

Nanggroe : Jurnal Pengabdian Cendikia
 Volume 5, Nomor 2, May 2026, Halaman 14-19
 Licenced by CC BY-SA 4.0
 e-ISSN: [2986-7002](https://doi.org/10.5281/zenodo.20438224)
 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.20438224>

Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Posyandu Melalui Pelatihan Nutraceutical untuk Pencegahan Stunting di Desa Darsono

Improving the Knowledge and Skills of Posyandu Mothers Through Nutraceutical Training for Stunting Prevention in Darsono Village

¹Dewi Rashati*, ¹Asa Falahi, ¹Anies Rohman D, ¹Lindawati Setyaningrum, ¹Dyan Wigati

¹Sarjana Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi

*email corresponding: dewirashati@uds.ac.id

Abstract

Stunting remains a major nutritional problem that requires community-based preventive strategies. This community service program aimed to improve the knowledge and practical skills of Posyandu mothers regarding stunting prevention through nutraceutical training in Darsono Village. The program involved 30 participants using a one-group pretest–posttest approach. Activities consisted of educational sessions on stunting, critical prevention periods, nutraceutical concepts, and the benefits of turmeric, followed by practical training in preparing turmeric pudding as a functional food product. Knowledge changes were assessed using pretest and posttest questionnaires. The results showed improved participant knowledge across all measured indicators after the intervention. The greatest improvement was found in understanding nutraceutical concepts (33.33%), followed by knowledge of nutraceutical dosage forms (26.66%) and the benefits of nutraceuticals (26.66%). The training also strengthened participants' practical ability to utilize local food resources as an innovative nutritional intervention. These findings suggest that combining health education with hands-on practice is an effective strategy to strengthen community capacity in stunting prevention.

Keywords: Nutraceutical, Stunting, Darsono

Article Info

Received date: 10 May 2026

Revised date: 15 May 2026

Accepted date: 20 May 2026

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan gizi kronis yang menjadi perhatian utama dalam pembangunan kesehatan masyarakat, khususnya di negara berkembang termasuk Indonesia. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam periode yang panjang, terutama pada masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan menurut umur yang berada di bawah minus dua standar deviasi berdasarkan standar pertumbuhan World Health Organization (WHO). Stunting tidak hanya berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik, tetapi juga berkaitan erat dengan keterlambatan perkembangan kognitif, penurunan kemampuan belajar, serta berpotensi menurunkan produktivitas pada usia dewasa (1).

Masalah stunting memiliki dampak multidimensional terhadap kualitas sumber daya manusia. Anak yang mengalami stunting berisiko mengalami gangguan perkembangan neurologis, penurunan kapasitas intelektual, dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit tidak menular di masa depan. Stunting merupakan manifestasi kompleks dari interaksi berbagai faktor seperti kekurangan asupan gizi, infeksi berulang, sanitasi lingkungan yang buruk, dan rendahnya akses terhadap pelayanan kesehatan

yang berkualitas (2). Oleh karena itu, pencegahan stunting memerlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan intervensi gizi spesifik dan sensitif secara berkelanjutan.

Di Indonesia, prevalensi stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat meskipun menunjukkan tren penurunan dalam beberapa tahun terakhir. Faktor dominan penyebab stunting di Indonesia meliputi rendahnya kualitas konsumsi pangan rumah tangga, kurangnya pengetahuan ibu mengenai praktik pemberian makan anak, keterbatasan sanitasi, serta kurang optimalnya pemanfaatan pelayanan kesehatan dasar. Pengetahuan ibu memiliki kontribusi penting dalam menentukan pola asuh, pemilihan bahan pangan, dan pemenuhan kebutuhan nutrisi anak sebagai upaya pencegahan stunting (3).

Posyandu merupakan salah satu bentuk upaya kesehatan berbasis masyarakat yang memiliki peran strategis dalam mendukung percepatan penurunan stunting melalui kegiatan pemantauan pertumbuhan, edukasi kesehatan, serta pendampingan keluarga. Keberhasilan pelaksanaan posyandu sangat dipengaruhi oleh kapasitas kader dan ibu posyandu dalam memahami faktor risiko serta strategi pencegahan stunting. Intervensi berbasis komunitas melalui edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga terkait praktik pemberian makan anak dan pencegahan gangguan pertumbuhan (4).

