

---

## PEMBERDAYAAN MANARANG (MAMA TERAMPIL CEGAH STUNTING): EDUKASI 1000 HPK UNTUK MENCEGAH STUNTING

Eva Yuliani<sup>1</sup>, Sastriani<sup>2</sup>, Irna Megawaty<sup>3</sup>, Siti Fatima Azzahra<sup>4</sup>, Firania Dwi Faradillah  
Ma'ga<sup>5</sup>

<sup>1-5</sup>Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sulawesi Barat  
Email: sastriani@unsulbar.ac.id

### ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan masyarakat Indonesia. Masih banyak ibu yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai terkait gizi seimbang, pola asuh yang tepat, serta praktik kesehatan yang mendukung tumbuh kembang optimal anak. Pengabdian ini bertujuan untuk melihat pengaruh edukasi gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) terhadap pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting di Desa Pamboborang Kabupaten Majene. Program pemberdayaan MANARANG (Mama Terampil Cegah Stunting) dilaksanakan melalui empat tahapan: edukasi 1000 HPK, workshop pembuatan MP-ASI, konseling gizi individual, dan kampanye kesadaran. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu yang signifikan, di mana nilai rata-rata pre-test meningkat dari 6,90 menjadi 7,82 pada post-test, serta terjadi pergeseran kategori pengetahuan dari “kurang” dan “cukup” menuju “baik”. Program ini efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu dalam upaya pencegahan stunting serta berpotensi direplikasi di wilayah lain dengan kondisi serupa.

**Kata Kunci:** Stunting, Edukasi, 1000 HPK, Ibu

### ABSTRACT

*Stunting is a chronic nutritional problem that remains a serious challenge in the development of public health in Indonesia. Many mothers still lack adequate knowledge and skills related to balanced nutrition, appropriate parenting practices, and health behaviors that support optimal child growth and development. This community service activity aimed to examine the effect of nutrition education during the First 1000 Days of Life (HPK) on maternal knowledge regarding stunting prevention in Pamboborang Village, Majene Regency. The MANARANG empowerment program (Skilled Mothers to Prevent Stunting) was implemented through four stages: education on the 1000 HPK, a workshop on preparing complementary feeding (MP-ASI), individual nutrition counseling, and a community awareness campaign. The results showed a significant improvement in maternal knowledge, with the average pre-test score increasing from 6.90 to 7.82 in the post-test, along with a shift in knowledge categories from “poor” and “fair” to “good.” This program proved effective in enhancing mothers’ understanding and skills in*

---

*stunting prevention and has the potential to be replicated in other areas with similar characteristics.*

**Keywords:** *Stunting, Education, 1000 HPK, Mother*

\***Corresponding Author:** Sastriani (email: [sastriani@unsulbar.ac.id](mailto:sastriani@unsulbar.ac.id)), Jl. Masjid, Majene Sulawesi Barat, 91415.

Received 14 October 2025; received in revised form 8 December 2025, accepted 14 January 2026

### **Analisis Situasi**

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan masyarakat Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan anak yang berada di bawah standar usia akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (1). Periode kritis ini dimulai dari masa kehamilan hingga anak berusia 2 tahun, yang menjadi jendela emas untuk mencegah terjadinya stunting. Mengingat peran strategis ibu dalam periode 1000 HPK, pemberdayaan ibu menjadi kunci utama dalam upaya pencegahan stunting (2). Ibu memiliki peran vital mulai dari masa kehamilan, pemberian ASI eksklusif, hingga pemberian makanan pendamping ASI yang berkualitas. Namun, masih banyak ibu yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai terkait gizi seimbang, pola asuh yang tepat, dan praktik kesehatan yang mendukung tumbuh kembang optimal anak (3).

Upaya peningkatan gizi dimulai pada awal kehidupan janin (4). Pentingnya hal tersebut dikarenakan mampu menunjang tumbuh kembang dan perbaikan gizi yang lebih baik. Peningkatan gizi dan kesehatan ibu selama hamil dan menyusui erat kaitannya dengan pendidikan, sikap serta pengetahuan tentang pemenuhan kebutuhan gizi selama hamil dan menyusui. Pengetahuan yang tidak cukup dan praktik yang tidak terlalu tepat adalah salah satu hambatan untuk perbaikan gizi (5). Pemberian edukasi gizi memiliki tujuan untuk mengurangi permasalahan gizi yang bertujuan untuk mengubah pengetahuan, sikap dan perilaku orang tua atau pengasuh terkait dengan gizi bayi. Pendekatan perubahan sikap yang digunakan biasanya terfokus pada orang tua sebagai orang terdekat dalam pemberian gizi, MP-ASI, IMD, Asi hingga 2 tahun, jenis makanan, diet dan minuman yang dianjurkan meningkat (6). Pendidikan ibu yang rendah serta minimnya informasi mengenai gizi selama 1000 HPK berdampak pada kurangnya pengetahuan orangtua dalam memenuhi gizi anak sehingga dibutuhkan peran perawat dalam upaya promotif dengan melakukan promosi kesehatan. Pengabdian ini bertujuan untuk melihat apakah ada pengaruh edukasi gizi 1000 HPK terhadap pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting di wilayah kabupaten majene.

