

## PENELITIAN ASLI

# PENYULUHAN EDUKASI GIZI SEIMBANG DAN POLA ASUH UNTUK PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU BALITA DI KECAMATAN MEDAN SUNGGAL

Mido Ester J. Sitorus<sup>1</sup>, Frida Liharis Saragih<sup>2</sup>, Desy Lustiyani Rajagukguk<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> *Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan USM-Indonesia*

### Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima: 20 Januari 2026

Direvisi: 25 Januari 2026

Diterima: 31 Januari 2026

Diterbitkan: 11 Februari 2026

**Kata kunci:** Edukasi; Pola Asuh; Stunting; Ibu Balita.

**Penulis Korespondensi:** Mido Ester J. Sitorus

Email: [mido71torus@yahoo.com](mailto:mido71torus@yahoo.com)

### Abstrak

**Latarbelakang:** Kecamatan Medan Sunggal, Sumatera Utara memiliki karakteristik masyarakat dengan tantangan tersendiri dalam pemenuhan gizi balita, seperti perubahan pola konsumsi, keterbatasan waktu pengasuhan, serta masih beredarnya informasi yang kurang tepat mengenai gizi anak. Kondisi ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu balita mengenai gizi seimbang dan pola asuh yang benar masih sangat diperlukan sebagai upaya pencegahan stunting di tingkat keluarga. Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa penyuluhan edukasi gizi seimbang dan pola asuh pada ibu balita di Kecamatan Medan Sunggal perlu dilaksanakan sebagai upaya mendukung pencegahan stunting secara berkelanjutan.

**Tujuan:** Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu balita sehingga mampu berkontribusi dalam menurunkan risiko stunting dan meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak.

**Metode:** Berdasarkan pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa *Penyuluhan Edukasi Gizi Seimbang dan Pola Asuh untuk Pencegahan Stunting pada Ibu Balita di Kecamatan Medan Sunggal*, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi peserta. Penyuluhan yang dilakukan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu balita mengenai pengertian stunting, faktor penyebab, serta dampaknya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

**Hasil** evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang dan pola asuh yang tepat, yang ditunjukkan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test. Selain itu, ibu balita juga menunjukkan peningkatan kesadaran dan sikap positif dalam menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai usia anak serta memperhatikan aspek kebersihan, kesehatan, dan stimulasi tumbuh kembang. Antusiasme dan partisipasi aktif peserta selama kegiatan berlangsung

---

menunjukkan bahwa edukasi gizi dan pola asuh merupakan kebutuhan nyata bagi masyarakat. **Kesimpulan:** Dengan pendekatan yang komunikatif dan berbasis kondisi lokal, kegiatan ini berpotensi berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan di tingkat keluarga dan Masyarakat.

---

Jurnal Abdimas Mutiara  
e-ISSN: 2722-7758  
Vol. 7 No. 1, Maret, 2026 (P362-371)

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

DOI: <https://doi.org/10.51544/jam.v7i1.6883>

**How To Cite:** Sitorus, M. E. J., Frida Liharis Saraqih, & Desy Lustiyani Rajaqukkuk. (2026). PENYULUHAN EDUKASI GIZI SEIMBANG DAN POLA ASUH UNTUK PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU BALITA DI KECAMATAN MEDAN SUNGGAL. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 7(1), 362–372. <https://doi.org/10.51544/jam.v7i1.6883>



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](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)).