Salah satu inovasi yang dapat dikembangkan dalam upaya pencegahan stunting adalah pemanfaatan nutraceutical berbasis pangan lokal. Nutraceutical merupakan komponen pangan yang memiliki manfaat kesehatan tambahan di luar fungsi gizi dasar dan berpotensi meningkatkan kualitas asupan nutrisi. Pendekatan nutraceutical mampu menjadi strategi promotif-preventif yang efektif apabila dikembangkan melalui pelatihan berbasis masyarakat. Pemanfaatan bahan pangan lokal sebagai nutraceutical juga memiliki keunggulan dari aspek ketersediaan, keterjangkauan, dan keberlanjutan (5).

Desa Darsono sebagai salah satu wilayah binaan masih memerlukan peningkatan kapasitas ibu posyandu dalam memahami pemanfaatan pangan lokal untuk pencegahan stunting. Kurangnya pengetahuan dan keterampilan dalam pengolahan pangan bergizi dapat memengaruhi efektivitas upaya promotif di tingkat masyarakat. Oleh karena itu, pelatihan nutraceutical bagi ibu posyandu menjadi strategi edukatif yang relevan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pengolahan pangan lokal sebagai upaya pencegahan stunting. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu posyandu melalui pelatihan nutraceutical untuk pencegahan stunting di Desa Darsono.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Darsono dengan melibatkan 30 ibu posyandu sebagai peserta. Kegiatan dirancang dalam bentuk edukasi kesehatan dan pelatihan keterampilan berbasis *nutraceutical* sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam pencegahan stunting. Metode yang digunakan adalah pre-experimental dengan pendekatan one group *pretest-posttest* design, yaitu pengukuran tingkat pengetahuan dilakukan sebelum dan sesudah intervensi untuk mengetahui efektivitas kegiatan edukasi yang diberikan (6). Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan melalui empat tahapan, yaitu persiapan, edukasi, pelatihan praktik, dan evaluasi.

Tahap Persiapan

Tahap awal dilakukan melalui identifikasi kebutuhan mitra dengan berkoordinasi bersama perangkat desa dan kader kesehatan setempat untuk memetakan permasalahan terkait pencegahan stunting di masyarakat. Berdasarkan hasil identifikasi tersebut, tim menyusun bahan edukasi yang disesuaikan dengan kebutuhan peserta. Selain itu, dilakukan penyusunan instrumen evaluasi berupa kuesioner pretest dan posttest sebagai alat ukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan (7).

Tahap Pelaksanaan Edukasi

Penyampaian materi dilakukan melalui metode ceramah interaktif yang dipadukan dengan diskusi partisipatif. Materi yang diberikan meliputi pengertian stunting, penyebab dan dampaknya terhadap pertumbuhan anak, serta pentingnya pencegahan pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang merupakan masa kritis dalam pembentukan status gizi dan perkembangan anak (1).

Selain itu, peserta diberikan pemahaman mengenai konsep nutraceutical sebagai pangan fungsional yang memiliki manfaat kesehatan di luar fungsi gizi dasar. Edukasi juga menekankan manfaat kunyit sebagai salah satu bahan alami yang mengandung senyawa bioaktif kurkumin yang berpotensi mendukung kesehatan melalui aktivitas antioksidan dan antiinflamasi (5).

Tahap Pelatihan Praktik

Setelah sesi edukasi, kegiatan dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan puding kunyit sebagai inovasi pangan fungsional berbasis nutraceutical. Tim pelaksana memperagakan tahapan pembuatan mulai dari persiapan bahan, proses pengolahan, hingga penyajian. Peserta kemudian diberikan kesempatan untuk mempraktikkan secara langsung proses pembuatan puding kunyit dengan pendampingan tim pelaksana. Pelatihan ini bertujuan meningkatkan keterampilan peserta dalam mengolah bahan pangan lokal menjadi produk inovatif yang dapat dimanfaatkan sebagai alternatif pangan bergizi untuk mendukung pencegahan stunting. Setelah pelatihan praktik selesai, dilakukan sesi tanya jawab dan diskusi interaktif sebagai sarana klarifikasi materi, penguatan pemahaman, serta berbagi pengalaman antar peserta terkait implementasi materi dalam kehidupan sehari-hari.

Tahap Evaluasi

Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan metode pretest-posttest melalui kuesioner yang terdiri atas 8 butir pertanyaan. Evaluasi ini bertujuan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti rangkaian edukasi dan pelatihan. Kategori tingkat pengetahuan peserta ditentukan berdasarkan persentase skor jawaban benar, yaitu 81–100% (sangat baik), 61–80% (baik), 41–60% (cukup), 21–40% (kurang), 0–20% (sangat kurang).

