


## Edukasi Dampak Stunting terhadap Pertumbuhan Fisik dan Kognitif Balita Usia 0–2 Tahun di Desa Tanjung Morawa B Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025

Mestika Rija Helti Tanjung\*

Universitas Haji Sumatera Utara  
E-mail : [mestikarijal@gmail.com](mailto:mestikarijal@gmail.com)  
\*Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.2958>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 10 September 2025

Revised: 26 September 2025

Accepted: 3 October 2025

#### Kata Kunci:

Stunting, Edukasi, Balita, Pertumbuhan Fisik, Perkembangan Kognitif

#### Keywords:

Stunting, Education, Toddlers, Physical Growth, Cognitive Development



### ABSTRACT

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) berupa edukasi mengenai dampak stunting terhadap pertumbuhan fisik dan kognitif balita usia 0–2 tahun telah dilaksanakan di Desa Tanjung Morawa B, Kabupaten Deli Serdang pada tanggal 3 Juni 2025. Peserta kegiatan adalah ibu balita dengan jumlah 20 orang. Tujuan kegiatan adalah meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai bahaya stunting serta upaya pencegahan sejak dini. Metode pelaksanaan berupa ceramah, diskusi interaktif, serta pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta sebesar 50% setelah diberikan edukasi. Kegiatan ini diharapkan mampu menurunkan risiko stunting melalui praktik pemberian gizi seimbang, ASI eksklusif, MPASI tepat, serta stimulasi kognitif anak.

*Community Service (PkM) activities in the form of education regarding the impact of stunting on the physical and cognitive growth of toddlers aged 0–2 years were carried out in Tanjung Morawa B Village, Deli Serdang Regency on June 3, 2025. Participants were mothers of toddlers with a total of 20 people. The purpose of the activity was to increase public knowledge and awareness regarding the dangers of stunting and early prevention efforts. The implementation method was in the form of lectures, interactive discussions, and pre-tests and post-tests. The results of the activity showed a 50% increase in participant understanding after being given education. This activity is expected to be able to reduce the risk of stunting through the practice of providing balanced nutrition, exclusive breastfeeding, appropriate complementary feeding, and cognitive stimulation of children.*



*This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.*

**How to Cite:** Mestika Rija Helti Tanjung, et al (2025). Edukasi Dampak Stunting terhadap Pertumbuhan Fisik dan Kognitif Balita Usia 0–2 Tahun di Desa Tanjung Morawa B Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025 , 4 (2) 7130-7133. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.2958>

### PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi perhatian utama di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi dalam jangka waktu panjang, seringkali mengalami infeksi, serta kurangnya stimulasi psikososial yang memadai. Anak yang mengalami stunting tidak hanya memiliki tinggi badan di bawah standar, tetapi juga mengalami hambatan pada perkembangan otak dan kognitif. Hal ini berdampak pada menurunnya kemampuan belajar, rendahnya produktivitas di usia dewasa, serta berkontribusi terhadap terjadinya siklus kemiskinan antar generasi.

Kabupaten Deli Serdang merupakan salah satu daerah di Provinsi Sumatera Utara yang prevalensi stuntingnya masih cukup tinggi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara (2023), angka stunting di wilayah ini tercatat di atas 20%, yang berarti masih berada di atas ambang batas yang

direkomendasikan oleh WHO, yaitu maksimal 20%. Salah satu faktor yang memengaruhi masih tingginya angka stunting adalah rendahnya pengetahuan masyarakat, khususnya ibu balita, mengenai pentingnya gizi seimbang, pola pemberian ASI eksklusif, MPASI sesuai usia, serta pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak.

Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM), tim dosen Universitas Haji Sumatera Utara berupaya memberikan edukasi kepada masyarakat Desa Tanjung Morawa B tentang bahaya stunting dan upaya pencegahannya. Edukasi ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran orang tua untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sejak dini sekaligus memberikan stimulasi kognitif yang tepat, sehingga balita dapat tumbuh sehat, cerdas, dan produktif di masa depan.