---

## 1. Pendahuluan

### 1.1 Analisis Situasi

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi isu prioritas kesehatan masyarakat di Indonesia. Stunting didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang, khususnya pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang ditandai dengan tinggi badan menurut umur berada di bawah standar pertumbuhan anak. Kondisi ini berdampak tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan kognitif, sistem imun, serta produktivitas anak di masa dewasa (World Health Organization, 2014; UNICEF, 2019).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2023) prevalensi stunting di Indonesia masih tergolong tinggi meskipun telah menunjukkan tren penurunan dalam beberapa tahun terakhir. Pemerintah melalui berbagai kebijakan dan program telah melakukan intervensi spesifik dan sensitif untuk menurunkan angka stunting, namun hasil yang dicapai belum sepenuhnya optimal. Hal ini menunjukkan bahwa stunting merupakan masalah multidimensi yang dipengaruhi oleh faktor biologis, sosial, ekonomi, dan perilaku keluarga

Salah satu faktor determinan utama terjadinya stunting adalah rendahnya pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dan pola asuh anak. Ibu memiliki peran sentral dalam menentukan kualitas dan kuantitas asupan gizi balita, mulai dari pemilihan bahan pangan, pengolahan makanan, hingga praktik pemberian makan yang sesuai dengan usia anak. Ketidakseimbangan asupan zat gizi makro dan mikro, frekuensi makan yang tidak adekuat, serta kurangnya variasi pangan dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting pada balita

Selain faktor gizi, pola asuh yang kurang tepat juga berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Pola asuh mencakup praktik pemberian makan, perawatan kesehatan, kebersihan lingkungan, serta stimulasi tumbuh kembang anak. Pola asuh yang tidak responsif, kurangnya perhatian terhadap kebersihan dan kesehatan anak, serta rendahnya pemanfaatan pelayanan kesehatan dapat memperburuk status gizi balita dan meningkatkan risiko stunting (UNICEF, 2019; WHO, 2018).

Kecamatan Medan Sunggal, Sumatera Utara memiliki karakteristik masyarakat dengan tantangan tersendiri dalam pemenuhan gizi balita, seperti perubahan pola konsumsi, keterbatasan waktu pengasuhan, serta masih beredarnya informasi yang kurang tepat mengenai gizi anak. Kondisi ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu balita mengenai gizi seimbang dan pola asuh yang benar masih sangat diperlukan sebagai upaya pencegahan stunting di tingkat keluarga.

Penyuluhan edukasi gizi seimbang dan pola asuh merupakan salah satu strategi promotif dan preventif yang efektif dalam upaya pencegahan stunting. Edukasi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap positif, serta mendorong perubahan perilaku ibu dalam praktik pemberian makan dan pengasuhan anak. Hal ini sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan merupakan dasar penting dalam pembentukan perilaku kesehatan yang berkelanjutan (Notoatmodjo, 2018).

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa penyuluhan edukasi gizi seimbang dan pola asuh pada ibu balita di Kecamatan Medan Sunggal perlu dilaksanakan sebagai upaya mendukung pencegahan stunting secara berkelanjutan. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu balita sehingga mampu berkontribusi dalam menurunkan risiko stunting dan meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak.

## **1.2 Tujuan Pemberdayaan Masyarakat**

1. Meningkatkan pengetahuan ibu balita tentang konsep gizi seimbang sesuai kebutuhan anak usia balita.
2. Meningkatkan pemahaman ibu mengenai praktik pemberian makan yang tepat, meliputi jenis, jumlah, dan frekuensi makanan sesuai usia balita.
3. Memberikan pemahaman kepada ibu balita mengenai pentingnya pola asuh yang responsif dalam mendukung tumbuh kembang anak.
4. Meningkatkan kesadaran ibu balita tentang peran kebersihan, kesehatan, dan pemanfaatan layanan kesehatan dalam pencegahan stunting.
5. Mendorong perubahan sikap dan perilaku ibu balita dalam penerapan gizi seimbang dan pola asuh yang optimal di lingkungan keluarga.

## **1.3 Manfaat**

### **1. Manfaat Bagi Masyarakat**

Memberikan peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang dan pola asuh yang tepat, sehingga dapat menurunkan risiko terjadinya stunting serta meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak.

