

# Penguatan Kapasitas Perempuan dalam Pencegahan Stunting melalui Edukasi Gizi, Bermain, dan Komunikasi di Kotawaringin Timur

Nurahman<sup>1\*</sup>, Sigit Mulyanto<sup>2</sup>, Dwika Lovitasari Yonia<sup>1</sup>, Dwi Wahyu Prabowo<sup>1</sup>, Lukman Bachtiar<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Darwan Ali, Sampit

<sup>2</sup> Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Darwan Ali, Sampit

[nurahman@unda.ac.id](mailto:nurahman@unda.ac.id)

## Abstract

Stunting remains a serious public health problem in Kotawaringin Timur Regency, with a high prevalence that threatens the quality of future generations. Women play a strategic role in preventing stunting through childcare, nutritional fulfillment, and effective family communication. This Community Service Program (PKM) aimed to enhance women's knowledge and skills in stunting prevention through an integrated educational approach. The implementation methods included interactive lectures, group discussions, simulations, and question-and-answer sessions involving members of the Women's Organization (GOW), IPEMI, health cadres, and the community. The activities focused on four main topics: education on stunting and the importance of the First 1000 Days of Life (HPK), application of balanced nutrition through the "Isi Piringku" guideline, stimulation of child development through play activities, and effective parent-child communication. The results indicated that participants were enthusiastic, actively engaged in discussions, and showed better understanding of their role in preventing stunting within the family context. In conclusion, this PKM activity successfully improved nutrition literacy, awareness of the importance of play stimulation, and effective communication skills, thereby strengthening women's capacity as agents of change in realizing a stunting-free golden generation.

**Keywords:** stunting; balanced nutrition; 1000 HPK; play; effective communication

## Abstrak

Stunting masih menjadi masalah serius di Kabupaten Kotawaringin Timur dengan prevalensi cukup tinggi dan berdampak pada kualitas generasi mendatang. Perempuan memiliki peran strategis dalam pencegahan stunting melalui pengasuhan, pemenuhan gizi, dan komunikasi dalam keluarga. Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan perempuan dalam mencegah stunting dengan pendekatan terpadu berbasis edukasi. Metode pelaksanaan mencakup ceramah interaktif, diskusi, simulasi, serta tanya jawab yang melibatkan peserta dari Gabungan Organisasi Wanita (GOW), IPEMI, kader kesehatan, dan masyarakat. Kegiatan difokuskan pada empat materi utama, yaitu edukasi stunting dan pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), penerapan gizi seimbang melalui konsep "Isi Piringku", stimulasi perkembangan anak melalui aktivitas bermain, serta komunikasi efektif orang tua-anak. Hasil kegiatan menunjukkan peserta antusias, aktif berdiskusi, dan memahami pentingnya peran mereka dalam mencegah stunting di lingkungan keluarga. Kesimpulannya, PKM ini mampu meningkatkan literasi gizi, kesadaran akan pentingnya stimulasi bermain, serta keterampilan komunikasi efektif, sehingga memperkuat kapasitas perempuan sebagai agen perubahan menuju terwujudnya generasi emas bebas stunting.

**Kata Kunci:** stunting; gizi seimbang; 1000 HPK; bermain; komunikasi efektif

## 1. PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam jangka panjang, terutama pada periode 1.000 hari pertama kehidupan anak (Lameky, 2024). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi tinggi badan anak, tetapi juga berdampak pada perkembangan otak, kecerdasan, dan produktivitas masa depan (Manalu dkk., 2024). Di Indonesia, stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius, dengan prevalensi yang sempat mencapai sekitar 30% dan masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan WHO sebesar 20% (Suparji dkk., 2024). Pemerintah Indonesia telah menetapkan target penurunan stunting menjadi 14% pada tahun 2024 melalui berbagai strategi nasional lintas sektor, termasuk intervensi gizi, peningkatan layanan kesehatan ibu dan anak, edukasi, dan pemberdayaan masyarakat. Namun, implementasi strategi ini masih menghadapi berbagai tantangan seperti keterbatasan anggaran, koordinasi antarlembaga yang belum optimal, dan rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya pencegahan stunting.

Kabupaten Kotawaringin Timur di Provinsi Kalimantan Tengah masih menghadapi tantangan serius terkait stunting. Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) menunjukkan prevalensi stunting sempat turun dari 32,5% pada 2021 menjadi 27,9% pada 2022, namun kembali meningkat menjadi 35,5% pada 2023. Sementara itu, Laporan Kinerja Dinas Kesehatan (LKJIP) 2024 mencatat angka yang lebih rendah, yaitu 18,6% pada 2023 dari target 24% dan 20,5% pada 2024 dari target 23%, sehingga bila dibandingkan baseline Renstra 2021 sebesar 26% masih ada tren penurunan. Meski demikian, capaian tersebut belum memenuhi target nasional 14% maupun target Provinsi Kalimantan Tengah 15,38%, dengan kendala utama berupa keterbatasan anggaran (Rahmawati dkk., 2023) rendahnya penyerapan dana makanan tambahan bagi ibu hamil KEK dan balita gizi buruk (Dewi dkk., 2024) serta belum optimalnya pemantauan pertumbuhan balita di posyandu yang cakupannya masih di bawah 50% (Suarayasa et al., 2024).