## **METODE**

### **Metode Pelaksanaan**

Kegiatan dilaksanakan pada:

1. Hari/Tanggal : Senin, 3 Juni 2025
2. Tempat : Desa Tanjung Morawa B, Kabupaten Deli Serdang
3. Peserta : 20 orang (ibu balita)
4. Pelaksana : Dosen Pembimbing Lapangan Universitas Haji Sumatera Utara  
Tahun Anggaran 2024/2025

### **Tahapan Kegiatan**

#### **1. Persiapan**

Sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan, diperlukan tahap persiapan agar pelaksanaan berjalan lancar dan sesuai tujuan. Adapun maksud dari setiap kegiatan pada tahap ini adalah:

- a. Koordinasi dengan perangkat desa dan kader posyandu  
Tahap ini dilakukan untuk menjalin kerja sama dengan pihak desa sebagai tuan rumah kegiatan serta kader posyandu yang sehari-hari berhubungan langsung dengan ibu balita. Koordinasi bertujuan agar kegiatan mendapat dukungan penuh, terlaksana sesuai kebutuhan masyarakat, serta melibatkan peserta yang tepat sasaran. Selain itu, koordinasi juga penting untuk menentukan lokasi, waktu, dan teknis pelaksanaan kegiatan.
  - b. Menyusun materi penyuluhan terkait stunting  
Materi penyuluhan harus dipersiapkan dengan baik agar mudah dipahami oleh peserta, dalam hal ini para ibu balita. Materi mencakup definisi stunting, penyebab, dampak terhadap pertumbuhan fisik dan kognitif anak, serta langkah pencegahan melalui pola makan bergizi, pemberian ASI eksklusif, MPASI sesuai usia, dan stimulasi perkembangan anak. Penyusunan materi yang tepat akan memudahkan peserta dalam memahami pesan yang disampaikan.
  - c. Menyiapkan instrumen pre-test dan post-test  
Instrumen ini berupa daftar pertanyaan sederhana yang digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan. Pre-test berfungsi mengetahui pemahaman awal peserta, sedangkan post-test digunakan untuk menilai sejauh mana peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Dengan adanya instrumen ini, kegiatan dapat dievaluasi secara terukur dan hasilnya dapat dipertanggungjawabkan secara akademis.
- #### **2. Pelaksanaan**
- a. Pre-Test: untuk mengukur pengetahuan awal ibu balita.
  - b. Edukasi (Ceramah dan Diskusi): Materi yang disampaikan meliputi:
    - 1) Definisi stunting dan faktor penyebab.
    - 2) Dampak stunting terhadap fisik dan kognitif.
    - 3) Peran ASI eksklusif dan MPASI gizi seimbang.
    - 4) Pentingnya stimulasi perkembangan balita.
  - c. Post-Test: untuk mengukur peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan.
- #### **3. Evaluasi dan Penutup**
- a. Diskusi interaktif, tanya jawab, dan refleksi peserta  
Tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan. Diskusi interaktif memungkinkan peserta untuk menyampaikan pengalaman, kendala, serta pertanyaan terkait perawatan dan pemberian gizi kepada balita. Melalui tanya jawab, peserta

dapat memperoleh penjelasan lebih detail dari tim pengabdian, sehingga informasi yang diberikan tidak hanya bersifat satu arah. Refleksi peserta dilakukan agar mereka dapat mengungkapkan kesan, manfaat, dan rencana tindak lanjut setelah mengikuti penyuluhan. Hal ini menjadi bagian penting dalam memastikan materi yang disampaikan benar-benar dipahami dan relevan dengan kondisi sehari-hari mereka.

b. Penarikan kesimpulan Bersama

Pada tahap akhir, tim pengabdian bersama peserta merumuskan kesimpulan dari seluruh rangkaian kegiatan. Kesimpulan ini mencakup poin-poin penting yang harus dipahami, seperti pengertian stunting, penyebab dan dampaknya, serta langkah-langkah pencegahan yang bisa dilakukan di tingkat keluarga. Penarikan kesimpulan secara bersama-sama bertujuan agar setiap peserta merasa terlibat, memiliki pemahaman yang sama, dan lebih termotivasi untuk menerapkan ilmu yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi tentang dampak stunting terhadap pertumbuhan fisik dan kognitif balita usia 0–2 tahun di Desa Tanjung Morawa B diikuti dengan antusias oleh 20 ibu balita. Kehadiran peserta yang penuh semangat menunjukkan bahwa masyarakat memiliki kepedulian tinggi terhadap kesehatan anak, meskipun pengetahuan awal mereka masih terbatas.

#### Hasil Pre-Test dan Post-Test

Sebelum kegiatan dimulai, dilakukan pre-test untuk mengetahui pemahaman awal. Hasilnya, hanya 35% peserta yang mengetahui bahwa stunting berpengaruh terhadap perkembangan otak dan kecerdasan anak. Sebagian besar ibu hanya menganggap stunting sebatas kondisi fisik berupa tubuh pendek.