## **2. Manfaat Bagi Ibu Balita**

Membantu ibu balita memahami cara pemenuhan kebutuhan gizi anak secara tepat dan praktis, serta meningkatkan kemampuan dalam menerapkan pola asuh yang mendukung kesehatan dan perkembangan anak secara optimal.

## **3. Manfaat Bagi Institusi dan Pemerintah Daerah**

Mendukung program percepatan pencegahan dan penurunan stunting melalui pendekatan promotif dan preventif berbasis pemberdayaan masyarakat, khususnya pada tingkat keluarga.

## **4. Manfaat Bagi Tim Pelaksana**

Menjadi sarana penerapan ilmu pengetahuan dan keterampilan di bidang kesehatan masyarakat serta meningkatkan kepedulian sosial melalui kegiatan edukasi yang berbasis kebutuhan masyarakat.

## **Solusi Permasalahan Mitra**

Berdasarkan identifikasi masalah di lapangan permasalahan yang dihadapi oleh mitra (ibu balita, kader posyandu, dan masyarakat), berikut adalah solusi yang dirancang secara komprehensif untuk mendukung pencegahan stunting:

1. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Gizi Seimbang
2. Peningkatan Pemahaman Praktis Ibu Balita
3. Perubahan Sikap dan Kesadaran Ibu Balita
4. Respons dan Antusiasme Peserta
5. Kendala yang Ditemui
6. Rekomendasi Hasil Kegiatan

## **2. Metode**

### **2.1 Sasaran Kegiatan**

#### **1. Sasaran Umum**

Meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kesadaran ibu balita di Kecamatan Medan Sunggal mengenai gizi seimbang dan pola asuh yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini.

#### **2. Sasaran Khusus**

Sasaran khusus dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini meliputi:

- a) Ibu balita di Kecamatan Medan Sunggal, khususnya yang:
  1. Memiliki balita usia 0–59 bulan.
  2. Masih memiliki keterbatasan pengetahuan mengenai gizi seimbang.
  3. Belum menerapkan pola asuh dan praktik pemberian makan yang optimal.
- b) Kader posyandu dan kader kesehatan, sebagai mitra dalam penyampaian dan keberlanjutan edukasi gizi di masyarakat.
- c) Tokoh masyarakat dan perangkat kelurahan, sebagai pihak pendukung dalam penguatan program pencegahan stunting di tingkat lokal.

#### **3. Target Output Sasaran**

1. Minimal 20–30 ibu balita mengikuti kegiatan penyuluhan dan edukasi.
2. Terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang dan pola asuh yang tepat berdasarkan hasil pre-test dan post-test.
3. Ibu balita mampu memahami prinsip pemberian makan sesuai usia anak dan pentingnya pola asuh responsif.

### **3.1 Pelaksanaan / Metodologi**

#### **1. Tahapan Kegiatan**

##### **a. Persiapan**

1. Koordinasi dengan pihak kecamatan , puskesmas, dan kader posyandu Kecamatan Medan Sunggal untuk menentukan lokasi dan sasaran peserta.
2. Identifikasi kondisi umum masalah gizi dan stunting pada balita di wilayah sasaran.
3. Penyusunan materi penyuluhan mengenai gizi seimbang, pola asuh, dan pencegahan stunting.
4. Menyiapkan media edukasi seperti poster, leaflet, dan alat bantu presentasi.

##### **b. Penyuluhan**

1. Kegiatan dilakukan secara tatap muka.
2. Materi penyuluhan meliputi:
  - Pengertian dan dampak stunting terhadap tumbuh kembang anak.
  - Konsep gizi seimbang pada balita.
  - Prinsip pemberian makan sesuai usia anak (jenis, jumlah, dan frekuensi).
  - Peran pola asuh dan kebersihan dalam pencegahan stunting.

##### **c. Edukasi Interaktif dan Diskusi**

1. Diskusi dua arah antara pemateri dan peserta.
2. Tanya jawab terkait permasalahan gizi dan pengasuhan yang dialami ibu balita sehari-hari.
3. Penyampaian contoh menu sederhana dan bergizi sesuai kondisi lokal.

