



Pendampingan Ibu Hamil melalui Media Edukasi untuk Pencegahan Stunting di Galesong Takalar

Nurfaidah^{1*},Guruh Amir Putra², Hadijah Alimuddin³, Nur Alam⁴, Hezron Alhim Dos Santos⁵,
Sugirah Nour Rahman⁶, Irene Ekklesia⁷, Adriani Hasyim⁸, Muthmainnah⁹.

^{1,2,3,4,5,6} Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Indonesia.

⁷ Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung, Indonesia

⁸ Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, Indonesia

⁹ Program Studi Kehutanan, Fakultas Pertanian, Universitas Muhammadiyah Makassar, Indonesia

*Correspondence Email : nur.faidah@unm.ac.id

ARTICLE INFO

Article History:

Received : March 10, 2026

Reviewed : March 10, 2026

Revised : March 12, 2026

Accepted : April 4, 2026

Available online : April 6, 2026

Keywords:

Maternal nutrition; educational media; stunting

Abstract

Stunting remains a major public health problem in Indonesia and continues to pose significant challenges to child growth and development. In Galesong District, Takalar Regency, the prevalence of stunting reached 28% in 2024, indicating the urgent need for preventive efforts starting from pregnancy. Maternal nutrition and health during pregnancy play a crucial role in fetal growth and significantly influence the risk of stunting in children. Therefore, effective and accessible educational interventions for pregnant women are essential to improve their understanding of balanced nutrition and maternal health. This community service program aimed to enhance pregnant women's knowledge of balanced nutrition and maternal health practices as a strategy to prevent stunting. The activity involved 25 pregnant women in Kampung Beru Village, Galesong District. The intervention consisted of health education using educational media such as videos, leaflets, and posters, combined with interactive discussions. Participants' knowledge was evaluated using a pre-test administered before the intervention and a post-test conducted after the activity. The results showed a significant improvement in participants' knowledge, with the average score increasing from 60.2 in the pre-test to 84.5 in the post-test, representing a 24.3% increase. Additionally, participants demonstrated positive changes in attitudes toward healthy dietary planning and increased awareness of maintaining maternal health during pregnancy. In conclusion, the use of simple yet informative educational media combined with interactive education effectively improves pregnant women's knowledge and capacity to prevent stunting.

Abstrak

INFO ARTIKEL

Proses Artikel:

Submit : 10 Maret 2026

Review : 10 Maret 2026

Revisi : 12 Maret 2026

Diterima : 4 April 2026

Terbit Online : 6 April 2026

Kata Kunci:

gizi ibu hamil; media

Edukasi; stunting

Stunting masih menjadi sebuah permasalahan kesehatan yang cukup tinggi di Indonesia, termasuk di Kecamatan Galesong Takalar, dengan prevalensi mencapai 28% pada tahun 2024. Kondisi ini menunjukkan pentingnya upaya pencegahan sejak masa kehamilan, gizi dan kesehatan ibu hamil sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan janin serta risiko stunting pada anak. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukasi yang mudah dipahami dan dapat menjangkau langsung masyarakat, khususnya ibu hamil. Kegiatan ini mempunyai tujuan yaitu guna menaikkan tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang dan kesehatan kehamilan sebagai strategi pencegahan stunting. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan berbasis media video, leaflet, dan poster, serta penguatan melalui diskusi secara interaktif. Evaluasi dilaksanakan dengan memberikan pretest sebelum kegiatan serta posttest setelah kegiatan guna mengetahui pemahaman dari peserta. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil, dengan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 60,2 pada pretest menjadi 84,5 pada posttest, atau mengalami peningkatan sebesar 24,3% setelah diberikan edukasi. Selain itu, peserta juga menunjukkan perubahan sikap dalam perencanaan pola makan harian dan kepedulian terhadap kesehatan selama kehamilan. Dapat disimpulkan bahwa media edukasi sederhana namun informatif terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas ibu hamil untuk mencegah stunting.

1. PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan terhambatnya pertumbuhan anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak masa kehamilan hingga awal kehidupan anak. Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, kemampuan belajar, produktivitas kerja di masa depan, serta meningkatkan risiko penyakit degeneratif pada usia dewasa (Suryanto, H., & Widyastuti, 2019). Oleh karena itu, pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif sejak masa kehamilan melalui upaya peningkatan status gizi dan kesehatan ibu. Di Kecamatan Galesong, Kabupaten Takalar, prevalensi stunting mencapai 28% pada tahun 2024, yang berarti hampir tiga dari sepuluh balita mengalami hambatan pertumbuhan (Dinas Kesehatan Kabupaten Takalar, 2024). Angka tersebut masih melampaui batas yang direkomendasikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia atau World Health Organization (World Health Organization, 2020), sehingga menunjukkan bahwa stunting masih menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius. Kondisi ini juga diperparah oleh rendahnya pemanfaatan layanan kesehatan oleh ibu hamil, di mana hanya sekitar 55% ibu hamil yang rutin memanfaatkan layanan puskesmas atau posyandu. Selain itu, sekitar 30% ibu hamil mengalami kekurangan gizi yang berpotensi meningkatkan risiko kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah.

Berbagai faktor turut berkontribusi terhadap tingginya risiko stunting di wilayah tersebut, di antaranya keterbatasan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang selama kehamilan, masih adanya mitos atau pantangan makanan yang keliru, serta rendahnya dukungan keluarga terutama dari suami dalam menjaga kesehatan ibu hamil (Prasetyani, E., & Widodo, 2020). Selain faktor tersebut, keterbatasan akses informasi kesehatan yang mudah dipahami juga menjadi kendala dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pentingnya pemenuhan gizi selama masa kehamilan. Upaya yang telah dilakukan oleh mitra melalui kegiatan penyuluhan di posyandu sebenarnya telah memberikan kontribusi dalam meningkatkan kesadaran masyarakat. Namun demikian, pelaksanaan kegiatan tersebut masih menghadapi berbagai keterbatasan, seperti keterbatasan tenaga kesehatan, waktu penyuluhan yang singkat, serta penggunaan media edukasi yang masih terbatas dan kurang menarik bagi peserta (Dewi, S. M., & Susanti,

2020). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara program edukasi yang telah dilakukan dengan peningkatan pemahaman ibu hamil terkait pencegahan stunting.

Beberapa studi menunjukkan bahwa penggunaan media edukasi sederhana seperti video, leaflet, dan poster dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi kesehatan karena materi dapat disampaikan secara lebih menarik, visual, dan mudah dipahami oleh masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh (Naimah, A., & Andini, 2023) menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis media visual mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting secara signifikan. Demikian pula penelitian (Ayu, D. P., & Handayani, 2023) yang menyatakan bahwa kombinasi media edukasi dengan diskusi interaktif dapat memperkuat pemahaman peserta serta meningkatkan partisipasi aktif dalam kegiatan penyuluhan kesehatan.

Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan inovasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang tidak hanya berfokus pada penyampaian informasi, tetapi juga menekankan pada pendekatan pendampingan berbasis media edukasi yang menarik dan mudah dipahami. Melalui pendekatan ini diharapkan ibu hamil dapat memperoleh pengetahuan yang lebih baik mengenai gizi seimbang, kesehatan kehamilan, serta praktik perawatan diri selama kehamilan sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini (Adawiyah, R., & Rahayu, 2022). Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil mengenai gizi seimbang dan praktik kesehatan selama kehamilan sebagai langkah strategis dalam mendukung pencegahan stunting.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Kampung Beru, Kecamatan Galesong, Kabupaten Takalar, Sulawesi Selatan. Pemilihan lokasi didasarkan pada tingginya prevalensi stunting di wilayah tersebut serta adanya dukungan dari pemerintah desa dan kader posyandu setempat untuk pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan bagi ibu hamil. Sasaran kegiatan adalah 25 ibu hamil yang berasal dari empat dusun di Desa Kampung Beru. Peserta dipilih berdasarkan rekomendasi kader posyandu dengan mempertimbangkan keaktifan dalam kegiatan posyandu serta kesediaan untuk mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan pendidikan kesehatan dan pendampingan kepada ibu hamil yang dilaksanakan melalui beberapa tahapan kegiatan.