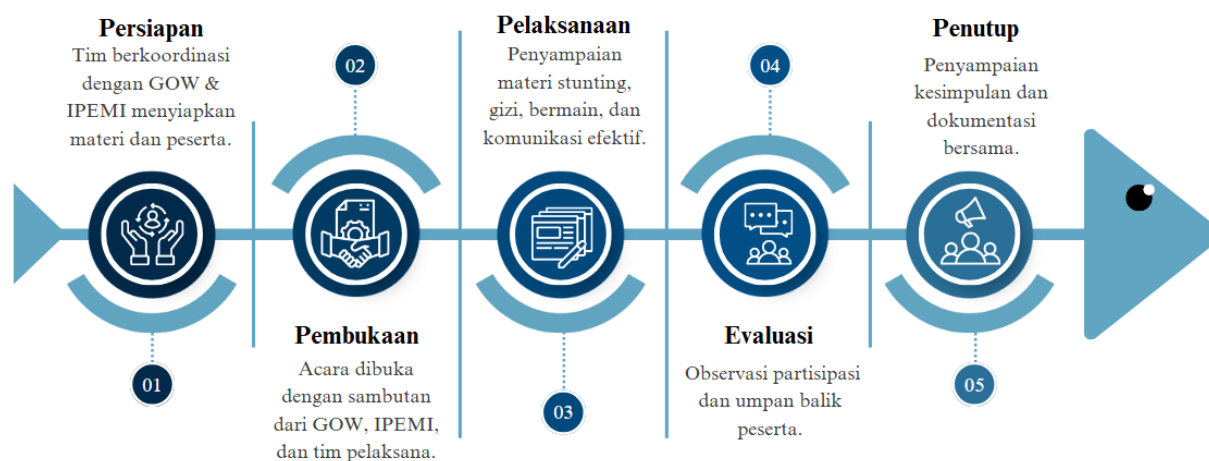
Kajian ilmiah menunjukkan bahwa periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan masa paling menentukan dalam mencegah stunting dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, karena pada fase ini otak dan organ penting berkembang pesat dan sangat dipengaruhi oleh gizi serta stimulasi yang diberikan sejak dini (Nency Mirasari dkk., 2023). Dalam konteks ini, ibu memegang peran strategis sebagai pemberi asupan nutrisi dan pengasuhan utama, yang pengetahuannya tentang pola makan sehat dan pengasuhan positif sangat berpengaruh terhadap kualitas kesehatan dan pertumbuhan anak (Khotimah, 2023). Selain itu, interaksi emosional antara orang tua dan anak melalui kegiatan bermain serta komunikasi yang responsif terbukti mampu merangsang perkembangan kognitif, bahasa, dan sosial anak, sehingga menjadi elemen penting dalam pendekatan holistik pencegahan stunting. Dengan demikian, pemahaman dan aksi nyata perempuan dalam menciptakan lingkungan penuh gizi, cinta, dan stimulasi sejak masa 1000 HPK merupakan strategi utama dalam mewujudkan Generasi Emas bebas stunting sebagaimana diangkat dalam jurnal ini.

Kesenjangan penelitian yang masih terlihat dalam upaya pencegahan stunting adalah dominasi pendekatan yang berfokus hanya pada aspek gizi, tanpa mengintegrasikan secara optimal elemen stimulasi perkembangan dan komunikasi orang tua-anak sebagai satu kesatuan intervensi. Padahal, studi menunjukkan bahwa pendekatan terpadu yang mencakup edukasi gizi dan stimulasi psikososial secara simultan lebih efektif dalam meningkatkan kapasitas pengasuhan serta mencegah stunting secara menyeluruh (Mulyanti dkk., 2023). Kontribusi nyata dari PKM oleh Universitas Darwan Ali ini adalah menghadirkan strategi baru yang menyatukan edukasi gizi, stimulasi bermain, dan komunikasi efektif dalam satu pendekatan terpadu berbasis pemberdayaan perempuan, yang belum banyak dikaji atau diterapkan dalam intervensi komunitas, padahal terbukti mampu meningkatkan kualitas pengasuhan dan status gizi anak secara signifikan (Huriah dkk., 2021). Pendekatan ini menjadi kontribusi penting dalam mendukung upaya menciptakan Generasi Emas yang bebas dari stunting melalui kolaborasi pengetahuan, kasih sayang, dan aksi nyata perempuan (Lesmana dkk., 2023).