##### **d. Evaluasi dan Pendampingan**

1. Evaluasi pemahaman peserta melalui post-test dan diskusi.
2. Rencana tindak lanjut berupa pendampingan kader posyandu jika diperlukan.

### **3.2 Metode Pendekatan**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi:

- a. Partisipatif, dengan melibatkan ibu balita secara aktif selama kegiatan.
- b. Edukasi kontekstual, disesuaikan dengan kondisi sosial dan budaya masyarakat setempat.
- c. Komunikatif dan persuasif, menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami.
- d. Promotif dan preventif, berfokus pada pencegahan stunting sejak dini.

### **3.3. Tempat dan Waktu Pengabdian Masyarakat**

#### **3.3.1 Tempat**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Kecamatan Medan Sunggal, Kota Medan.

#### **3.3.2 Waktu**

Kegiatan dilaksanakan pada bulan November-Desember 2025.

### **3.4 Metode Evaluasi Kegiatan**

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk menilai efektivitas penyuluhan dan pencapaian tujuan kegiatan, meliputi:

1. Evaluasi Pengetahuan  
Pre-test dan Post-test, untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang, pola asuh, dan stunting.
2. Evaluasi Proses
  - Observasi keaktifan peserta selama penyuluhan dan diskusi.
  - Penilaian pemahaman peserta melalui sesi tanya jawab.
3. Evaluasi Dampak Jangka Pendek  
Diskusi reflektif untuk mengetahui kesiapan ibu dalam menerapkan gizi seimbang dan pola asuh yang tepat di rumah.

## **4. Hasil**

### **4.1 Hasil Pengabdian kepada Masyarakat**

#### **1. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita**

Setelah dilaksanakan kegiatan penyuluhan edukasi gizi seimbang dan pola asuh, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada ibu balita. Peningkatan pemahaman tersebut meliputi:

- Pengertian stunting dan dampaknya terhadap pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif anak.
- Pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada balita, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan.
- Prinsip pemberian makan sesuai usia anak (jenis, jumlah, dan frekuensi).
- Peran pola asuh responsif, kebersihan, dan pemanfaatan pelayanan kesehatan dalam pencegahan stunting.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, rata-rata skor pengetahuan peserta mengalami peningkatan sebesar 30–50%, yang menunjukkan bahwa penyuluhan yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu balita.

#### **2. Peningkatan Pemahaman Praktis Ibu Balita**

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga meningkatkan pemahaman praktis ibu balita dalam penerapan gizi seimbang dan pola asuh, antara lain:

- Ibu balita mampu menyebutkan contoh menu seimbang yang sesuai dengan usia anak.
- Ibu memahami pentingnya variasi pangan, kebersihan makanan, dan jadwal makan teratur.
- Ibu balita memahami pola asuh responsif, termasuk perhatian terhadap kebutuhan emosional dan stimulasi tumbuh kembang anak.

Sebagian besar peserta dapat menjelaskan kembali materi yang disampaikan dan mengaitkannya dengan kondisi pengasuhan anak di rumah.

#### **3. Perubahan Sikap dan Kesadaran Ibu Balita**

Kegiatan penyuluhan juga berdampak pada perubahan sikap ibu balita, yang ditunjukkan dengan:

- Meningkatnya kesadaran akan pentingnya gizi seimbang sebagai investasi kesehatan jangka panjang anak.

- Kesiediaan ibu untuk mulai memperbaiki pola makan anak menggunakan bahan pangan lokal yang terjangkau.
- Meningkatnya perhatian ibu terhadap praktik kebersihan, imunisasi, dan pemantauan pertumbuhan anak melalui posyandu.