Desa Pamboborang termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Totoli, Kecamatan Banggae kabupaten majene, yang menjadi salah satu fokus penanganan stunting di Kabupaten Majene. Sebuah studi kualitatif pada tahun 2019 mengungkapkan

bahwa sebagian ibu di desa ini memiliki pengetahuan yang terbatas tentang stunting. Saat dilakukan pendataan oleh mahasiswa profesi ners Universitas Sulawesi Barat menyimpulkan bahwa masyarakat desa khususnya ibu memiliki pengetahuan tentang stunting yang masih sangat rendah. Meskipun sebagian besar ibu memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan, pemberian ASI tidak selalu optimal hingga anak berusia 2 tahun. Pemberian makanan pendamping ASI juga seringkali tidak seimbang, kurang mengandung protein yang cukup. Faktor ekonomi, seperti pendapatan keluarga di bawah rata-rata, turut berkontribusi terhadap tingginya angka stunting.

### **Potensi Mitra**

Desa Pamboborang memiliki potensi strategis yang dapat menjadi kekuatan utama dalam pencegahan stunting. Kondisi geografis yang dekat dengan pegunungan memberikan akses terhadap hasil pertanian dan peternakan yang beragam. Sayuran segar, buah-buahan, tanaman pangan, serta produk peternakan seperti telur dan daging dapat menjadi sumber protein hewani berkualitas tinggi, vitamin, mineral, dan serat untuk gizi seimbang keluarga.

Dukungan pemerintah desa yang solid memberikan kekuatan kelembagaan berharga. Komitmen kuat kepala desa dan aparaturnya yang menjadikan pencegahan stunting sebagai fokus utama pembangunan menunjukkan political will nyata, tercermin dalam alokasi anggaran dan program prioritas. Modal sosial berupa budaya gotong royong dan kekeluargaan yang mengakar kuat menciptakan lingkungan kondusif untuk program berbasis komunitas. Tradisi saling membantu memudahkan sosialisasi dan adopsi praktik kesehatan baru. Kelompok-kelompok ibu terorganisir seperti PKK, Posyandu, dan arisan menjadi platform pemberdayaan strategis. Mereka dapat menjadi agen perubahan yang menggerakkan transformasi perilaku kesehatan di tingkat keluarga. Sinergi keempat potensi ini menciptakan ekosistem ideal untuk pencegahan stunting yang berkelanjutan dan efektif.

### **Permasalahan Mitra**

Desa Pamboborang menghadapi tantangan kompleks dalam upaya meningkatkan kesehatan dan gizi masyarakatnya, meskipun memiliki potensi sumber daya yang melimpah. Permasalahan utama yang mengkhawatirkan adalah tingginya angka stunting yang mencapai 24,7% (Hasil pendataan langsung tahun 2025) melampaui target nasional dan menunjukkan perlunya intervensi komprehensif.

Akar permasalahan terletak pada keterbatasan pengetahuan masyarakat, khususnya para ibu, mengenai praktik gizi yang baik. Banyak ibu belum memahami konsep gizi seimbang, pentingnya ASI eksklusif, dan cara memberikan makanan pendamping ASI yang tepat. Ketidapahaman ini berdampak langsung pada kualitas asupan gizi anak selama periode kritis pertumbuhan. Kondisi ini bermula pada praktik pengasuhan yang belum optimal, terutama dalam pemberian makan anak selama 1000 Hari Pertama Kehidupan. Pola asuh yang diterapkan sebagian

---

besar keluarga masih belum memperhatikan frekuensi pemberian makan, variasi menu, dan kualitas nutrisi sesuai tahapan perkembangan anak.