Tujuan dari program ini adalah memberikan pemahaman praktis kepada perempuan, khususnya ibu, dalam mencegah stunting melalui pendekatan edukatif yang mengintegrasikan aspek gizi, stimulasi perkembangan, dan komunikasi yang efektif dengan anak. Pemberdayaan perempuan terbukti menjadi intervensi sensitif yang berpengaruh signifikan terhadap pencegahan stunting, karena tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu berkorelasi kuat dengan kemampuan mereka dalam menyediakan asupan gizi yang memadai dan pengasuhan yang sehat bagi anak-anak mereka (Margatot & Huriah, 2021). Selain itu, pelatihan dan pendidikan yang dirancang secara komunitas terbukti meningkatkan literasi perempuan tentang gizi dan kesehatan, memperkuat peran mereka sebagai agen utama dalam upaya pencegahan stunting di lingkungan keluarga dan masyarakat (Suwargiani dkk., 2024). Melalui pendekatan ini, PKM oleh Universitas Darwan Ali bertujuan menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan dan berbasis kasih sayang sebagai fondasi terbentuknya generasi emas yang bebas dari stunting.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) ini dirancang sebagai bentuk kontribusi nyata Universitas Darwan Ali dalam mendukung agenda nasional pencegahan stunting melalui pemberdayaan perempuan berbasis edukasi. Kegiatan ini bertujuan memberikan manfaat langsung bagi masyarakat, khususnya para ibu, kader kesehatan, dan organisasi perempuan, dengan meningkatkan pemahaman praktis mengenai gizi anak, stimulasi perkembangan, dan komunikasi pengasuhan yang efektif. Melalui pendekatan edukatif yang aplikatif dan berbasis komunitas, PKM ini diharapkan dapat menjadi model intervensi yang mampu menginspirasi perubahan perilaku pengasuhan dan pola konsumsi keluarga untuk mendukung lahirnya generasi emas bebas stunting (Suwargiani dkk., 2024).



**Gambar 1.** Tahap Alur Kegiatan

Pelaksanaan program ini menggunakan metode penyampaian materi secara interaktif, diskusi, dan sesi tanya jawab, serta mengacu pada lima tahapan kegiatan sebagaimana ditunjukkan dalam Gambar 1.

#### 1. Persiapan

Tahap ini meliputi koordinasi antara tim pelaksana dengan organisasi mitra seperti GOW dan IPEMI. Koordinasi mencakup perencanaan teknis kegiatan, penyusunan materi edukatif yang relevan, dan seleksi peserta berdasarkan kriteria sasaran. Materi yang dikembangkan menggabungkan aspek gizi, stimulasi bermain, dan komunikasi dalam pengasuhan yang responsif, sesuai prinsip integratif dalam pencegahan stunting (Margatot & Huriah, 2021).

#### 2. Pembukaan

Kegiatan dimulai dengan sambutan dari organisasi mitra dan perwakilan tim PKM Universitas Darwan Ali. Dalam sesi ini juga dilakukan perkenalan narasumber dan penyampaian tujuan kegiatan. Tahap ini bertujuan membangun suasana kolaboratif serta menunjukkan sinergi antara akademisi, organisasi perempuan, dan masyarakat dalam mendukung isu strategis pencegahan stunting.

#### 3. Pelaksanaan

Kegiatan PKM diikuti oleh 115 peserta yang terdiri dari anggota Gabungan Organisasi Wanita (GOW), Ikatan Pengusaha Muslimah Indonesia (IPEMI) Kotim, kader kesehatan, ibu rumah tangga, serta tokoh masyarakat perempuan dari beberapa kecamatan di Kabupaten Kotawaringin Timur. Peserta berusia antara 21–58 tahun, dengan latar belakang pendidikan yang beragam mulai dari SMA hingga sarjana. Seluruh peserta mengikuti kegiatan secara penuh dari awal hingga akhir sesi. Sesi inti kegiatan berisi penyampaian materi interaktif dan studi kasus. Materi yang disampaikan meliputi beberapa bagian pokok pada tabel 1 berikut.

**Tabel 1.** Materi Pokok PKM

| No | Sesi  | Durasi   | Keterangan               |
|----|---|----------|--------------------------|
| 1  | Edukasi stunting dan pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) | 35 menit | Materi + diskusi singkat |
| 2  | Penerapan gizi seimbang untuk ibu dan anak                        | 35 menit | Materi + contoh menu     |
| 3  | Stimulasi perkembangan anak melalui bermain                       | 35 menit | Praktik + simulasi       |
| 4  | Komunikasi efektif antara orang tua dan anak                      | 35 menit | Role play + umpan balik  |

Setiap topik dikaitkan langsung dengan pengalaman peserta dan disampaikan dengan pendekatan partisipatif untuk memudahkan penerapan dalam kehidupan sehari-hari (Humaerah dkk., 2024). Dalam mengukur keberhasilan program maka dilakukan melalui beberapa indikator, yaitu: (1) meningkatnya pemahaman peserta mengenai stunting, gizi seimbang, stimulasi perkembangan, dan komunikasi efektif yang ditunjukkan melalui keaktifan dalam diskusi dan kemampuan menjawab studi kasus; (2) keterlibatan minimal 80% peserta dalam simulasi permainan dan praktik komunikasi; (3) tersusunnya menu sehat berbasis bahan pangan lokal oleh kelompok peserta; serta (4) adanya perubahan persepsi peserta mengenai pentingnya pengasuhan responsif, yang terlihat dari umpan balik lisan dan tertulis pada akhir kegiatan.