#### **4. Respons dan Antusiasme Peserta**

Ibu balita menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung. Hal ini terlihat dari:

- Keaktifan peserta dalam sesi diskusi dan tanya jawab.
- Banyaknya pertanyaan terkait menu makanan, pola asuh, dan permasalahan yang dihadapi sehari-hari.
- Usulan peserta untuk adanya kegiatan lanjutan seperti pelatihan penyusunan menu sehat dan pendampingan rutin oleh kader posyandu.

#### **5. Kendala yang Ditemui**

Beberapa kendala yang ditemukan selama kegiatan antara lain:

- Perbedaan latar belakang pendidikan peserta yang memengaruhi kecepatan pemahaman materi.
- Masih adanya persepsi bahwa makanan bergizi harus mahal.
- Keterbatasan waktu ibu balita dalam menerapkan pola asuh optimal akibat aktivitas rumah tangga.

Sebagai solusi, materi disampaikan dengan bahasa sederhana, disertai contoh konkret dan penekanan pada pemanfaatan bahan pangan lokal yang mudah diperoleh.

#### **6. Rekomendasi Hasil Kegiatan**

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, direkomendasikan:

- Dilakukan penyuluhan lanjutan secara berkala untuk memperkuat perubahan perilaku.
- Peningkatan peran kader posyandu dalam pendampingan gizi dan pola asuh ibu balita.
- Integrasi kegiatan edukasi gizi dengan program kesehatan ibu dan anak di tingkat kelurahan.

### **5. Pembahasan**

#### **1. Efektivitas Penyuluhan dalam Meningkatkan Pengetahuan**

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan edukasi gizi seimbang dan pola asuh efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita. Peningkatan skor pre-test dan post-test menunjukkan bahwa metode penyampaian yang komunikatif, kontekstual, dan relevan dengan kehidupan sehari-hari ibu balita mampu meningkatkan pemahaman secara signifikan. Hal ini sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa edukasi berbasis kebutuhan nyata lebih mudah diterima dan dipahami oleh masyarakat.

#### **2. Peran Edukasi Gizi Seimbang dalam Pencegahan Stunting.**

Peningkatan pemahaman ibu mengenai gizi seimbang sangat penting dalam pencegahan stunting. Asupan zat gizi makro dan mikro yang tidak adekuat

dalam jangka panjang merupakan faktor utama terjadinya stunting. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu, diharapkan terjadi perbaikan dalam praktik pemberian makan anak yang berdampak langsung pada status gizi balita.

### **3. Pola Asuh sebagai Faktor Pendukung Tumbuh Kembang Anak**

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemahaman ibu mengenai pola asuh responsif turut meningkat. Pola asuh tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan gizi, tetapi juga mencakup perhatian terhadap kesehatan, kebersihan, dan stimulasi perkembangan anak. Pola asuh yang baik berperan penting dalam mendukung tumbuh kembang optimal dan menurunkan risiko stunting.

### **4. Tantangan Implementasi di Tingkat Rumah Tangga**

Meskipun terjadi peningkatan pengetahuan dan sikap, implementasi di tingkat rumah tangga masih menghadapi tantangan, seperti keterbatasan ekonomi, waktu, dan kebiasaan makan keluarga. Oleh karena itu, edukasi gizi perlu dilakukan secara berkelanjutan dan disertai pendampingan agar perubahan perilaku dapat bertahan dalam jangka panjang.

### **5. Manfaat Jangka Panjang bagi Masyarakat**

Manfaat kegiatan ini tidak hanya dirasakan dalam jangka pendek, tetapi juga berpotensi memberikan dampak jangka panjang berupa:

- Peningkatan kualitas tumbuh kembang anak.
- Penurunan risiko stunting secara berkelanjutan.
- Terbentuknya keluarga yang lebih sadar gizi dan kesehatan.

