



PROMOTIF DAN PREVENTIF MELALUI EDUKASI DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI DESA OENENU KABUPATEN TIMOR TENGAH UTARA TAHUN 2026

Yandri Ratu Sepeh^{1*}, Flora Naibaho², Ruth Hawila Dias³, Isabel De Fatima Gudino⁴,
Maria Rofina Jawainang Lamak⁵, Maria Rugaya Manek⁶, Cindi Kapitan⁷

¹²³⁴⁵⁶⁷ *Akademi Kebidanan Santa Elisabeth Kefamenanu, 85613, Indonesia*

¹ *Email: yandri.r.sepeh37@gmail.com*

² *Email: floralidwina@gmail.com*

³ *Email: diasruth225@gmail.com*

⁴ *Email: isabelgudino06@gmail.com*

⁵ *Email: ovinmaria49@gmail.com*

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan utama di Nusa Tenggara Timur (NTT). Upaya promotif dan preventif melalui pengabdian kepada masyarakat menjadi strategi penting dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku kesehatan ibu dan anak. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu hamil serta ibu balita dalam pencegahan stunting melalui edukasi gizi seimbang dan pemanfaatan pangan lokal. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan, demonstrasi pengolahan makanan bergizi berbasis pangan lokal seperti kelor, diskusi interaktif, serta pendampingan oleh kader posyandu. Evaluasi dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan, serta observasi terhadap perubahan sikap dan keterampilan peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemberian ASI eksklusif, dan MP-ASI yang tepat. Peserta juga mampu mempraktikkan pengolahan makanan bergizi secara mandiri. Kesimpulan, pendekatan promotif dan preventif melalui edukasi dan pemberdayaan masyarakat efektif dalam meningkatkan kapasitas ibu dalam mencegah stunting.

Kata Kunci: Promotif Dan Preventif, Stunting, Ibu Hamil, Ibu Balita.

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that remains a major challenge in East Nusa Tenggara (NTT). Promotive and preventive efforts through community service are important strategies to improve maternal and child health knowledge and behaviors. This activity aims to enhance the knowledge, attitudes, and skills of pregnant women and mothers of under-five children in preventing stunting through balanced nutrition education and the utilization of local food resources. The implementation methods included health education sessions, demonstrations of nutritious food processing based on local foods such as Moringa oleifera, interactive discussions, and mentoring by community health volunteers (posyandu cadres). Evaluation was conducted to measure the improvement in participants' knowledge, as well as to observe changes in attitudes and skills. The results showed an increase in participants' knowledge and understanding regarding the importance of the first 1,000 days of life, exclusive breastfeeding, and appropriate complementary feeding practices. Participants were also able to independently practice the preparation of nutritious foods. In conclusion, promotive and preventive approaches through education and community empowerment are effective in improving mothers' capacity to prevent stunting.

Keywords: Promotive and Preventive, Stunting, Pregnant Women, Mothers of Under-Five Children.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia, khususnya di wilayah Nusa Tenggara Timur (NTT). Stunting ditandai dengan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Syamson et al., 2025). Dampak stunting tidak hanya berpengaruh pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan kognitif, penurunan produktivitas, serta peningkatan risiko penyakit tidak menular di masa depan (Nuradhiani, 2022).

Tingginya angka stunting di NTT dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, pola asuh yang kurang tepat, keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan, serta kondisi sosial ekonomi yang masih rendah. Selain itu, praktik pemberian makan pada bayi dan anak yang belum optimal, seperti kurangnya pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI yang tidak sesuai, turut memperparah kondisi tersebut (Alfy & A'ini, 2024).

Upaya promotif dan preventif dalam kesehatan ibu dan anak menjadi strategi penting dalam mencegah stunting. Pendekatan promotif dilakukan melalui peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu

hamil dan ibu balita, mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemanfaatan pangan lokal yang bergizi. Sementara itu, upaya preventif difokuskan pada pencegahan faktor risiko melalui pelayanan antenatal care (ANC) yang berkualitas, pemantauan pertumbuhan anak secara rutin, imunisasi, serta intervensi gizi spesifik seperti suplementasi zat besi dan pemberian makanan tambahan (Syamson et al., 2025).

Sinergi antara upaya promotif dan preventif sangat diperlukan untuk menurunkan prevalensi stunting secara efektif. Keterlibatan tenaga kesehatan, keluarga, serta masyarakat menjadi kunci keberhasilan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal (Hanifah & Astuti, 2023). Oleh karena itu, penguatan program kesehatan ibu dan anak berbasis promotif dan preventif di Nusa Tenggara Timur perlu terus ditingkatkan sebagai langkah strategis dalam percepatan penurunan stunting.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan promotif dan preventif dalam upaya pencegahan stunting melalui peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu hamil serta ibu balita (Holifah & Yuliati, 2022). Sasaran dalam kegiatan ini meliputi ibu hamil serta ibu balita. Kegiatan

dilaksanakan di wilayah Desa Oenenu, Kabupaten Timor Tengah Utara, Provinsi Nusa Tenggara Timur. Waktu pelaksanaan dilakukan pada tanggal 22-24 Januari 2026 yang mencakup tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di wilayah Desa Oenenu, Kabupaten Timor Tengah Utara, Nusa Tenggara Timur (NTT) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu hamil serta ibu balita dalam pencegahan stunting. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi kegiatan yang menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi kesehatan.