Situasi diperparah oleh terbatasnya akses terhadap informasi kesehatan dan gizi yang akurat serta mudah dipahami. Masyarakat sulit mendapatkan panduan tepat, sehingga cenderung mengikuti praktik tradisional yang belum tentu optimal. Ironisnya, Desa Pamboborang memiliki potensi sumber daya lokal yang belum dimanfaatkan optimal. Berbagai hasil pertanian dan perikanan lokal dapat menjadi basis diversifikasi pangan bergizi, namun kurangnya pengetahuan pengolahan menyebabkan potensi ini tidak terealisasi.

Faktor sosial ekonomi turut memperumit situasi. Kondisi ekonomi terbatas berdampak pada daya beli pangan bergizi. Ketika memilih antara kuantitas dan kualitas dengan anggaran terbatas, keluarga sering memilih makanan yang mengenyangkan namun kurang bergizi, menciptakan lingkaran setan kemiskinan dan malnutrisi. Seluruh permasalahan ini saling terkait dan memerlukan pendekatan holistik berkelanjutan untuk mengatasinya secara komprehensif.

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas maka tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberdayakan ibu-ibu di Desa Pamboborang melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam upaya pencegahan stunting dengan fokus pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan. Program ini bernama pemberdayaan MANARANG (Mama Terampil Cegah Stunting) dirancang untuk mengoptimalkan pemanfaatan potensi sumber daya lokal dalam rangka diversifikasi pangan bergizi, sekaligus memperkuat sistem dukungan komunitas yang berkelanjutan. Melalui pendekatan pemberdayaan yang partisipatif, kegiatan ini diharapkan dapat mengembangkan model intervensi yang tidak hanya efektif dalam menurunkan angka stunting, tetapi juga dapat direplikasi di daerah lain dengan karakteristik serupa. Pada akhirnya, program ini bertujuan untuk menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan di tingkat keluarga dan masyarakat, sehingga dapat berkontribusi nyata terhadap peningkatan kualitas sumber daya manusia dan pembangunan desa yang berkelanjutan. Hal ini juga berkaitan dengan SDG 3 (*Good Health and Well-being*) dimana upaya memastikan kehidupan sehat dan mendorong kesejahteraan untuk semua kalangan usia, khususnya ibu dan anak.

### **Permasalahan dan Solusi**

#### **Permasalah Prioritas**

Desa Pamboborang menghadapi tantangan serius dalam pencegahan stunting akibat keterbatasan pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Permasalahan utama yang teridentifikasi meliputi rendahnya pemahaman ibu tentang periode kritis kehamilan hingga anak berusia 2 tahun, praktik pemberian ASI dan MPASI yang belum optimal, serta kondisi sanitasi lingkungan yang masih perlu perbaikan.

1. Permasalahn prioritas pertama yaitu minimnya pengetahuan ibu tentang konsep 1000 HPK dan dampaknya terhadap pertumbuhan anak. Sub

permasalahan mencakup kurangnya informasi tentang nutrisi seimbang selama kehamilan, ketidaktahuan akan pentingnya ASI eksklusif, dan minimnya pemahaman tentang timing pemberian MPASI. Untuk mengatasi hal ini, kegiatan pengabdian akan fokus pada aspek edukasi melalui penyuluhan interaktif dan aspek pendampingan melalui konseling gizi individual.

2. Permasalahan prioritas kedua berkaitan dengan praktik pemberian makan yang tidak tepat. Ibu-ibu di Desa Pamboborang masih mengalami kesulitan dalam menyusun menu MPASI bergizi, teknik pemberian makan yang responsif, dan variasi makanan sesuai usia anak. Solusi yang ditawarkan meliputi aspek pelatihan praktis pembuatan MPASI dan aspek monitoring pertumbuhan anak secara berkala.
3. Permasalahan prioritas ketiga adalah faktor lingkungan yang kurang mendukung pencegahan stunting, termasuk sanitasi yang belum optimal dan kebiasaan cuci tangan yang perlu diperbaiki. Melalui aspek advokasi kebersihan lingkungan dan aspek pemberdayaan masyarakat dalam membuat fasilitas sanitasi sederhana, masalah ini dapat diatasi.

### **Solusi Yang Ditawarkan**

Program "Pemberdayaan Manarang (Mama Terampil Cegah stunting)" dirancang sebagai solusi komprehensif melalui serangkaian kegiatan yang efektif. Edukasi 1000 HPK akan memberikan pemahaman dasar kepada para ibu, dilanjutkan dengan praktik pembuatan MPASI untuk meningkatkan keterampilan konkret. Penyuluhan dan konseling gizi akan memberikan solusi spesifik sesuai kebutuhan individual, sementara kampanye kesadaran stunting akan memperluas jangkauan informasi ke seluruh komunitas desa.