Setelah diberikan penyuluhan melalui media leaflet, diskusi interaktif, dan contoh menu MPASI bergizi, hasil post-test menunjukkan peningkatan pemahaman hingga **85% peserta**. Artinya, terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 50%. Para peserta mulai memahami bahwa stunting dapat dicegah dengan pemberian ASI eksklusif, MPASI bergizi sesuai usia, serta stimulasi kognitif yang tepat.

#### Temuan Diskusi

Diskusi mengungkapkan kebiasaan kurang tepat, seperti pemberian MPASI terlalu dini (sebelum 6 bulan) dan pola makan anak yang kurang bervariasi. Melalui kegiatan ini, para ibu menyadari pentingnya variasi menu gizi dan berkomitmen untuk memperbaiki praktik pemberian makan serta menambah stimulasi kognitif melalui bermain, membaca cerita, dan komunikasi aktif dengan anak.

Tabel 1. Perbandingan Pre-Test dan Post-Test

Aspek Pengetahuan	Pre-Test (%)	Post-Test (%)
Mengetahui stunting = tubuh pendek saja	65%	15%
Mengetahui stunting berdampak pada otak	35%	85%
Paham pentingnya gizi & stimulasi	40%	90%



Gambar 1. Grafik Hasil Pre-Test dan Post-Test  
(Perubahan tingkat pemahaman peserta)

#### Pembahasan

Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi singkat namun interaktif mampu memberikan perubahan signifikan pada pemahaman ibu balita. Dengan bekal pengetahuan yang lebih baik, para ibu diharapkan mampu menjadi garda terdepan dalam pencegahan stunting di keluarga. Pendekatan yang humanis, komunikatif, dan sederhana terbukti efektif dalam menyentuh hati peserta dan mendorong perubahan perilaku nyata di masyarakat.

Selain itu, keterlibatan aktif peserta dalam diskusi menjadi faktor penting yang memperkuat proses pembelajaran. Para ibu tidak hanya mendengarkan materi, tetapi juga berani mengemukakan pengalaman dan kebiasaan sehari-hari terkait pola asuh serta pemberian makan pada anak. Dengan cara ini, penyuluhan menjadi lebih bermakna karena menyentuh konteks nyata yang mereka hadapi.

Kegiatan ini juga memberikan kesadaran baru bahwa stunting bukan hanya masalah tinggi badan, melainkan menyangkut masa depan anak secara menyeluruh, baik fisik, kognitif, maupun sosial. Para

ibu memahami bahwa setiap langkah kecil, seperti memberikan ASI eksklusif, menyajikan MPASI dengan variasi gizi, dan meluangkan waktu untuk berinteraksi dengan anak, merupakan investasi besar bagi kualitas hidup mereka di masa depan.

Dengan adanya peningkatan pemahaman ini, diharapkan Desa Tanjung Morawa B dapat menjadi contoh bahwa edukasi kesehatan yang tepat sasaran mampu menciptakan perubahan positif dan berkelanjutan di masyarakat.



Gambar 2. Dokumentasi Edukasi Dampak Stunting Terhadap Pertumbuhan Fisik Dan Kognitif Balita 0 – 2 Tahun di Desa Tj.Morawa B Kabupaten Deli Serdang Tahun 2025

## KESIMPULAN

Kegiatan PkM berupa edukasi dampak stunting terhadap pertumbuhan fisik dan kognitif balita usia 0–2 tahun di Desa Tanjung Morawa B, Kabupaten Deli Serdang pada tanggal 3 Juni 2025 berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu balita.

Peningkatan pemahaman sebesar 50% menunjukkan efektivitas kegiatan. Edukasi ini diharapkan menjadi langkah awal dalam pencegahan stunting, sehingga balita dapat tumbuh sehat, cerdas, dan produktif di masa depan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018–2024*. Jakarta: Kemenkes RI.
- WHO. (2020). *Malnutrition: Key Facts*. Geneva: World Health Organization.
- UNICEF. (2021). *The State of the World's Children 2021*. New York: United Nations Children's Fund.
- Hardinsyah, & Supriasa, I.D.N. (2020). *Ilmu Gizi Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2023). *Laporan Tahunan Pencegahan Stunting*. Medan.
- Soetjiningsih. (2022). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.