Sebagian besar peserta yang sebelumnya belum memahami konsep gizi seimbang, pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), serta praktik pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI yang tepat, mengalami peningkatan pemahaman setelah mengikuti penyuluhan. Selain itu, kegiatan demonstrasi pengolahan makanan berbasis pangan lokal seperti kelor memberikan keterampilan baru bagi peserta dalam menyajikan makanan bergizi untuk keluarga.

Dari hasil observasi selama kegiatan, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, aktif dalam sesi diskusi dan tanya jawab, serta

mampu mempraktikkan kembali cara pengolahan makanan yang telah didemonstrasikan. Pendampingan yang dilakukan bersama kader posyandu juga menunjukkan adanya peningkatan partisipasi ibu dalam kegiatan penimbangan dan pemantauan pertumbuhan anak.

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu terkait pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah penyuluhan sejalan dengan teori bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu intervensi utama dalam mengubah perilaku kesehatan masyarakat (Rhama Syuhada Sujak et al., 2024).

Demonstrasi pengolahan makanan bergizi berbasis pangan lokal terbukti menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan keterampilan peserta. Pemanfaatan bahan lokal seperti kelor tidak hanya mudah diakses, tetapi juga memiliki kandungan gizi tinggi yang dapat mendukung pemenuhan nutrisi ibu dan anak. Hal ini memperkuat pentingnya pendekatan berbasis potensi lokal dalam program pencegahan stunting (Purnamasari et al., 2023).

Selain itu, keterlibatan kader posyandu dalam kegiatan pendampingan memberikan dampak positif terhadap keberlanjutan

program. Kader berperan sebagai penggerak di masyarakat dalam memantau pertumbuhan anak serta memberikan edukasi secara berkelanjutan kepada ibu balita. Hal ini menunjukkan bahwa kolaborasi antara tenaga kesehatan, kader, dan masyarakat sangat penting dalam upaya promotif dan preventif.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa kendala yang ditemukan selama pelaksanaan kegiatan, seperti keterbatasan waktu peserta, tingkat pendidikan yang beragam, serta kebiasaan lama dalam pola pemberian makan anak yang sulit diubah dalam waktu singkat. Oleh karena itu, diperlukan upaya berkelanjutan dan pendampingan jangka panjang agar perubahan perilaku dapat berlangsung secara konsisten.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan kapasitas ibu hamil dan ibu balita dalam mencegah stunting. Upaya promotif dan preventif yang dilakukan secara terintegrasi dan berkelanjutan diharapkan dapat berkontribusi dalam menurunkan prevalensi stunting di Nusa Tenggara Timur.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan pendekatan promotif dan preventif dalam pencegahan stunting di Nusa Tenggara Timur menunjukkan hasil yang positif. Terjadi peningkatan pengetahuan, sikap, dan

keterampilan ibu hamil serta ibu balita terkait pemenuhan gizi seimbang, pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), serta praktik pemberian ASI eksklusif dan MP-ASI yang tepat. Metode edukasi melalui penyuluhan, demonstrasi, diskusi, dan pendampingan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan mendorong perubahan perilaku kesehatan masyarakat. Pemanfaatan pangan lokal seperti kelor juga memberikan alternatif solusi yang mudah, terjangkau, dan bergizi dalam mendukung pencegahan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfy, Z. R., & A'ini, Z. F. (2024). Determinan Stunting di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) Tahun 2022. *EduBiologia: Biological Science and Education Journal*, 4(2), 50. <https://doi.org/10.30998/edubiologia.v4i2.23905>
- Hanifah, L., & Astuti, A. W. (2023). Promotive and Preventive Efforts of Health Workers in Reducing Stunting: A Scoping Review. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1). <https://doi.org/10.30604/jika.v8i1.1603>
- Holifah, N. U., & Yuliati, L. (2022). Penguatan Kader Posyandu sebagai Upaya Preventif Kejadian Stunting di Desa Jelbuk. *ABDIMASKU: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 304. <https://doi.org/10.33633/ja.v5i2.461>
- Nuradhiani, A. (2022). Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemberian Edukasi pada Ibu Hamil. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 3(1), 46. <https://doi.org/10.52742/jgkp.v3i1.15452>

- Purnamasari, I., Nasrullah, D., Hasanah, U., & Choliq, I. (2023). Pemberdayaan Kader Posyandu Melalui Program Kader Pintar Sebagai Upaya Pencegahan Dan Penanganan Stunting Di Desa Bukek Pamekasan. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(1), 645. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i1.13541>
- Rhama Syuhada Sujak, Agus Widodo, & Anis Dwi Charisa. (2024). Upaya Promotif Dan Preventif Stunting Kepada Pengunjung Posyandu RW 3 Kelurahan Mojosongo, Kecamatan Jebres, Kota Surakarta. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 01–10. <https://doi.org/10.30640/abdimas45.v3i1.2305>
- Syamson, M. M., Zainab, Z., Hasanuddin, I., Sulaeman, S., Purnama AL, J., Murtini, M., Faridah, F., & Suparta, S. (2025). Edukasi preventif dan promotif dalam upaya pencegahan stunting di Desa Tuncung Kecamatan Maiwa Kabupaten Enrekang. *JOURNAL OF Public Health Concerns*, 5(1), 1–6. <https://doi.org/10.56922/phc.v5i1.700>