Kegiatan ini diharapkan dapat menciptakan "Mama Terampil" yang mampu mencegah stunting melalui penerapan pengetahuan 1000 HPK secara praktis. Dengan pendekatan yang holistik dan partisipatif, program ini akan memberikan dampak signifikan dalam upaya pencegahan stunting di Desa Pamboborang, sekaligus memberdayakan perempuan sebagai agen perubahan dalam keluarga dan masyarakat.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu terkait gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) melalui program pemberdayaan MANARANG (Mama Terampil Cegah Stunting), sehingga ibu mampu menerapkan praktik gizi dan pengasuhan yang tepat sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Pamboborang.

### **Metode Pelaksanaan**

Program "Pemberdayaan Manarang" dirancang dengan pendekatan sistematis dan partisipatif untuk mencapai tujuan pemberdayaan ibu dalam pencegahan stunting. Metode pelaksanaan program ini terbagi dalam tiga tahap utama yang saling berkaitan dan mendukung tercapainya hasil yang optimal.

### **Tahapan Pelaksanaan Program**

Tahap persiapan berlangsung selama dua minggu pertama dengan fokus pada koordinasi dan persiapan teknis. Kegiatan dimulai dengan koordinasi intensif bersama pemerintah Desa Pamboborong dan tokoh masyarakat untuk memastikan dukungan penuh terhadap program. Identifikasi dan rekrutmen peserta dilakukan secara selektif dengan menargetkan ibu hamil, ibu menyusui, dan ibu yang memiliki balita sebagai sasaran utama. Tim pelaksana menyusun materi edukasi yang disesuaikan dengan kondisi lokal dan kebutuhan spesifik masyarakat desa. Persiapan sarana prasarana meliputi penyediaan alat peraga, bahan praktik MPASI, dan media edukasi yang menarik. Sosialisasi program dilakukan melalui RT/RW dan kader kesehatan untuk memastikan partisipasi optimal dari masyarakat.

Tahap pelaksanaan berlangsung selama empat hari dengan aktivitas yang beragam namun saling terkait. Hari pertama diawali dengan seminar edukasi 1000 HPK yang memberikan pemahaman komprehensif tentang konsep dasar periode kritis pertumbuhan anak. Peserta diperkenalkan dengan pentingnya nutrisi seimbang untuk ibu hamil dan menyusui, serta manfaat ASI eksklusif dengan teknik menyusui yang benar. Metode pembelajaran menggunakan pendekatan interaktif dengan diskusi kelompok dan sesi tanya jawab untuk memastikan pemahaman yang mendalam.



Gambar 1  
Tahap 1. Seminar Edukasi

Hari kedua fokus pada workshop praktik MPASI yang memberikan keterampilan konkret kepada peserta. Demonstrasi pembuatan MPASI bergizi seimbang dilakukan dengan menggunakan bahan-bahan lokal yang mudah diperoleh.

Peserta terlibat langsung dalam praktik pembuatan menu MPASI sesuai dengan tahapan usia anak, mulai dari 6 bulan hingga 24 bulan. Pelatihan teknik pemberian makan responsif diajarkan untuk memastikan anak mendapatkan nutrisi optimal sesuai dengan kebutuhannya. Evaluasi hasil praktik dilakukan secara langsung dengan feedback konstruktif untuk perbaikan keterampilan.



Gambar 2  
Tahap 2. Praktik Pengolahan MP-ASI

Hari ketiga menghadirkan pendekatan yang lebih personal melalui penyuluhan dan konseling gizi individual. Setiap peserta mendapatkan konseling yang disesuaikan dengan kondisi spesifik keluarganya, termasuk status gizi anak dan kemampuan ekonomi. Penyusunan rencana menu harian dilakukan bersama-sama untuk memastikan implementasi yang realistis. Edukasi tentang sanitasi dan

kebersihan lingkungan diberikan sebagai faktor pendukung pencegahan stunting. Pembentukan kelompok "Mama Terampil" di tingkat RT dilakukan untuk memastikan dukungan berkelanjutan antar peserta.