#### 4. Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi terstruktur yang fokus pada perilaku peserta selama sesi berlangsung. Tingkat pemahaman peserta dinilai melalui tiga indikator utama, yaitu: (1) jumlah peserta aktif yang terlibat dalam diskusi, simulasi permainan, dan latihan komunikasi; (2) peningkatan pemahaman berdasarkan jawaban peserta terhadap pertanyaan lisan yang diajukan fasilitator, termasuk kemampuan mereka mengulang inti materi, memberikan contoh situasi nyata, serta menjelaskan kembali konsep yang dipelajari; dan (3) perubahan perilaku yang teramati selama kegiatan, seperti meningkatnya inisiatif peserta dalam mencoba teknik stimulasi dan praktik komunikasi yang diajarkan. Selain observasi, umpan balik tertulis dari peserta juga dikumpulkan untuk memperkuat hasil penilaian. Kombinasi indikator ini memberikan gambaran yang lebih objektif mengenai efektivitas kegiatan serta membantu perbaikan desain program pada pelaksanaan berikutnya (Prabowo dkk., 2025).

#### 5. Penutup

Kegiatan ditutup dengan penyampaian ringkasan materi oleh fasilitator, testimoni peserta, dan dokumentasi kegiatan. Penutupan ini bertujuan memperkuat komitmen peserta dalam menerapkan materi yang diperoleh di lingkup rumah tangga maupun komunitasnya.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan sebagai bentuk kontribusi aktif Universitas Darwan Ali dalam upaya pencegahan stunting berbasis pemberdayaan perempuan.

Program dirancang untuk menjawab berbagai tantangan yang telah dikaji pada bagian pendahuluan, khususnya rendahnya pemahaman praktis ibu dan pengasuh terhadap aspek gizi, stimulasi perkembangan, dan komunikasi anak. Hasil pelaksanaan menunjukkan capaian positif, baik dari segi partisipasi peserta maupun pemahaman terhadap isi materi yang diberikan.

Pelaksanaan kegiatan pada hari Selasa, 12 Agustus 2025, bertempat di Gedung Wanita, Kabupaten Kotawaringin Timur, Kalimantan Tengah. Sasaran kegiatan ini mencakup anggota Gabungan Organisasi Wanita (GOW), kader kesehatan, ibu rumah tangga, tokoh masyarakat, serta perwakilan organisasi perempuan yang memiliki kepedulian terhadap isu kesehatan anak dan pencegahan stunting. Kegiatan ini diinisiasi oleh tim dosen Universitas Darwan Ali bekerja sama dengan Gabungan Organisasi Wanita (GOW) dan Ikatan Pengusaha Muslimah Indonesia (IPEMI) Kotim sebagai bentuk kolaborasi strategis antara institusi pendidikan tinggi dan komunitas lokal.

### **3.1 Persiapan**

Tahapan persiapan dimulai dengan koordinasi antara tim dosen Universitas Darwan Ali dengan mitra pelaksana, yaitu Gabungan Organisasi Wanita (GOW) dan Ikatan Pengusaha Muslimah Indonesia (IPEMI) Kotim. Koordinasi dilakukan secara daring dan luring selama dua minggu sebelum hari pelaksanaan. Fokus utama pada tahap ini adalah menyepakati sasaran peserta, menyusun agenda kegiatan, serta menyiapkan materi yang sesuai dengan kondisi lokal. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip perencanaan program pemberdayaan yang menekankan pentingnya koordinasi awal dan kolaborasi lintas pihak untuk memastikan keberhasilan pelaksanaan kegiatan (Margatot & Huriah, 2021). Tim juga melakukan pemetaan kebutuhan berdasarkan wawancara singkat dengan beberapa kader dan ibu rumah tangga yang menjadi target peserta, untuk memastikan materi yang disampaikan benar-benar kontekstual.

Selain materi, tim juga menyiapkan perangkat pendukung kegiatan seperti modul pelatihan berbasis visual, alat bantu praktik komunikasi dan bermain anak, serta formulir evaluasi. Modul disusun secara ringkas dan komunikatif agar mudah dipahami oleh peserta dengan berbagai latar belakang pendidikan. Proses pra-acara ini memastikan bahwa kegiatan berjalan efektif dan responsif terhadap kebutuhan nyata di lapangan.

### **3.2 Pembukaan**

Kegiatan diawali dengan seremoni pembukaan yang dihadiri oleh perwakilan GOW, IPEMI, serta tokoh masyarakat setempat. Sambutan dari mitra pelaksana menekankan pentingnya kolaborasi antara organisasi perempuan dan perguruan tinggi dalam mengatasi masalah stunting, yang selama ini dianggap sebagai isu teknis kesehatan semata. Keterlibatan organisasi untuk memperkuat aksi pencegahan stunting melalui komunitas (Lesmana dkk., 2023). Sedangkan keterlibatan Universitas Darwan Ali diapresiasi sebagai bentuk nyata kontribusi akademisi dalam pembangunan masyarakat (Huriah dkk., 2021).