Tahap pertama adalah persiapan, yang meliputi koordinasi dengan pemerintah desa, tenaga kesehatan, dan kader posyandu terkait pelaksanaan kegiatan, penentuan jadwal, serta persiapan materi edukasi dan instrumen evaluasi. Pada tahap ini juga dilakukan penyusunan media edukasi berupa slide presentasi, video edukasi, leaflet, dan poster yang berisi informasi mengenai gizi seimbang pada masa kehamilan, pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin, peran keluarga dalam mendukung kesehatan ibu hamil, serta dampak stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Tahap kedua adalah pelaksanaan kegiatan edukasi. Kegiatan diawali dengan pemberian pre-test kepada seluruh peserta untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu hamil mengenai gizi selama kehamilan, pentingnya pemeriksaan kehamilan, serta upaya pencegahan stunting. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi edukasi melalui metode ceramah interaktif yang didukung dengan penggunaan media presentasi, video edukasi, serta pembagian leaflet sebagai bahan bacaan bagi peserta. Selama kegiatan berlangsung, peserta diberikan kesempatan untuk berdiskusi dan mengajukan pertanyaan terkait pengalaman maupun permasalahan yang dihadapi selama masa kehamilan. Pendekatan diskusi interaktif ini bertujuan untuk meningkatkan partisipasi aktif peserta serta memperkuat pemahaman terhadap materi yang disampaikan.

Tahap ketiga adalah evaluasi kegiatan. Evaluasi dilakukan dengan memberikan post-test kepada peserta dua minggu setelah pelaksanaan edukasi untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan setelah mengikuti kegiatan. Instrumen evaluasi yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan yang terdiri dari beberapa pertanyaan terkait gizi ibu hamil, risiko kekurangan gizi pada janin, serta praktik kesehatan selama kehamilan. Skor pengetahuan dihitung berdasarkan jumlah jawaban benar yang diberikan oleh peserta, kemudian dibandingkan antara nilai pre-test dan post-test untuk melihat peningkatan tingkat pengetahuan. Untuk memastikan keandalan hasil evaluasi, kuesioner yang digunakan dalam kegiatan ini disusun berdasarkan literatur terkait gizi ibu hamil dan pencegahan stunting, kemudian dikonsultasikan kepada ahli

di bidang gizi masyarakat untuk memperoleh validasi isi (*content validity*). Selain itu, instrumen juga diuji coba secara terbatas kepada beberapa ibu hamil di luar peserta kegiatan untuk memastikan bahwa setiap pertanyaan dapat dipahami dengan baik oleh responden. Data hasil pre-test dan post-test selanjutnya dianalisis secara deskriptif untuk melihat perubahan skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi.

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di rumah salah satu kader posyandu yang memiliki ruang pertemuan yang cukup untuk menampung seluruh peserta. Pelaksanaan kegiatan juga didukung oleh perangkat desa, kader kesehatan, serta tenaga kesehatan setempat yang turut membantu dalam proses pendampingan ibu hamil selama kegiatan berlangsung.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan diikuti oleh 25 ibu hamil dengan antusiasme tinggi. Hasil pretest menunjukkan mayoritas peserta masih memiliki pengetahuan terbatas mengenai gizi kehamilan dan pencegahan stunting. Setelah intervensi, hasil posttest memperlihatkan terdapatnya peningkatan secara signifikan dari pemahaman. Peserta mampu menjelaskan kembali pentingnya gizi seimbang, risiko kekurangan gizi terhadap janin, serta manfaat pemeriksaan kehamilan rutin. Jumlah peserta dengan pemahaman tinggi meningkat, sementara peserta dengan pengetahuan rendah menurun drastis. Edukasi yang diberikan melalui kombinasi media visual dan cetak terbukti membantu memperjelas materi. Video edukasi memudahkan pemahaman konsep abstrak, sedangkan leaflet dan poster memberikan sumber informasi berulang yang bisa diakses di rumah. Diskusi interaktif juga berperan penting dalam menumbuhkan kesadaran dan motivasi peserta untuk mengubah pola makan dan perilaku kesehatan.