Gambar 3  
Tahap 3. Konseling Individual

Hari keempat merupakan puncak kegiatan dengan kampanye awareness dan penutupan program. Peserta bersama tim pelaksana melakukan kampanye door-to-door untuk menyebarkan informasi pencegahan stunting kepada masyarakat yang lebih luas. Pembagian leaflet dan media edukasi dilakukan untuk memastikan informasi dapat diakses secara berkelanjutan. Evaluasi program dilakukan melalui pengisian kuesioner dan diskusi kelompok untuk mengukur pencapaian tujuan. Komitmen peserta untuk menerapkan ilmu yang diperoleh dinyatakan secara formal sebagai bentuk akuntabilitas program.



---

#### Gambar 4

Tahap 4. Kampanye awarness sekaligus pembentukan Kelompok “Mama Terampil” Tahap evaluasi dan tindak lanjut berlangsung selama dua minggu terakhir dengan fokus pada analisis hasil dan perencanaan keberlanjutan. Analisis komprehensif terhadap hasil evaluasi program dilakukan untuk mengidentifikasi capaian dan area perbaikan. Penyusunan laporan kegiatan dilakukan secara detail sebagai bentuk pertanggungjawaban dan pembelajaran. Rencana monitoring dan evaluasi lanjutan disusun untuk memastikan dampak program dapat diukur dalam jangka panjang. Koordinasi dengan pihak desa dilakukan untuk memastikan dukungan berkelanjutan terhadap program pencegahan stunting.

#### Partisipasi Mitra dalam Program

Partisipasi mitra menjadi kunci keberhasilan program melalui keterlibatan aktif berbagai stakeholder. Pemerintah Desa Pamboborang berperan sebagai fasilitator utama dengan menyediakan lokasi dan fasilitas kegiatan seperti balai desa dan sound system. Mobilisasi peserta difasilitasi melalui perangkat desa yang memiliki akses langsung kepada masyarakat. Dukungan kebijakan diberikan untuk memastikan keberlanjutan program setelah kegiatan selesai. Data demografi ibu hamil, menyusui, dan balita disediakan untuk memastikan ketepatan sasaran program.

Kader kesehatan desa berperan sebagai jembatan antara tim pelaksana dengan masyarakat. Mereka membantu identifikasi dan rekrutmen peserta berdasarkan pengetahuan mendalam tentang kondisi lokal. Peran sebagai co-fasilitator dalam kegiatan edukasi memberikan legitimasi dan kepercayaan dari masyarakat. Komitmen untuk melanjutkan pendampingan pasca program menjadi jaminan keberlanjutan dampak positif.

Posyandu dan Puskesmas setempat memberikan dukungan teknis yang sangat berharga melalui penyediaan data stunting dan status gizi anak di wilayah tersebut. Dukungan teknis terkait pengukuran antropometri memastikan akurasi data yang digunakan dalam program. Komitmen untuk monitoring lanjutan pertumbuhan anak memberikan jaminan kontinuitas layanan kesehatan. Sistem rujukan untuk kasus gizi buruk yang ditemukan memastikan penanganan yang tepat dan cepat.

Tokoh masyarakat dan organisasi perempuan memberikan dukungan moral dan legitimasi sosial program. Partisipasi aktif ibu-ibu difasilitasi melalui pengaruh positif para tokoh ini. Peran dalam sosialisasi dan kampanye awareness memperluas jangkauan program. Dukungan terhadap pembentukan kelompok "Mama Terampil" memastikan sustainability program.

#### Gambaran Teknologi dan Inovasi

Program "Pemberdayaan Manarang" mengimplementasikan inovasi teknologi pembelajaran melalui pengembangan modul cetak dan *softfile* yang dirancang khusus untuk mendukung edukasi 1000 HPK dalam pencegahan stunting. Pendekatan hybrid ini dipilih untuk memastikan aksesibilitas maksimal bagi ibu-

ibu di Desa Pamboborang, mengakomodasi berbagai tingkat kemampuan teknologi dan kondisi infrastruktur yang beragam. Modul *softfile* yang dimaksud adalah file modul yang dibagikan dalam bentuk *barcode*. Hal ini dimaksudkan agar ketika ibu lebih suka membaca dari gadget modulnya tersedia setiap saat.

Modul cetak dirancang sebagai pendamping yang komplementer dengan ukuran A5 (14.8 x 21 cm) untuk kemudahan dibawa dan disimpan. Terdiri dari 80 halaman dengan kertas art paper 150gsm yang tahan lama dan anti air. Layout menggunakan design yang menarik dengan ilustrasi berwarna dan infografis yang mudah dipahami. Modul cetak terbagi dalam format buku saku yang berisi ringkasan materi penting, checklist harian untuk ibu hamil dan menyusui, *growth chart* untuk monitoring pertumbuhan anak, serta panduan praktis pembuatan MPASI dengan gambar *step-by-step*.