Setelah sambutan, pada Gambar 2. tim pengabdian memperkenalkan narasumber, menjelaskan alur kegiatan, dan bertanya kesiapan peserta. Beberapa peserta menyampaikan secara terbuka bahwa mereka belum pernah mengikuti pelatihan yang membahas gizi, stimulasi, dan komunikasi secara terpadu, sehingga menunjukkan pentingnya kegiatan ini sebagai sarana belajar baru yang aplikatif dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sebagaimana juga disampaikan pada artikel (Anne Agustina Suwargiani dkk., 2024).



**Gambar 2.** Sambutan Tim Dosen Universitas Darwan Ali

### 3.3 Pelaksanaan

Sesi pertama tentang edukasi stunting dan pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Narasumber menjelaskan bahwa stunting bukan sekadar kondisi anak pendek, melainkan bentuk gangguan tumbuh kembang yang bersifat kronis. Peserta diajak memahami bahwa 1000 HPK yang dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun merupakan periode emas. Hal ini sejalan dengan (Lameky, 2024) yang menjelaskan bahwa stunting merupakan dampak jangka panjang dari kekurangan gizi kronis pada periode 1000 HPK, sehingga edukasi pada ibu dan pengasuh menjadi sangat menentukan. Terlihat pada Gambar 3 dikemas secara interaktif dengan menggunakan ilustrasi dan tanya jawab ringan untuk memudahkan pemahaman.



**Gambar 3.** Penyampaian Materi

Sesi berikutnya membahas penerapan gizi seimbang bagi ibu dan anak. Menurut (Husnul Khotimah, 2023) peningkatan pengetahuan gizi ibu berdampak langsung pada kualitas asupan makanan keluarga. Pada materi ini narasumber menjelaskan konsep piring makanku serta pentingnya keberagaman jenis pangan dalam satu kali makan, termasuk sumber karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral. Peserta diberi contoh menu harian bergizi yang disesuaikan dengan bahan pangan lokal yang mudah didapat dan terjangkau. Diskusi kelompok kecil dilakukan untuk menyusun menu sehat berbasis bahan rumahan, dan setiap kelompok mempresentasikan hasil diskusinya kepada peserta lain. Aktivitas ini mendukung pernyataan (Anne Agustina Suwargiani dkk., 2024) yang menyatakan edukasi gizi yang bersifat aplikatif lebih mudah dipahami dibanding ceramah satu arah.

Selanjutnya, peserta diajak memahami pentingnya stimulasi perkembangan anak melalui aktivitas bermain sederhana. Hal ini sesuai dengan teori perkembangan anak yang menegaskan bahwa stimulasi psikososial berperan besar dalam perkembangan kognitif, bahasa, dan sosial (Mulyanti dkk., 2023). Fasilitator menunjukkan berbagai contoh permainan sensorik, motorik, dan sosial yang dapat dilakukan tanpa memerlukan alat mahal. Peserta mengikuti simulasi permainan terlihat pada Gambar 4., seperti tebak warna, gerak tubuh, dan bernyanyi bersama, yang dirancang untuk menstimulasi kemampuan bicara dan kognitif anak. Suasana sesi ini sangat aktif dan hangat, karena sebagian besar peserta terlibat langsung mencoba permainan yang bisa diterapkan di rumah.



**Gambar 4.** Peserta Melakukan Simulasi Permainan

Sesi terakhir berfokus pada komunikasi efektif antara orang tua dan anak. Fasilitator menjelaskan bahwa komunikasi yang hangat, responsif, dan penuh empati sangat penting dalam membangun hubungan emosional yang kuat dan mendukung perkembangan psikologis anak. Peserta diberi simulasi percakapan dengan teknik mendengar aktif, memberi pujian, dan menghindari bentakan saat menghadapi perilaku anak (Al Humaerah dkk., 2024). Melalui latihan bermain peran, peserta belajar menyampaikan pesan dengan lembut dan mendidik, sekaligus mendengarkan anak secara penuh perhatian.

Selain keempat sesi utama, peserta juga mendapatkan materi yang dirangkum dalam dua pokok utama, yaitu substansi teknis pencegahan stunting dan peran aktif orang tua dalam pengasuhan. Materi teknis mencakup pemahaman tentang data stunting di Kotawaringin Timur, pentingnya pemeriksaan kehamilan (ANC), pemberian ASI eksklusif, serta praktik gizi seimbang melalui panduan “Isi Piringku”. Di sisi lain, peserta juga diajak mengenal prinsip tumbuh-kembang anak, pentingnya bermain sebagai metode belajar utama anak usia dini, dan prinsip komunikasi efektif dengan anak untuk membentuk kedekatan emosional, kemandirian, serta kecerdasan sosial. Narasumber menekankan bahwa stunting bukan hanya soal gizi, tetapi soal keterpenuhan hak anak untuk hidup, tumbuh, berkembang, dan dihargai pendapatnya, yang semuanya dapat dicapai melalui pengasuhan penuh cinta dan aksi nyata di rumah.