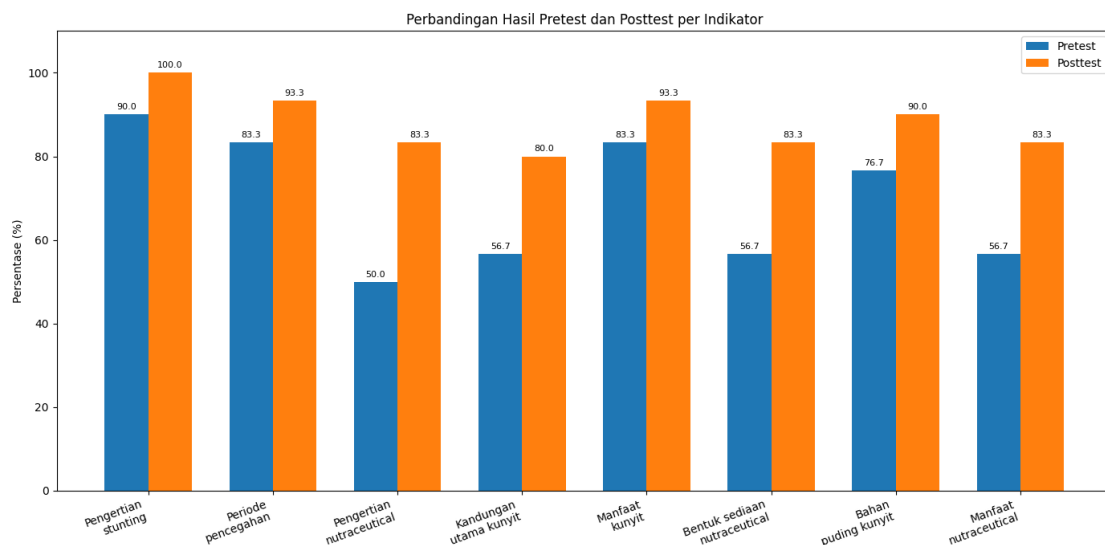
Klasifikasi tersebut digunakan untuk menginterpretasikan hasil pengukuran pengetahuan peserta secara deskriptif (8). Data hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif kuantitatif dengan membandingkan distribusi kategori pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Analisis ini digunakan untuk menggambarkan efektivitas kegiatan edukasi dan pelatihan nutraceutical dalam meningkatkan pengetahuan ibu posyandu terkait pencegahan stunting di Desa Darsono.

HASIL DAN PEMBAHASAN



Gambar 1. Edukasi Kesehatan tentang Stunting dan Nutraceutical

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan berbasis komunitas yang dipadukan dengan pelatihan praktik memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu posyandu mengenai pencegahan stunting.



Gambar 1. Perbandingan Persentase Hasil Pretest dan Posttest Pengetahuan Ibu Posyandu pada Setiap Indikator Edukasi Pencegahan Stunting melalui Nutraceutical Puding Kunyit.

Diagram menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta pada seluruh indikator setelah pelaksanaan edukasi dan pelatihan. Peningkatan tertinggi terjadi pada indikator pemahaman mengenai pengertian nutraceutical sebesar 33,33%, diikuti indikator bentuk sediaan nutraceutical dan manfaat nutraceutical masing-masing sebesar 26,66%, serta kandungan utama kunyit sebesar 23,33%. Temuan ini menunjukkan bahwa materi terkait konsep nutraceutical merupakan pengetahuan baru bagi sebagian besar peserta sehingga intervensi edukasi memberikan dampak peningkatan pemahaman yang cukup signifikan. Sementara itu, indikator tentang pengertian stunting dan manfaat kunyit menunjukkan peningkatan yang lebih rendah karena pengetahuan dasar peserta pada aspek tersebut sudah relatif baik sebelum intervensi dilakukan.”

Peningkatan skor posttest setelah intervensi menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang interaktif mampu memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Sirajuddin *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa peningkatan literasi gizi pada ibu melalui intervensi edukatif secara signifikan berkontribusi terhadap peningkatan kapasitas keluarga dalam upaya pencegahan stunting. Pengetahuan ibu berperan penting dalam pengambilan keputusan terkait pola konsumsi keluarga, pemilihan bahan pangan, serta praktik pemberian makan anak yang tepat (9).

Peningkatan pengetahuan peserta setelah penyuluhan juga sejalan dengan hasil penelitian Astuti (2022) yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pemahaman kader posyandu mengenai pencegahan stunting secara bermakna. Metode penyampaian materi secara interaktif memberikan kesempatan bagi peserta untuk lebih aktif dalam memahami informasi dan mengklarifikasi hal-hal yang belum dipahami (10).