Keunggulan modul cetak terletak pada akses yang tidak terbatas tanpa memerlukan listrik atau sinyal internet, sangat sesuai untuk kondisi geografis Desa Pamboborang. Setiap modul dilengkapi dengan *QR code* yang menghubungkan ke konten online untuk pengalaman pembelajaran yang terintegrasi. Tabel konversi ukuran dan takaran menggunakan alat masak tradisional memudahkan implementasi resep MPASI. Kalender kegiatan harian memberikan panduan praktis aktivitas pencegahan stunting yang dapat dilakukan sehari-hari. Kapasitas pemanfaatan teknologi ini dirancang untuk melayani 50 ibu di Desa Pamboborang dengan rasio 1:2 antara modul online dan cetak. Setiap ibu mendapatkan akses ke modul online dan satu modul cetak sebagai referensi personal.

Sustainability program dijamin melalui pelatihan kader lokal yang mampu memberikan petunjuk penggunaan modul kepada ibu-ibu baru. Modul online dilengkapi dengan sistem analytics untuk monitoring engagement dan efektivitas pembelajaran, sementara modul cetak memiliki durability hingga 3-5 tahun dengan maintenance minimal. Integrasi kedua format modul menciptakan ekosistem pembelajaran berkelanjutan untuk mendukung tujuan program "Pemberdayaan Manarang" dalam mencetak "Mama Terampil" yang mampu mencegah stunting secara mandiri dan berkelanjutan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Pemberdayaan Manarang (Mama Terampil Cegah Stunting): Edukasi 1000 HPK Untuk mencegah Stunting di Desa Pamboborang diawali dengan perizinan pelaksanaan kegiatan PKM di Desa Pamboborang pada tanggal 12 s/d 15 juni 2025. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 35 orang yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui dan ibu yang memiliki balita. Pelaksanaan kegiatan terbagi menjadi empat tahap yaitu tahap satu tentang edukasi 1000 HPK, tahap dua tentang workshop praktik pengolahan MP-ASI, tahap tiga tentang konseling gizi individual dan tahap empat kampanye awarness sekaligus pembentukan kelompok Mama Terampil.

Adapun hasil dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat tentang Edukasi 1000 HPK dalam Pencegahan Stunting yaitu:

Tabel. Tingkat Pengetahuan Ibu Sebelum dan Setelah Diberikan Edukasi 1000 HPK

Tingkat Pengetahuan	Pre-Test	Post-Test
Baik	9	21
Cukup	10	10
Kurang	16	4
<b>Total</b>	<b>35</b>	<b>35</b>

Berdasarkan tabel diatas, terdapat 22 orang ibu yang mengalami peningkatan pengetahuan, terdapat 4 ibu yang tetap kategorinya dicukup, dan 9 orang ibu yang pengetahuannya tetap berada dikategori baik, dan tidak ada ibu yang mengalami penurunan kategori pengetahuan.

Tabel. Nilai Rerata *Pre-Test* dan *Post-Test*

Tingkat Pengetahuan	Mean	SE	SD
<i>Pre-Test</i>	6,90	0,311	1.517
<i>Post-Test</i>	7,82	0,546	2,422

Berdasarkan tabel diatas, nilai rerata pre-test pengetahuan ibu terkait 1000 HPK dalam pencegahan stunting adalah 6,90, setelah dilakukan edukasi nilai rerata post-test mengalami peningkatan menjadi 7,82.

Berdasarkan hal tersebut, terjadi peningkatan pengetahuan ibu tentang 1000 HPK dalam pencegahan stunting. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (2) yang menyimpulkan bahwa semakin baik pengetahuan ibu maka akan semakin berkurang resiko terjadinya stunting pada anak. Pengetahuan ini akan mempengaruhi sikap dan praktik ibu dalam memilih makanan untuk anaknya.

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) “Pemberdayaan Manarang (Mama Terampil Cegah Stunting)” di Desa Pamboborang menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dalam pencegahan stunting. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan rata-rata nilai pengetahuan dari 6,90 menjadi 7,82, serta pergeseran kategori pengetahuan dari “kurang” dan “cukup” menjadi “baik” pada sebagian besar peserta. Hal ini mengindikasikan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam memperbaiki pemahaman ibu tentang gizi seimbang, ASI eksklusif, MP-ASI, serta perilaku pendukung lainnya.