### **3.4 Evaluasi**

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk menilai efektivitas pelatihan dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta terkait pencegahan stunting. Observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai konsep 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), indikator stunting, serta pengaruh gizi, stimulasi bermain, dan komunikasi responsif dalam tumbuh kembang anak. Peserta juga mengakui belum familiar dengan prinsip “Isi Piringku” dan cara menyusun menu seimbang berbasis bahan pangan lokal. Selama pelaksanaan pelatihan,

edukasi diberikan secara interaktif sehingga memudahkan peserta memahami hubungan antara gizi, perilaku pengasuhan, dan perkembangan anak. Perubahan pemahaman mulai tampak ketika peserta mulai mampu mengaitkan materi dengan pengalaman mereka sehari-hari, khususnya saat berdiskusi mengenai pola makan keluarga, kebiasaan interaksi dengan anak, serta tantangan pengasuhan yang mereka hadapi. Respons peserta yang mampu mengulang kembali konsep 1000 HPK dan mengaitkannya dengan pengalaman mereka menunjukkan bahwa pemahaman mereka meningkat sebagaimana ditegaskan oleh (Nency Mirasari dkk., 2023).

Indikator keberhasilan pelatihan tercermin melalui tingkat keaktifan peserta dan kemampuan mereka merespons pertanyaan lisan secara tepat. Dari total 115 peserta, tercatat sebanyak 89 peserta (77,39%) aktif terlibat dalam diskusi kelompok, sesi tanya jawab, simulasi permainan, serta latihan komunikasi orang tua-anak. Keaktifan ini menunjukkan bahwa peserta merasa materi relevan dan mudah diaplikasikan. Peningkatan pemahaman tampak jelas ketika peserta diminta menjelaskan kembali konsep-konsep inti, seperti manfaat ASI eksklusif, komposisi gizi seimbang, contoh stimulasi bermain sesuai tahap perkembangan, dan teknik komunikasi empatik. Banyak peserta yang sebelumnya kesulitan membedakan antara stunting dan kondisi kurang gizi lainnya, kemudian mampu menguraikan perbedaannya dengan benar setelah pelatihan temuan ini mendukung pernyataan (Huriah dkk., 2021). Selain itu, peserta dapat memberikan contoh nyata penerapan materi dalam konteks rumah tangga, termasuk cara menyesuaikan menu sehat dengan bahan pangan yang tersedia.

Selain keaktifan dan peningkatan pemahaman lisan, evaluasi juga menyoroti perubahan perilaku yang teramati selama sesi praktik. Peserta menunjukkan inisiatif dalam mencoba langsung berbagai bentuk stimulasi bermain sederhana, seperti permainan sensorik, gerak tubuh, dan kegiatan bernyanyi untuk melatih kemampuan bahasa anak. Dalam sesi komunikasi, peserta tampak berupaya menerapkan teknik mendengar aktif, penggunaan bahasa positif, dan pemberian pujian yang tepat, meskipun masih terdapat variasi kemampuan antar peserta. Respons peserta dalam latihan *role play* menunjukkan bahwa mereka mulai memahami pentingnya komunikasi empatik dalam membangun kedekatan emosional dengan anak (Al Humaerah dkk., 2024). Umpan balik tertulis yang dikumpulkan pada akhir kegiatan memperkuat hasil observasi, di mana sebagian besar peserta menyatakan pelatihan ini memberikan pengetahuan baru yang sebelumnya belum mereka pahami, serta memotivasi mereka untuk menerapkan praktik pengasuhan yang lebih sehat, komunikatif, dan responsif. Hasil evaluasi ini menunjukkan bahwa pelatihan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan sikap dan perilaku pengasuhan yang mendukung pencegahan *stunting*.

### 3.5 Penutup

Penutupan kegiatan dilakukan secara sederhana namun bermakna. Tim pengabdian menyampaikan ringkasan poin-poin penting dari materi yang telah disampaikan dan mengajak peserta untuk terus menjadi agen perubahan di keluarga masing-masing.

Peserta diberi kesempatan menyampaikan testimoni, yang umumnya menunjukkan rasa syukur dan semangat baru dalam menjalankan peran sebagai ibu dan pengasuh anak.



**Gambar 5.** Foto Bersama antara Tim Dosen Universitas Darwan Ali dengan Peserta

Dokumentasi kegiatan dikumpulkan dalam bentuk foto bersama sebagaimana pada Gambar 5., video, dan testimoni tertulis yang akan digunakan untuk laporan serta sebagai bahan replikasi kegiatan ke depan. Kegiatan ini tidak hanya menjadi ruang belajar, tetapi juga mempererat hubungan antara Universitas Darwan Ali dan masyarakat sebagai mitra pembangunan kesehatan keluarga.

