan → lokus stunting Masalah manajemen dan keberdayaan mitra → keterampilan deteksi dini stunting yang inovatif berupa zuppa soup dan soft cokies
2. Pelatihan Deteksi dini stunting pada anak dalam keluarga - Pembuatan camilan sehat, aneka makanan dan camilan yang variative, enak, sehat dan murah
3. Penerapan teknologi - Pembuatan zuppa soup - Pembuatan soft cookies - Pengukuran deteksi dini stunting menggunakan tikar stunting
4. Pendampingan dan evaluasi Tim kegiatan secara periodik melakukan pendampingan dan evaluasi pada saat kegiatan telah selesai dilakukan.
5. Keberlanjutan program dilakukan ini akan dilakukan bekerjasama dengan LPPM USM-Indonesia

### b. Peserta PKM

Peserta yang terlibat yaitu kader posyandu yang ada didesa pasar VI Kuala namu berjumlah 20 orang

### c. Waktu Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada bulan November – Desember 2025

### 3. Hasil

Sebelum pelatihan dimulai, peserta diberikan pre-test untuk mengukur pengetahuan awal mereka tentang gizi balita, camilan sehat, dan pencegahan stunting. Setelah pelatihan dan sesi praktik selesai, peserta mengisi kembali post-test dengan instrumen yang sama

**Tabel 1**

**Distribusi Frekuensi Pre dan Post Tes Pengetahuan Kader Posyandu Pelatihan Membuat Camilan Sehat Untuk Balita**

Skor Pengetahuan	Pre-Test (Jumlah Orang)	Post-Test (Jumlah Orang)
Skor < 50 (Kurang)	8	0
Skor 50–69 (Cukup)	10	4
Skor 70–89 (Baik)	2	10
Skor ≥ 90 (Sangat Baik)	0	6
Total	20 Orang	20 Orang

Rata-rata nilai pre-test: 54,2, Rata-rata nilai post-test: 82,6, Terdapat peningkatan rata rata skor sebesar 28,4 poin setelah kegiatan pelatihan dilakukan. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan peserta mengenai pentingnya camilan sehat balita dan pencegahan stunting. Mayoritas peserta berpindah dari kategori “kurang” menjadi “baik” atau “sangat baik”

**Tabel 2**

**Distribusi Frekuensi Observasi Terhadap Partisipasi Peserta Dalam Mengikuti Pelatihan Dan Praktik Membuat Camilan Sehat Untuk Balita**

Aspek yang Diamati	Jumlah Peserta Aktif (20 Orang)
Kehadiran Penuh	20 orang (100%)
Aktif Bertanya dalam Diskusi	16 orang (80%)
Aktif dalam Praktik Membuat Camilan	18 orang (90%)
Mampu Menjelaskan Ulang Materi	14 orang (70%)

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama kegiatan pelatihan dan praktik pembuatan camilan sehat balita, diperoleh gambaran bahwa tingkat partisipasi peserta sangat tinggi dan menunjukkan respons positif terhadap materi yang diberikan. Dampak Langsung Kegiatan 1. 100% peserta menyatakan kegiatan ini bermanfaat dan aplikatif 2. 85% peserta menyatakan akan menerapkan resep camilan sehat di kegiatan Posyandu berikutnya 3. 90% peserta menyatakan akan mengedukasi keluarga di lingkungannya Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertajuk “ Optimalisasi Peran Kader Posyandu Cegah Stunting dengan Variasi Camilan Sehat Balita: ” bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dalam upaya pencegahan stunting melalui edukasi dan praktik pembuatan camilan sehat balita. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan baik dari aspek kognitif (pengetahuan) maupun partisipatif (keterlibatan aktif peserta).

### 4. Pembahasan

#### a. Peningkatan Pengetahuan melalui Pre-Test dan Post-Test

Data pre-test menunjukkan bahwa mayoritas peserta memiliki tingkat pengetahuan yang masih tergolong cukup hingga rendah. Hal ini menegaskan bahwa meskipun kader telah aktif dalam kegiatan Posyandu, masih terdapat kekurangan informasi spesifik mengenai gizi balita dan pentingnya camilan sehat dalam konteks pencegahan stunting. Salah satu tujuan utama dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan kader Posyandu mengenai pencegahan stunting melalui penyediaan variasi camilan sehat balita. Berdasarkan hasil pre-test yang dilakukan sebelum pelatihan, rata-rata pengetahuan peserta tergolong cukup rendah, dengan skor rata-rata 54,2. Sebagian besar peserta belum mampu membedakan antara camilan sehat dan camilan tidak sehat, serta belum memahami secara utuh hubungan antara pola makan balita dengan kejadian stunting.

