

## Pemberdayaan Kelompok Ibu Rumah Tangga melalui Pelatihan Sanitasi Pengolahan Makanan sebagai Upaya Pencegahan *Stunting*.

Nurpatwa Wilda Ningsi<sup>1\*</sup>, Riska Mayangsari<sup>2</sup>, Muh.Raffly Ar-Rasyid<sup>3</sup>, Nur Alisah<sup>4</sup>, Irfan<sup>5</sup>

### **Kata Kunci:**

Ibu Rumah Tangga;  
Pengolahan Makanan;  
Pencegahan;  
*Stunting*.

### **Keywords:**

Housewife;  
Food Processing;  
Prevention;  
*Stunting*.

### **Correspondensi Author**

<sup>1</sup>Gizi, Universitas Sulawesi Barat  
Teknik Informatika,  
Universitas Sulawesi Barat  
Makassar, Indonesia  
Email:  
[nurfatwawilda@gmail.com](mailto:nurfatwawilda@gmail.com)

### **Article History**

Received: 20-10-2025;  
Reviewed: 28-10-2025;  
Accepted: 25-11-2025;  
Available Online: 18-12-2025;  
Published: 28-12-2025.

**Abstrak.** Program kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini adalah Memberdayakan kelompok Ibu rumah tangga di Lingkungan Cilallang dengan memberikan edukasi dan pelatihan sanitasi pengolahan makanan sebagai pencegahan dan penanganan stunting. Metode pelaksanaan dilakukan edukasi dan pelatihan kepada kelompok ibu rumah tangga berjumlah 15 orang. Kegiatan edukasi dilakukan melalui ceramah interaktif, pelatihan dalam bentuk demo masak dengan menerapkan sanitasi dalam pengolahan makanan dan evaluasi yang dilakukan dengan menggunakan pre test dan post test. Hasil menunjukkan terjadi peningkatan pemahaman terkait dampak, penyebab dan pencegahan stunting dengan rata-rata pengetahuan 48,4% menjadi 93,6%. Peningkatan pemahaman terkait PHBS dan Sanitasi pengolahan makanan dengan rata-rata pengetahuan dari 39,4% menjadi 87,6%. Program edukasi dan pelatihan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kelompok ibu rumah tangga yang dibuktikan dengan peningkatan signifikan pada semua aspek yang dievaluasi dan keterampilan peserta dalam mengolah makanan berbasis hasil laut dengan menerapkan sanitasi dalam pengolahan makanan. Kegiatan ini dapat membantu pemberdayaan kelompok Ibu Rumah Tangga dalam upaya pencegahan stunting.

**Abstract.** This Community Service activity program is to empower groups of housewives in the Cilallang neighborhood by providing education and training on food processing sanitation as a prevention and treatment of stunting. The implementation method used is education and training to groups of 15 housewives. Educational activities are carried out through interactive lectures, training in the form of cooking demonstrations by applying sanitation in food processing and evaluations carried out using pre-tests and post-tests. The results show an increase in understanding regarding the impacts, causes and prevention of stunting with an average knowledge of 48.4% to 93.6%. And an increase in understanding regarding PHBS and food processing sanitation with an average knowledge of 39.4% to 87.6%. This education and training program has succeeded in increasing the knowledge and participant skills in processing seafood-based foods by implementing sanitation in food processing.



## PENDAHULUAN

Masalah gizi kurang pada balita merupakan salah satu masalah gizi yang dialami oleh balita di dunia termasuk negara Indonesia. Indonesia merupakan negara berkembang yang masih menghadapi masalah kekurangan gizi yang cukup besar. Permasalahan gizisecara nasional saat ini adalah balita gizi kurang dan balita gizi buruk (Supardi et al., 2024).

World Health Organization (WHO) mendefinisikan stunting sebagai tinggi badan anak lebih dari -2 standar deviasi (SD) dibawah rata-rata standar pertumbuhan. Hal ini dapat disebabkan oleh asupan gizi yang tidak mencukupi kebutuhan anak pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Proses anak menjadi stunting dimulai sejak usia 6 bulan dan gejala utamanya terlihat pada umur dua sampai tiga tahun dan berlangsung hingga anak berusia 18 tahun. Prevalensi stunting tertinggi terjadi pada usia balita (24-59 bulan) (Ningsi et al., 2024).