#### **4. SIMPULAN**

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan oleh tim dosen Universitas Darwan Ali telah berhasil menjawab tujuan pengabdian dengan memberikan pemahaman praktis kepada perempuan mengenai pencegahan stunting melalui pendekatan yang integratif, meliputi edukasi gizi seimbang, stimulasi perkembangan anak melalui bermain, dan komunikasi efektif antara orang tua dan anak. Kegiatan ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif perempuan, khususnya ibu, dalam pengasuhan yang responsif dan berbasis kasih sayang memiliki peran strategis dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Temuan pengabdian ini menegaskan bahwa pencegahan stunting memerlukan intervensi lintas aspek yang tidak hanya berfokus pada pemenuhan nutrisi, tetapi juga pada penguatan kapasitas emosional dan sosial orang tua dalam berinteraksi dengan anak. Dengan keberhasilan implementasi pendekatan edukatif ini, Universitas Darwan Ali telah berkontribusi langsung dalam penguatan peran perempuan sebagai agen perubahan di komunitas, serta memberikan fondasi awal bagi terwujudnya Generasi Emas bebas stunting di masa depan.

#### **5. UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Gabungan Organisasi Wanita (GOW) dan Ikatan Pengusaha Muslimah Indonesia (IPEMI) Kabupaten Kotawaringin Timur atas kerja sama, dukungan, dan keterlibatan aktif

selama proses pelaksanaan kegiatan. Apresiasi juga disampaikan kepada seluruh peserta yang telah berpartisipasi dengan antusias dan memberikan kontribusi berharga dalam setiap sesi kegiatan.

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Rektor dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Darwan Ali, yang telah memberikan kepercayaan, pendanaan, serta fasilitas dalam mewujudkan kegiatan pengabdian ini. Kami juga menghargai dukungan dari para mitra lokal, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat yang turut membantu kelancaran pelaksanaan program. Semoga kegiatan ini menjadi awal dari kolaborasi berkelanjutan dalam upaya bersama mewujudkan generasi yang sehat, cerdas, dan terbebas dari stunting.

## 6. REKOMENDASI

Berdasarkan pelaksanaan dan hasil kegiatan pengabdian ini, direkomendasikan agar program edukasi terpadu yang menggabungkan gizi, stimulasi perkembangan anak, dan komunikasi efektif antara orang tua dan anak terus dikembangkan sebagai model intervensi komunitas yang berkelanjutan. Kegiatan serupa sebaiknya dilaksanakan secara periodik dengan cakupan peserta yang lebih luas, termasuk melibatkan ibu hamil, remaja putri, dan kelompok ayah, guna memperkuat ekosistem pengasuhan dalam keluarga. Selain itu, diperlukan sinergi lanjutan dengan pemerintah daerah dan fasilitas layanan kesehatan agar hasil pengabdian dapat terintegrasi dalam program-program resmi penanganan stunting di tingkat lokal.

Dalam kegiatan ini juga ditemukan beberapa hambatan yang dapat mempengaruhi efektivitas pengabdian, antara lain keterbatasan waktu pelaksanaan yang menyebabkan materi harus disampaikan secara padat, serta masih terbatasnya akses informasi digital bagi sebagian peserta, yang menyulitkan dalam tindak lanjut edukasi. Untuk itu, pada kegiatan pengabdian selanjutnya, perlu disiapkan modul cetak yang ringkas dan mudah dipahami serta dirancang sesi lanjutan berbasis kelompok kecil atau kunjungan rumah sebagai bentuk pendampingan komunitas. Selain itu, kolaborasi lintas sektor dan pelibatan tokoh masyarakat lokal perlu ditingkatkan agar pengaruh program dapat lebih kuat dan berakar di lingkungan sasaran.

## 6. REFERENSI

- Al Humaerah, M., Rahayu, M., & Zainuddin, Z. (2024). Analysis of stunting prevention through communication, information and education with empowerment. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 13(2), 396–402. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v13i2.1229>
- Anne Agustina Suwargiani, Netty Suryanti, Fidya Meditia Putri, Ardena Maulidia Hamdani, Asty Samiaty Setiawan, Gilang Yubiliana, Cucu Zubaedah, Dudi Aripin, & Sri Susilawati. (2024). Effectiveness of Women's Empowerment Series in Increasing Stunting Literacy Relating to Oral Health Maintenance. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(4), 1593–1600. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v7i4.5328>
- Dewi, P., Pandawani, P. E. A., Maba, N. P., Wayan Vipriyanti, & Nyoman Utari. (2024). Strategy for Strengthening Stunting Management Implementation at Posyandu Working Area of