Gambar 1. Pengisian *Pre test*



Gambar 2. Pemaparan Materi Edukasi

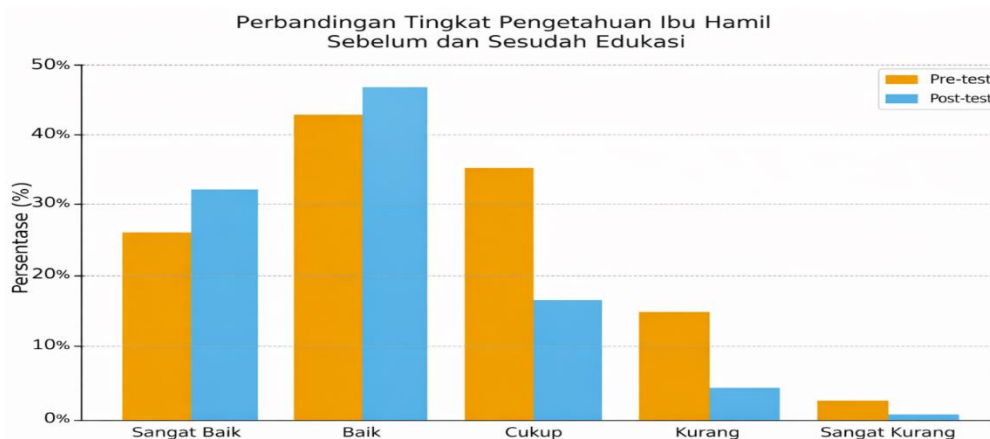


Gambar 3. Pembagian Media Leaflet



Gambar 4. Pemutaran Video Edukasi

Hasil ini sejalan dengan penelitian (Lestari, D., & Sefrina, 2024) yang menemukan efektivitas media video dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil, serta yang melaporkan peningkatan signifikan melalui leaflet. Program ini juga memperkuat kapasitas kader posyandu sebagai fasilitator edukasi. Potensi keberlanjutan program cukup tinggi karena media edukasi dapat digunakan kembali, dan keterlibatan pemerintah desa serta kader posyandu membuka peluang untuk replikasi di wilayah lain (Yuliana, M., & Andalas, 2025). Kegiatan ini berkontribusi dalam membangun kesadaran kolektif bahwa pencegahan stunting harus dimulai sejak masa kehamilan dengan pendekatan edukatif berbasis komunitas (Fitriani, L., & Sari, 2021).



Gambar 5 : Grafik Perbandingan Hasil *pretest* serta *posttest*

Gambar 5 tersebut memperlihatkan terdapatnya perubahan signifikan tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum serta sesudah intervensi edukasi. Pada saat pre-test, mayoritas peserta berada pada kategori “Baik” (44%) dan “Cukup” (36%), sementara tidak ada peserta yang masuk kategori “Sangat Baik”. Masih ditemukan peserta dengan pengetahuan “Kurang” (16%) dan “Sangat Kurang” (4%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil belum memiliki pemahaman optimal terkait gizi dan pencegahan stunting.

Setelah edukasi, hasil post-test memperlihatkan pergeseran positif. Persentase peserta pada kategori “Sangat Baik” meningkat menjadi 32%, sementara kategori “Baik” juga mengalami kenaikan menjadi 48%. Sebaliknya, kategori “Cukup” menurun menjadi 16%, “Kurang” menurun menjadi 4%, dan tidak ada lagi peserta pada kategori “Sangat Kurang”. Hal ini mengindikasikan bahwa edukasi menggunakan media video, leaflet, dan poster berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil secara signifikan.