Setelah pelatihan, hasil post-test menunjukkan peningkatan rata-rata nilai dari 54,2 menjadi 82,6. Sebanyak 80% peserta berada pada kategori "baik" hingga "sangat baik", yang mencerminkan keberhasilan kegiatan dalam meningkatkan pemahaman peserta.

Peningkatan ini sejalan dengan teori perubahan perilaku yang menyebutkan bahwa pengetahuan adalah faktor awal yang memengaruhi perubahan sikap dan Tindakan [9]. Peningkatan pengetahuan kader menjadi penting karena mereka adalah agen perubahan di tingkat komunitas. Dengan memahami konsep dasar stunting, pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), serta pemanfaatan bahan pangan lokal untuk camilan sehat, kader diharapkan mampu mentransfer pengetahuan tersebut kepada ibu balita di lingkungan mereka [2].

Lebih lanjut, penguatan hasil ini sejalan dengan temuan penelitian oleh Widyastuti et al. (2023) yang menyatakan bahwa pelatihan berbasis keterampilan (skill-based training) pada kader Posyandu secara signifikan meningkatkan kemampuan mereka dalam menyampaikan informasi gizi kepada masyarakat. Dengan peningkatan pengetahuan ini, kader tidak hanya memahami konsep pentingnya camilan sehat, tetapi juga mampu menjadi fasilitator perubahan perilaku gizi di komunitas masing-masing [8].

### **b. Partisipasi Peserta dalam Kegiatan**

Partisipasi aktif peserta merupakan indikator penting dalam keberhasilan suatu program pelatihan berbasis masyarakat, termasuk kegiatan pengabdian ini yang bertujuan meningkatkan kapasitas kader Posyandu dalam pencegahan stunting melalui pembuatan camilan sehat balita. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, partisipasi kader dalam berbagai aspek dinilai sangat baik.

Seluruh peserta (100%) mengikuti kegiatan secara penuh dari awal hingga akhir, baik dalam sesi pemaparan materi maupun praktik pembuatan camilan sehat. Hal ini menunjukkan komitmen yang tinggi dari kader terhadap isu stunting dan antusiasme mereka terhadap pelatihan yang bersifat aplikatif dan kontekstual. Kehadiran penuh juga menunjukkan bahwa topik kegiatan dinilai relevan dan bermanfaat bagi peran mereka di lapangan.

Dari hasil observasi, sebanyak 90% peserta aktif dalam praktik pembuatan camilan sehat, menunjukkan bahwa peserta tidak hanya menyimak secara pasif,

tetapi juga bersedia mencoba dan menerapkan keterampilan yang diperoleh. Kegiatan praktik ini terbukti menjadi bagian yang paling menarik dan meningkatkan keterlibatan peserta secara langsung. Kader menunjukkan kemampuan memanfaatkan bahan pangan lokal seperti pisang, ubi, tempe, dan jagung untuk membuat camilan sehat yang bergizi dan disukai balita.

Selain itu, 80% peserta aktif berdiskusi dan bertanya selama pelatihan. Ini merupakan indikator penting dalam pendekatan pembelajaran orang dewasa (andragogi), yang menekankan pada partisipasi, pengalaman, dan relevansi materi terhadap kehidupan nyata. Interaksi yang aktif selama pelatihan menandakan bahwa kader tidak hanya menerima informasi, tetapi juga ingin memahami lebih dalam dan mengaitkannya dengan pengalaman mereka sehari-hari dalam melayani masyarakat.

Sebanyak 70% peserta mampu menjelaskan ulang materi pelatihan, baik secara lisan maupun melalui diskusi kelompok. Hal ini menunjukkan adanya proses pemahaman yang baik, bukan sekadar hafalan informasi. Kader yang mampu mengulang kembali informasi cenderung memiliki daya serap materi yang lebih tinggi dan berpotensi menjadi agent of change dalam komunitasnya.

Tingkat partisipasi yang tinggi ini juga didukung oleh metode pelatihan yang digunakan, yakni pelatihan berbasis pengalaman dan praktik langsung, serta penggunaan media visual dan bahan lokal yang akrab di lingkungan kader. Menurut hasil studi pelatihan berbasis keterampilan praktis lebih efektif dalam membangun kapasitas kader Posyandu dibandingkan pendekatan yang hanya bersifat teoritis [8].