Efektivitas kegiatan ini dapat dijelaskan melalui pendekatan partisipatif dan multimodal yang digunakan. Materi edukasi tidak hanya disampaikan dalam bentuk ceramah, tetapi juga melalui workshop praktik pembuatan MP-ASI, konseling gizi individual, dan kampanye door-to-door. Pendekatan seperti ini terbukti lebih efektif dibanding metode ceramah tunggal karena memadukan pembelajaran kognitif, psikomotor, dan afektif secara simultan (6). Penggunaan media visual seperti leaflet, video, dan modul cetak turut membantu memperkuat daya ingat peserta dan meningkatkan minat belajar (2).

Hasil yang diperoleh sejalan dengan penelitian Marni & Ratnasari (3) yang menyatakan bahwa pengetahuan yang baik mengenai 1000 HPK akan berdampak pada pola asuh makan yang tepat, sehingga menurunkan risiko stunting. Pengetahuan ini memengaruhi cara ibu dalam menentukan frekuensi, jenis, dan kualitas makanan yang diberikan kepada anak (5). Penerapan prinsip gizi seimbang selama kehamilan, menyusui, dan pemberian MP-ASI yang sesuai usia berkontribusi pada pencegahan gangguan pertumbuhan linear pada anak (7).

Dari sisi pemberdayaan, pembentukan kelompok “Mama Terampil” memberi dampak sosial yang signifikan. Model ini menciptakan jejaring dukungan sebaya (*peer support group*) yang dapat memastikan keberlanjutan program. Penelitian (8) menunjukkan bahwa keberadaan kelompok ibu di tingkat komunitas berperan dalam mempertahankan perubahan perilaku melalui peningkatan motivasi, rasa percaya diri, dan dukungan sosial. Jika dibandingkan dengan penelitian di daerah lain, temuan ini konsisten. (4) Kabupaten Sidoarjo melaporkan bahwa intervensi kelas ibu hamil yang memadukan edukasi gizi dan praktik MP-ASI meningkatkan pengetahuan hingga 80%. Di Kabupaten Lombok Timur, (9) juga menemukan bahwa penyuluhan gizi berbasis pangan lokal memperbaiki pola pemberian makan anak. Pemanfaatan bahan pangan lokal seperti sayur, buah, telur dan ikan, sebagaimana dilakukan di Desa Pamboborang, terbukti meningkatkan keterampilan sekaligus kemandirian pangan keluarga.

Secara global, (10) menekankan bahwa intervensi gizi pada 1000 HPK yang mengombinasikan edukasi, konseling personal, dan pemanfaatan sumber daya lokal dapat menurunkan prevalensi stunting hingga 20% dalam lima tahun. Model pemberdayaan seperti “Mama Terampil” sejalan dengan pendekatan *peer educator* di negara-negara Asia Selatan, yang terbukti efektif dalam mempertahankan perilaku sehat jangka panjang.

Selain itu, keberhasilan program ini diperkuat oleh keterlibatan multi-stakeholder, mulai dari pemerintah desa, kader kesehatan, hingga Posyandu. Hal ini sesuai dengan temuan (11) yang menyatakan bahwa intervensi multisektor dengan dukungan pemerintah lokal memiliki peluang keberhasilan lebih tinggi dibanding program tunggal. Integrasi program ini dalam rencana pembangunan desa dan alokasi dana desa menjadi strategi penting untuk memastikan keberlanjutan.

Dengan demikian, keberhasilan program “Pemberdayaan Manarang” dapat dijelaskan melalui tiga aspek yaitu peningkatan kapasitas individu melalui edukasi

teori dan praktik berbasis pangan local, penguatan dukungan sosial melalui kelompok ibu sebagai agen perubahan, dan Integrasi kelembagaan dengan dukungan kebijakan dan pendanaan desa.

Kombinasi ketiga aspek tersebut mendorong perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku yang berkelanjutan pada tingkat keluarga dan komunitas. Model ini tidak hanya relevan bagi Desa Pamboborang, tetapi juga berpotensi direplikasi di wilayah lain untuk mendukung pencapaian target penurunan stunting nasional dan tujuan pembangunan berkelanjutan (SDGs 3).