Gambar 6. Pengisian *Post test*

Perubahan distribusi tingkat pengetahuan ini juga memperlihatkan bahwa penggunaan media sederhana namun informatif mampu memperbaiki pemahaman sekaligus menurunkan jumlah ibu hamil dengan tingkat pengetahuan rendah (Nugroho, 2018). Selain itu, sesi diskusi interaktif turut memperkuat pemahaman peserta melalui proses berbagi pengalaman dan klarifikasi materi. Dengan demikian, intervensi edukasi terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas ibu hamil untuk mendukung upaya pencegahan stunting sejak masa kehamilan.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan di Desa Kampung Beru, Kecamatan Galesong, dapat disimpulkan bahwa pendampingan ibu hamil melalui media edukasi berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang dan kesehatan selama masa kehamilan sebagai upaya pencegahan stunting. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi dibandingkan dengan sebelum kegiatan dilaksanakan. Pendekatan edukasi yang memanfaatkan media visual seperti video, leaflet, dan poster serta didukung dengan diskusi interaktif terbukti mampu meningkatkan pemahaman peserta secara lebih efektif. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga mendorong peningkatan kesadaran ibu hamil dalam menjaga kesehatan selama kehamilan serta memperhatikan pemenuhan gizi yang cukup bagi pertumbuhan janin.

Sebagai rekomendasi, program edukasi dan pendampingan ibu hamil perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader posyandu, pemerintah desa, serta dukungan keluarga. Penguatan program edukasi berbasis komunitas juga perlu diintegrasikan dengan kegiatan posyandu dan pelayanan kesehatan ibu dan anak sehingga upaya pencegahan stunting dapat dilakukan secara lebih sistematis dan berkelanjutan..

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Republik Indonesia melalui Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi atas dukungan pendanaan dan fasilitasi pelaksanaan program ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Pemerintah Desa serta Tim Penggerak PKK Desa yang telah memberikan dukungan administratif dan berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan di lapangan. Penghargaan setinggi-tingginya disampaikan kepada seluruh ibu hamil yang telah berpartisipasi secara aktif sebagai sasaran program, sehingga kegiatan dan publikasi ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R., & Rahayu, S. (2022). Efektivitas edukasi gizi menggunakan media leaflet terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang stunting. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 115–124.
- Ayu, D. P., & Handayani, R. (2023). Pengaruh penyuluhan gizi melalui media video terhadap peningkatan pemahaman ibu hamil tentang pencegahan stunting. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan*, 12(1), 34–41.
- Dewi, S. M., & Susanti, N. (2020). Peran Keluarga dalam Mendukung Kesehatan Ibu Hamil untuk Mencegah Stunting. *Jurnal Pembangunan Kesehatan*.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Takalar. (2024). *Data Statistik Kesehatan Ibu dan Anak di Kabupaten Takalar*.
- Fitriani, L., & Sari, M. (2021). Faktor determinan kejadian stunting pada balita di Indonesia: Literatur review. *Media Gizi Indonesia*, 16(1), 55–64.
- Lestari, D., & Sefrina, Y. (2024). Media leaflet sebagai sarana edukasi efektif dalam pencegahan stunting pada ibu hamil. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 19(1), 22–31.

- Naimah, A., & Andini, P. (2023). Video edukasi sebagai inovasi pembelajaran gizi seimbang bagi ibu hamil. *Jurnal Pendidikan Kesehatan, 12*(1), 99–108.
- Nugroho, A. (2018). Peran Teknologi dalam Meningkatkan Kualitas Kesehatan Ibu Hamil di Daerah Terpencil. *Jurnal Teknologi Dan Kesehatan*.
- Prasetyani, E., & Widodo, W. (2020). Digitalisasi Penyuluhan Kesehatan untuk Pencegahan Stunting: Studi Kasus di Kabupaten Sleman. *Jurnal Informasi Dan Teknologi Kesehatan*,.
- Suryanto, H., & Widyastuti, D. (2019). Edukasi Gizi untuk Ibu Hamil dan Dampaknya terhadap Pencegahan Stunting. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan Masyarakat*.
- World Health Organization. (2020). *The World Health Report: Health Systems Financing: The Path to Universal Coverage*.
- Yuliana, M., & Andalas, D. (2025). Dampak intervensi edukasi gizi digital terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil di daerah pedesaan. *Jurnal Teknologi Kesehatan, 5*(1), 45–54.