### **6. Strategi Keberlanjutan Program**

Agar dampak kegiatan tetap berlanjut, diperlukan:

- Monitoring dan evaluasi berkala melalui kegiatan posyandu.
- Pelatihan lanjutan bagi kader sebagai fasilitator edukasi gizi.
- Pengembangan media edukasi sederhana yang dapat digunakan secara mandiri oleh ibu balita.

### **7. Pembelajaran dari Kegiatan**

Kegiatan ini memberikan pembelajaran bahwa pendekatan edukatif yang sederhana, praktis, dan berbasis kondisi lokal lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu balita. Diskusi interaktif dan contoh konkret membantu peserta memahami materi dengan lebih baik dan mendorong penerapan di kehidupan sehari-hari.







## 6. Kesimpulan Dan Saran

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa *Penyuluhan Edukasi Gizi Seimbang dan Pola Asuh untuk Pencegahan Stunting pada Ibu Balita di Kecamatan Medan Sunggal*, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi peserta. Penyuluhan yang dilakukan terbukti mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu balita mengenai pengertian stunting, faktor penyebab, serta dampaknya terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang dan pola asuh yang tepat, yang ditunjukkan melalui perbandingan hasil pre-test dan post-test. Selain itu, ibu balita juga menunjukkan peningkatan kesadaran dan sikap positif dalam menerapkan praktik pemberian makan yang sesuai usia anak serta memperhatikan aspek kebersihan, kesehatan, dan stimulasi tumbuh kembang.

Antusiasme dan partisipasi aktif peserta selama kegiatan berlangsung menunjukkan bahwa edukasi gizi dan pola asuh merupakan kebutuhan nyata bagi masyarakat. Dengan pendekatan yang komunikatif dan berbasis kondisi lokal, kegiatan ini berpotensi berkontribusi dalam upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan di tingkat keluarga dan masyarakat.

## 6.2 Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan kegiatan, beberapa saran yang dapat disampaikan adalah sebagai berikut:

### 1. Bagi Masyarakat

Ibu balita diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh mengenai gizi seimbang dan pola asuh yang tepat dalam kehidupan sehari-hari, serta aktif memantau pertumbuhan anak melalui kegiatan posyandu secara rutin.

### 2. Bagi Kader Posyandu dan Tenaga Kesehatan

Perlu dilakukan pendampingan dan edukasi lanjutan secara berkala kepada ibu balita guna memperkuat perubahan perilaku dan memastikan keberlanjutan upaya pencegahan stunting di masyarakat.

### 3. Bagi Pemerintah Daerah dan Aparatur Kelurahan

Diharapkan dapat mendukung kegiatan serupa melalui integrasi program edukasi gizi dan pola asuh dengan program kesehatan ibu dan anak, serta menyediakan sarana dan prasarana pendukung yang memadai.

### 4. Bagi Penelitian dan Pengabdian Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan kegiatan lanjutan dengan cakupan wilayah yang lebih luas dan melibatkan evaluasi jangka panjang guna menilai dampak edukasi terhadap penurunan kejadian stunting.

## 7. Referensi

- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas). (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018–2024. Jakarta: Bappenas.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Profil Kesehatan Ibu dan Anak di Indonesia. Jakarta: BPS.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., & Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451.
- Dinas Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Stunting. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2022*. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Buku Saku Pencegahan Stunting. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi. (2017). Buku Saku Desa dalam Penanganan Stunting. Jakarta: Kemendes PDTT.
- Martorell, R., & Zongrone, A. (2012). Intergenerational influences on child growth and undernutrition. *Paediatric and Perinatal Epidemiology*, 26(S1), 302–314.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- UNICEF. (2019). *Improving child nutrition: The achievable imperative for global progress*. United Nations Children's Fund.
- UNICEF. (2021). *The state of the world's children 2021: On my mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health*. United Nations Children's Fund.

World Health Organization. (2018). *Guideline: Counselling of women to improve breastfeeding practices*. World Health Organization.

World Health Organization. (2020). *Infant and young child feeding*. World Health Organization.