Pelatihan praktik pembuatan puding kunyit memberikan kontribusi penting terhadap peningkatan keterampilan peserta. Pembelajaran berbasis praktik dinilai lebih efektif dibandingkan metode ceramah semata karena memungkinkan peserta mengalami proses belajar secara langsung. Hasil ini mendukung temuan Imansari *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa pelatihan keterampilan

berbasis demonstrasi dapat meningkatkan kemampuan kader dalam mengaplikasikan pengetahuan gizi pada tingkat rumah tangga (11).

Pemanfaatan kunyit sebagai bahan dasar nutraceutical memiliki potensi besar dalam mendukung upaya promotif pencegahan stunting. Kunyit mengandung senyawa kurkumin yang diketahui memiliki aktivitas antioksidan dan antiinflamasi, sehingga berpotensi mendukung kesehatan saluran cerna dan meningkatkan status kesehatan secara umum. Pangan fungsional berbasis bahan alami dapat menjadi alternatif intervensi gizi yang aplikatif dan berkelanjutan apabila dikembangkan melalui pendekatan edukasi masyarakat.



Gambar 2. Pelatihan Pembuatan Nutraceutical Puding Kunyit

Sesi diskusi dan tanya jawab setelah pelatihan juga menjadi bagian penting dalam proses transfer pengetahuan. Interaksi dua arah memungkinkan peserta memperoleh pemahaman yang lebih mendalam melalui klarifikasi materi dan berbagi pengalaman. Menurut penelitian Nuhan *et al.* (2023), metode edukasi yang melibatkan partisipasi aktif peserta terbukti lebih efektif dalam meningkatkan retensi pengetahuan dibandingkan penyampaian satu arah (12).

Secara keseluruhan, kegiatan pelatihan nutraceutical di Desa Darsono menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang mengintegrasikan penyuluhan, demonstrasi praktik, dan diskusi interaktif merupakan strategi yang efektif dalam meningkatkan kapasitas ibu posyandu sebagai agen promotif pencegahan stunting di tingkat masyarakat. Program ini berpotensi untuk dikembangkan secara berkelanjutan melalui pendampingan lanjutan dan diversifikasi produk nutraceutical berbasis pangan lokal.

SIMPULAN

1. Pelatihan nutraceutical di Desa Darsono efektif meningkatkan pengetahuan ibu posyandu tentang pencegahan stunting, yang ditunjukkan oleh peningkatan hasil pada seluruh indikator evaluasi, terutama pada pemahaman konsep nutraceutical.
2. Kombinasi edukasi, demonstrasi pembuatan puding kunyit, dan diskusi interaktif berhasil meningkatkan keterampilan peserta dalam memanfaatkan pangan lokal sebagai produk fungsional, sehingga berpotensi mendukung upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan di masyarakat.

REFERENSI

1. De Onis, M., Branca, F. (2018). Childhood stunting: A global perspective. *Maternal & Child Nutrition*, 14(S1), e12517.

2. Prendergast, A. J., Humphrey, J. H. (2018). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 38(2), 98–107.
3. Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 14(4), e12617.
4. Torlesse, H., Cronin, A. A., Sebayang, S. K., & Nandy, R. (2021). Determinants of stunting in Indonesian children. *BMC Public Health*, 21(1), 1–12.
5. Santini, A., Novellino, E., & Toffanin, R. (2018). Nutraceuticals: Opening the debate for a regulatory framework. *British Journal of Clinical Pharmacology*, 84(4), 659–672.
6. Setiawan, A., Prasetyo, Y., & Hidayati, N. (2020). Efektivitas pendidikan kesehatan dengan metode pretest-posttest dalam peningkatan pengetahuan masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(2), 89–96.
7. Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
8. Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
9. Sirajuddin, S., et al. (2021). The intervention of maternal nutrition literacy has the potential to prevent childhood stunting. *Journal of Public Health Research*, 10(2), 2235
10. Astuti, D. S. T. (2022). Pengaruh pendidikan pencegahan stunting terhadap pengetahuan kader posyandu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 21(2), 112–118.
11. Imansari, A., Madanijah, S., & Kustiyah, L. (2021). Pengaruh pendidikan gizi terhadap pengetahuan, sikap, dan keterampilan kader melakukan konseling gizi di Posyandu. *Amerta Nutrition*, 5(1), 1–7.
12. Nuhan, M. V., et al. (2023). The influence of balanced nutrition education on the knowledge of Posyandu cadres in preventing stunting. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 10(3), 398–404.