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Program Pemberdayaan Manarang (Mama Terampil Cegah Stunting) melalui edukasi 1000 HPK di Desa Pamboborang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ibu terkait pencegahan stunting. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan ibu dari 6,90% menjadi 7,82% serta pergeseran kategori pengetahuan ke arah lebih baik. Kegiatan yang meliputi edukasi, workshop pembuatan MP-ASI berbasis pangan lokal, konseling gizi, dan kampanye kesadaran mampu memperkuat pemahaman, keterampilan, serta membentuk kelompok “Mama Terampil” sebagai agen perubahan di tingkat keluarga dan komunitas. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif, multimodal, dan berbasis potensi lokal dapat menjadi model intervensi berkelanjutan dalam menurunkan angka stunting.

### **Saran**

1. Program Mama Terampil perlu dikembangkan lebih lanjut dengan dukungan pemerintah desa dan lembaga kesehatan agar dapat diintegrasikan dalam program pembangunan desa.
2. Monitoring dan evaluasi berkala sangat penting untuk memastikan praktik pemberian ASI, MP-ASI, serta perilaku kesehatan keluarga tetap konsisten.
3. Diharapkan kelompok “Mama Terampil” menjadi wadah peer support yang terus aktif melakukan edukasi dan pendampingan kepada ibu-ibu lainnya.
4. Model intervensi ini dapat direplikasi di desa lain dengan menyesuaikan potensi lokal, sehingga kontribusinya terhadap pencapaian target nasional penurunan stunting semakin luas.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Pemerintah Desa Pamboborang, Puskesmas Totoli, kader kesehatan, Posyandu, serta seluruh peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Universitas Sulawesi Barat atas dukungan akademik dan fasilitasi pelaksanaan program. Tidak lupa, apresiasi diberikan kepada mahasiswa yang telah membantu secara langsung dalam seluruh tahapan kegiatan, sehingga program Pemberdayaan Manarang dapat berjalan dengan baik.

---

**DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Sulaningsi, K., & Fajar, N. A. (2023). Analisis stunting pada 1000 hari pertama kehidupan dalam aspek sosial budaya: Systematic review. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 35–46.
- [2] Yuliani, E., Sastriani, S., Irfan, I., & Rahmatia, R. (2023). Pengaruh edukasi gizi 1000 HPK terhadap pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting di wilayah Kabupaten Majene. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 491–498.
- [3] Marni, M., & Ratnasari, N. Y. (2021). Penyuluhan pencegahan risiko stunting 1000 hari pertama kehidupan pada generasi muda. *Indonesian Journal of Community Service*, 3(2), 116.
- [4] Nasir, M., Amalia, R., & Zahra, F. (2021). Kelas ibu hamil dalam rangka pencegahan stunting. *JPPNu (Jurnal Pengabdian dan Pemberdaya Nusantara)*, 3(2), 40–45.
- [5] Sari, H. P., Natalia, I., Sulistyaning, A. R., & Farida, F. (2022). Hubungan keragaman asupan protein hewani, pola asuh makan, dan higiene sanitasi rumah dengan kejadian stunting. *Jurnal Nutrition College*, 11(1), 18–25.
- [6] Naulia, R. P., Hendrawati, H., & Saudi, L. (2022). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam pemenuhan nutrisi balita stunting. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- [7] Anggraeni, M. D., & Saryono. (2010). *Metodologi penelitian kualitatif dalam bidang kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [8] World Health Organization. (2023). *Nurturing care for early childhood development: A framework for helping children survive and thrive to transform health and human potential*. Geneva: WHO.
- [9] Titaley, C. R., Ariawan, I., Hapsari, D., Muasyaroh, A., & Dibley, M. J. (2020). An interpersonal nutrition campaign and maternal knowledge and childhood feeding practices: A case study from mothers in rural Indonesia. *Archives of Public Health*, 78(1), 50. <https://doi.org/10.1186/s13690-020-00444-9>
- [10] Putri, Y. R., Yunita, D., & Khairunnisa, N. (2022). Edukasi pemberian MPASI sehat bergizi bahan lokal sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Kalisari. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwa Jurai*, 2(3), 129–136.
- [11] Bhutta, Z. A., Das, J. K., Rizvi, A., Gaffey, M. F., Walker, N., Horton, S., ... Black, R. E. (2013). *Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: What can be done and at what cost?* *The Lancet*, 382(9890), 452–477. DOI: 10.1016/S0140-6736(13)60996-4
- [12] Mehta, R. V., Ghosh, S., Sarkar, A., Ojha, S., Singh, M., Bandyopadhyay, R., ... Reddy, K. R. N. (2021). Risk of dietary and breastmilk exposure to mycotoxins among lactating women and infants in rural Bangladesh. *Maternal & Child Nutrition*, 17(2), e13100. <https://doi.org/10.1111/mcn.13100>