Faktor lain yang berkontribusi pada tingginya partisipasi adalah suasana pelatihan yang interaktif, fasilitator yang komunikatif, dan adanya hasil nyata yang dapat dibawa pulang oleh peserta (produk camilan sehat). Salah satu peserta bahkan berinisiatif mengembangkan resep baru dari bahan lokal dan mendiskusikannya dengan kader lain, yang menunjukkan munculnya kreativitas dan inovasi lokal sebagai dampak kegiatan.

Secara keseluruhan, partisipasi tinggi kader dalam pelatihan ini menjadi indikator positif bahwa kegiatan telah berhasil menjangkau kebutuhan peserta, meningkatkan keterlibatan mereka secara aktif, dan memperkuat peran mereka sebagai pelaksana garda depan dalam upaya pencegahan stunting berbasis komunitas.

## 5. Kesimpulan

- a. Desa Pasar VI Kualanamu Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang telah memiliki alat-alat daya teknologi dan inovasi dalam pembuatan camilan sehat yang variatif untuk diberikan kepada bayi balita yang datang ke posyandu berupa mixer, oven, komporgas, processor bahan makanan dengan daya produksi cukup besar
- b. Melalui kegiatan pelatihan variasi camilan sehat balita Optimalisasi Peran Kader Posyandu Desa Pasar VI Kualanamu Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang mampu menghasilkan produk cemilan-cemilan sehat dari bahan baku buah dan sayur-sayuran seperti zuppa suop (wortel, jagung, bawang bombay)

dan soft cokies (pisang). Melalui pelatihan, pendampingan pada kader posyandu dan tim pendamping keluarga ini sebagai modal untuk peningkatan pembuatan cemilan sehat lainnya.

## 6. Ucapan Terimakasih

- a. Kepala Desa Psar VI Kuala Namu yang telah memberikan ijin kepada dosen dan mahasiswa Universitas Sari Mutiara untuk melakukan kegiatan PKM di wilayah kerjanya
- b. Rektor USM Indonesia yang selalu memberikan dukungan dan motivasi untuk selalu melaksanakan kegiatan Tridharma Perguruan Tinggi
- c. Ketua LPPM USM Indonesia yang telah memberikan ijin untuk dosen dan maahasiswa melaksanakan kegiatan PKM

## 7. Referensi

- [1] Afriansyah, *Pengertian dan Konsep Pemberdayaan Masyarakat*. 2023.
- [2] A. J. Prendergast and J. H. Humphrey, “The stunting syndrome in developing countries,” *Paediatr. Int. Child Health*, vol. 34, no. 4, pp. 250–265, 2014, doi: 10.1179/2046905514Y.0000000158.
- [3] I. Ekayanti, R. Nurdiani, A. D. Cantika, Nadzifatussya’diyah, and Z. Nasution, “Evaluating Cadre Support in Maternal Feeding Practices: Influence on Eating Pattern of Children Under Two,” *Media Gizi Indones.*, vol. 20, no. 2, pp. 159–167, 2025, doi: 10.20473/mgi.v20i2.159-167.
- [4] R. Millati, A. Setyawati, I. A. Tyarini, and I. Daiyah, “Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu melalui Edukasi dan Pelatihan dalam Pencegahan Stunting prevention,” pp. 8–14, 2025.
- [5] J. Aritonang, R. Gurning, N. E. Br Brahmana, and Y. G. Tarigan, “Pengaruh Edukasi Media Vidio Animasi Tentang Asi Eksklusif Terhadap Sikap Ibu Di Wilayah Puskesmas Limbong Tahun 2023,” *J. Kesehat. Masy. Dan Lingkung. Hidup*, vol. 8, no. 1, pp. 29–35, 2023, doi: 10.51544/jkmlh.v8i1.4360.
- [6] De. K. Hutagalung, M. Simatupang, and R. Simatupang, “3 1,2,3,” vol. 3, no. 3, pp. 627–632, 2023.
- [7] B. K. D. Serdang, “Kecamatan Beringin Dalam Angka Beringin District In Figures,” *BPS Kabupaten Deli Serdang/ BPS-Statistics Deli Serdang Regency*, 2024.
- [8] A. Pudjirahaju, D. Soelistyorini, A. Mustafa, and Y. Kristianto, “Transforming Childhood: Nutrition Interventions in the First 1000 Days of Life to Prevent Stunting and Enhance IQ Children in Trenggalek,” *Amerta Nutr.*, vol. 9, no. 1, pp. 101–108, 2025, doi: 10.20473/amnt.v9i1.2025.101-108.
- [9] S. N. Djannah *et al.*, *Buku Ajar Promosi Kesehatan dan Perubahan Perilaku*. 2020.