- Puskesmas Banjar I, Buleleng Regency. *AIP Conference Proceedings*, 2961(1). [https://doi.org/10.1063/5.0194461/19679071/020005\\_1\\_5.0194461.PDF](https://doi.org/10.1063/5.0194461/19679071/020005_1_5.0194461.PDF)
- Humaerah, M. Al, Rahayu, M., & Zainuddin, Z. (2024). Analysis of stunting prevention through communication, information and education with empowerment. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 13(2), 396–402. <https://doi.org/10.35816/JISKH.V13I2.1229>
- Huriah, T., Lestari, A. A., Rahmawati, A., & Prasetyo, Y. B. (2021). The integrated intervention of early childhood education and stunting prevention program in increasing pre-school age children's food intake. *Bali Medical Journal*, 10(3), 1329–1332. <https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2914>
- Husnul Khotimah, S. H. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Yang Memiliki Balita Tentang Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Posyandu Pakuhaji Kabupaten Tangerang. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)*, 3(02), 1115–1122. <https://doi.org/10.54402/isjnms.v3i02.399>
- Khotimah, S. H. H. (2023). Hubungan Pengetahuan Ibu Yang Memiliki Balita Tentang Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Posyandu Pakuhaji Kabupaten Tangerang. *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)*, 3(02), 1115–1122. <https://doi.org/10.54402/ISJNMS.V3I02.399>
- Lameky, V. Y. (2024). Stunting in Indonesia: Current progress and future directions. *Journal of Healthcare Administration*, 3(1), 82–90. <https://doi.org/10.33546/joha.3388>
- Lesmana, D., Aini, Q., & Nurfillah, S. (2023). Women Farmers Awareness in Stunting Prevention Actions through the Community Development and Empowerment Program (Pro-Bebaya) in North Samarinda District, Indonesia. *Journal of Agriculture and Ecology Research International*, 24(6), 74–82. <https://doi.org/10.9734/jaeri/2023/v24i6563>
- Manalu, L. O., Melaniani, S., & Efendi, F. (2024). Research trends in increasing cadre capacity in efforts to reduce stunting in Indonesia: A review. *African Journal of Reproductive Health*, 28(10s), 368. <https://doi.org/10.29063/ajrh2024/v28i10s.39>
- Margatot, D. I., & Huriah, T. (2021). The effectiveness of women empowerment in preventing stunting in children aged 6-59 months. *Bali Medical Journal*, 10(3), 1230–1234. <https://doi.org/10.15562/bmj.v10i3.2852>
- Mulyanti, S., Dewi, Y. L. R., & Pamungkasari, E. P. (2023). Effectiveness of Nutrition and Psychosocial Stimulation Modules on Knowledge, Attitude, and Abilities of Stunting Prevention Assistance. *Proceedings of the International Conference on Nursing and Health Sciences*, 4(1), 9–18. <https://doi.org/10.37287/picnhs.v4i1.1678>
- Nency Mirasari, Arifin, V. B., Werdaningtyas, R., Nastiti, Y. D., Ridho'i, R., Perdana, M. D. R., Tassya, N. I., Rosanti, H. A., Willa, & Ramli, L. (2023). Stunting Prevention Through First 1.000 Days Of Life (HPK) Program Education In Manukan Kulon Sub-District, Tandes District, Surabaya. *Jurnal Layanan Masyarakat (Journal of Public Services)*, 7(4), 523–535. <https://doi.org/10.20473/jlm.v7i4.2023.523-535>
- Prabowo, D. W., Nurahman, Prasetyaningrum, E., Istanta, & Utari, W. (2025). Pelaksanaan Uji Kompetensi Keahlian Teknik Komputer dan Jaringan di SMK Negeri 1 Cempaga dalam Mempersiapkan Lulusan yang Siap Kerja. *Rengganis Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 169–179. <https://doi.org/10.29303/RENGGANIS.V5I1.534>
- Rahmawati, L., Rahfiludin, M. Z., Kartasurya, M., & Info, A. (2023). Posyandu Financing at The District Stunting Management Locus: A Qualitative Study. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 11(1), 80–89. <https://doi.org/10.21776/UB.JIK.2023.011.01.10>
- Suarayasa, K., Tiara, A. E. A. N., & Kalebbi, A. (2024). Empowering Posyandu Cadres in Stunting Prevention. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(5), 1351–1358. <https://doi.org/10.56338/MPPKI.V7I5.5346>

- Suparji, Wahito Nugroho, H. S., & Surtinah, N. (2024). Handling Stunting in Indonesia: Challenges, Progress and Recommendations. *National Journal of Community Medicine*, *15*(02), 161–164. <https://doi.org/10.55489/NJCM.150220243546>
- Suwargiani, A. A., Suryanti, N., Meditia, F., Putri, Hamdani, A., Samiaty, A., Setiawan, Yubiliana, G., Zubaedah, C., Aripin, D., Putri, A. M., Hamdani, Gilang, S., Yubiliana, C., Zubaedah, D., Aripin, S., & Susilawati. (2024). Effectiveness of Women's Empowerment Series in Increasing Stunting Literacy Relating to Oral Health Maintenance. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *7*(4), 1593–1600. <https://doi.org/10.35568/ABDIMAS.V7I4.5328>