Prevalensi stunting di Indonesia masih sangat tinggi, dengan Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menunjukkan bahwa 37,2% anak menderita stunting, yang berarti ada 8,9 juta anak stunting di Indonesia (Cahyaningrum et al., 2024). Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan kondisi sanitasi yang buruk berisiko 2,94 kali terhadap kejadian *stunting* dibandingkan lingkungan dengan sanitasi yang baik (Kemenkes, 2022; Wahdaniyah et al., 2022). Data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan angka *stunting* di Provinsi Sulawesi Barat (Sulbar) merupakan tertinggi kedua di Indonesia dengan angka prevalensi yaitu 35%. Kabupaten Majene menjadi kabupaten dengan angka prevalensi balita *stunting* tertinggi di Provinsi Sulawesi Barat pada tahun 2022 yaitu 40,6% (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Provinsi Sulbar merupakan provinsi dengan angka stunting tertinggi kedua di Indonesia. Kabupaten Majene menjadi penyumbang terbanyak stunting di Sulbar (30,5%) pada tahun 2023 (Imran & Subrina, 2023). Data terbaru dari Dinas Kesehatan Kabupaten Majene menunjukkan prevalensi stunting sebesar 30,8 % pada tahun 2024 di Wilayah Kerja Puskesmas Banggae 1, dan salah satu

Kelurahan yang berkontribusi pada tingginya kasus stunting dan merupakan Lokus adalah Kelurahan Pangali-Ali (Saputra, 2021).

Lingkungan Cilallang merupakan lingkungan yang potensial karena memiliki sumber daya alam yang dapat dimanfaatkan dan sumber daya manusia yang dapat diberdayakan. Karena terletak di wilayah pesisir, sehingga sumber daya alam utama dari lingkungan ini adalah tangkapan hasil laut, sedangkan sumber daya manusia potensial yang dimiliki lingkungan ini salah satunya adalah ibu rumah tangga (Sulistiawati, 2022).

Para ibu rumah tangga mengeluhkan bahwa sebagian besar keluarga di lingkungan mereka memiliki latar belakang pendidikan dan penghasilan yang rendah (Enjelina et al., 2023). Kondisi ini menyulitkan mereka untuk mengakses makanan bergizi, bahkan mendapatkan informasi yang tepat terkait sanitasi pengolahan makanan dan lingkungan, sehingga menjadi salah satu faktor pemicu terjadinya *stunting* di masyarakat (Mustapa et al., 2023; Said et al., 2023; Syuhada et al., 2021).

Dampak jangka pendek dari *stunting* yaitu meningkatnya kejadian kesakitan dan kematian, perkembangan kognitif, motorik, dan verbal pada anak tidak optimal dan meningkatnya biaya kesehatan. Sementara itu, dampak jangka panjangnya yaitu postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa (lebih pendek dibandingkan pada umumnya), meningkatnya risiko obesitas dan penyakit lainnya, menurunnya kesehatan reproduksi, kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah, dan produktivitas dan kapasitas kerja yang tidak optimal (Khoiriyah et al., 2021).

Untuk itu, diperlukan upaya pemerintah dalam menyelesaikan permasalahan ini, dan upaya tersebut dapat dilakukan secara kolaboratif dengan melibatkan berbagai pihak, salah satunya adalah kelompok ibu rumah tangga. Kelompok ibu rumah tangga dapat mengambil peran dalam upaya mencegah *stunting* dengan melakukan pengolahan makanan yang aman dan bergizi seperti pengolahan makanan yang bergizi dalam bentuk kudapan berbasis hasil laut seperti cookies, nugget dan *stick* (Abadi et al; Indriastuti & Mayangsari, 2023)

Hal ini sangat bermanfaat bagi Kelompok Ibu Rumah Tangga di Lingkungan

Cilalang untuk mendorong para anggotanya dan masyarakat mengatasi permasalahan yang ada di wilayahnya melalui pemanfaatan sumber daya alam dan manusia yang tersedia melalui kerja sama dengan insan akademis. Tujuan dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini adalah Memberdayakan kelompok Ibu rumah tangga Lingkungan Cilalang dengan memberikan edukasi dan pelatihan terkait pencegahan dan penanganan stunting.

## METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang berada di Cilalang merupakan hilirisasi riset Tim yang dilaksanakan dengan pendekatan *community development* yang dilakukan secara sistematis, terencana, dan bertujuan untuk meningkatkan akses masyarakat khususnya peningkatan keterampilan kelompok ibu rumah tangga dalam pengolahan makanan yang lebih higienis sebagai upaya pencegahan stunting.

Adapun mitra pada kegiatan ini adalah kelompok ibu rumah tangga yang tinggal dan menetap di Lingkungan Cilalang yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria (1) merupakan istri dari kelompok nelayan, (2) ibu yang memiliki balita.

Kegiatan PkM ini dibagi menjadi beberapa tahapan, mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahap persiapan dilakukan untuk memastikan kegiatan PkM berjalan efektif dan sesuai kebutuhan mitra. Tahapan pelaksanaan, dilakukan melalui 3 (tiga) pertemuan yang mencakup kegiatan sosialisasi, edukasi dan simulasi, pendampingan dalam bentuk demonstrasi masak. Tahapan evaluasi dilakukan untuk mengukur tingkat keberhasilan program, baik dari aspek pengetahuan maupun keterampilan dengan menggunakan instrumen *pretest-posttest*, *checklist* observasi dan umpan balik dari peserta.

Pelaksanaan kegiatan PkM dilakukan secara terstruktur dengan mekanisme sebagai berikut:

### 1. Kegiatan Sosialisasi

Sosialisasi bertujuan untuk memberikan pemahaman awal kepada peserta terkait tujuan kegiatan dan isi materi. Pemateri

bertanggung jawab menyampaikan materi secara jelas dan memotivasi peserta untuk berpartisipasi aktif. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan dengan durasi selama 30–40 menit dengan alur pembukaan dan penjelasan tujuan kegiatan, pemaparan tema kegiatan, pemaparan manfaat kegiatan dan rencana tahapan pertemuan selanjutnya. Adapun media yang digunakan berupa slide presentasi dan poster. Indikator keberhasilan kegiatan sosialisasi yaitu peserta memahami tujuan kegiatan (dibuktikan melalui tanya jawab singkat, dan peserta mampu menyebutkan minimal dua faktor risiko stunting di rumah tangga.

### 2. Kegiatan Edukasi dan Simulasi

Kegiatan ini difokuskan pada peningkatan pengetahuan dan keterampilan dasar melalui pembelajaran langsung. Durasi kegiatan selama 45–60 menit dengan alur kegiatan dimulai dengan penyampaian materi yang dilanjutkan dengan simulasi bersama. Adapun media yang digunakan berupa leaflet dan video pendek. Indikator keberhasilan kegiatan yaitu adanya peningkatan skor pengetahuan dan peserta mampu mempragakan praktik cuci tangan dengan benar.

### 3. Pendampingan

Kegiatan ini difokuskan pada peningkatan keterampilan peserta Pemateri bertanggungjawab mengarahkan peserta terkait teknik yang benar dalam demo masak, mengoreksi kesalahan, dan menjelaskan aspek keamanan pangan selama proses memasak. Durasi kegiatan demo masak selama 45–60 menit dengan alur kegiatan pemateri mempragakan langkah- langkah dalam demo masak, dilanjutkan dengan peserta mengikuti praktik secara berkelompok dengan pengawasan pemateri. Indikator keberhasilan yaitu peserta mampu membuat makanan tambahan secara mandiri dengan menerapkan prinsip higienitas selama praktik demo masak.

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan ini berupa kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang disusun dalam bentuk pertanyaan tertutup yang terdiri atas 10 butir pertanyaan, yang mencakup aspek pengetahuan dan keterampilan dasar terkait stunting dan PHBS, serta *checklist* observasi untuk mengevaluasi keterampilan peserta selama kegiatan simulasi dan pendampingan. Skoring pada instrumen dilakukan berdasarkan jenis pertanyaan. Pada soal pilihan ganda, peserta memperoleh skor

satu untuk jawaban benar dan nol untuk jawaban salah. Pada checklist observasi keterampilan, skor dua diberikan jika peserta melakukan langkah dengan benar, satu untuk pelaksanaan yang kurang tepat, dan nol jika tidak dilakukan.

Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test* untuk melihat perubahan pengetahuan peserta. Peningkatan dihitung melalui selisih skor dan persentase peningkatan dari skor awal. Selain itu, nilai rata-rata dan distribusi kategori penilaian disajikan untuk menggambarkan tingkat pencapaian peserta. Analisis keterampilan melalui *checklist* observasi dihitung persentasenya untuk menentukan jumlah peserta yang mampu menerapkan praktik cuci tangan, dan demo masak secara benar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Target kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu ibu rumah tangga yang mempunyai balita yang tinggal di Lingkungan Cilallang, Kelurahan Pangali-Ali Kabupaten Majene. Ibu merupakan individu yang paling besar peranannya terhadap pertumbuhan dan perkembangan balitanya.

Pola pemberian makan yang diberikan orang tua berdasarkan jenis makanan, jumlah makanan dan jadwal makanan yang tepat mampu memberikan status gizi normal pada anak balitanya. Selain itu juga di dukung oleh sanitasi dalam rumah tangga yang di lihat dari proses pengolahan makanan yang diberikan kepada keluarganya (Azqinar & Himayani,

2020; Mentari, 2020; Pardede, 2017). Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan menjadi 3 (kegiatan) yaitu kegiatan;

### 1. Persiapan

Pada tahap perencanaan kegiatan, dilakukan koordinasi awal dengan Lingkungan Cilallang dan Ketua kelompok Ibu Rumah Tangga yang akan terlibat dalam pelaksanaan. Tahapan ini diawali dengan diskusi internal untuk mengidentifikasi akar permasalahan, dilanjutkan dengan survei Lokasi, pengurusan perizinan, serta persiapan instrumen kegiatan berupa kuesioner, materi penyuluhan, dan perlengkapan pendampingan dalam bentuk demonstrasi masak yang akan digunakan dalam kegiatan.

### 2. Pelaksanaan

Kegiatan PkM sebagai Upaya memberdayakan kelompok Ibu rumah tangga Lingkungan Cilallang dengan memberikan edukasi dan pelatihan terkait pencegahan dan penanganan stunting. Kegiatan ini dilaksanakan di Lingkungan Cilallang, Kelurahan Pangali-Ali, Majene, Sulawesi Barat. Pembukaan kegiatan oleh mahasiswa dan sambutan dari Kepala Lingkungan dan dilanjutkan dengan pemberian edukasi gizi. Kegiatan selanjutnya yaitu pengisian *pre test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan kelompok Ibu Rumah Tangga. Kemudian pemaparan materi edukasi oleh Narasumber 1 terkait Peran ibu dalam upaya pencegahan *Stunting*, Prinsip sanitasi dalam pengolahan makanan.



**Gambar 1.** Edukasi dan Pendampingan dalam bentuk Demonstrasi Masak oleh Ibu Rumah Tangga dalam upaya pencegahan Stunting

Kemudian dilanjutkan pemaparan materi oleh Narasumber 2 terkait pemanfaatan pangan olahan berbasis hasil laut. Setelah pemberian materi dilakukan diskusi, tanya

jawab dan evaluasi berbentuk *post test*. Dengan hasil evaluasi berikut:

**Tabel 1.** Persentase Tingkat Pengetahuan Peserta terhadap Materi *Stunting*

Soal	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
	Benar	Salah	Benar	Salah
Dampak kejadian <i>Stunting</i>	50,0	50,0	95,5	4,5
Penyebab <i>Stunting</i>	54,5	45,5	90,0	9,1
Pencegahan <i>Stunting</i>	40,9	59,1	95,5	4,5

Berdasarkan tabel 1 di atas, menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta yang cukup signifikan setelah intervensi diberikan. Pada aspek pemahaman mengenai dampak stunting, proporsi peserta yang menjawab benar meningkat dari 50,0% menjadi 95,5%, atau mengalami kenaikan sebesar 45,5 %. Pengetahuan mengenai penyebab stunting juga menunjukkan peningkatan dari 54,5% menjadi 90,0% (kenaikan 35,5 %), sementara aspek pencegahan stunting menunjukkan peningkatan tertinggi, yaitu dari 40,9%

menjadi 95,5% (kenaikan 54,6 %). Jika dirata-ratakan, ketiga aspek tersebut menunjukkan rata-rata peningkatan pengetahuan sebesar 45,2 %, yang mencerminkan efektivitas intervensi edukasi dalam meningkatkan literasi peserta secara komprehensif. Besarnya kenaikan rata-rata ini menegaskan bahwa metode edukasi yang digunakan mampu memberikan dampak substantif terhadap pemahaman peserta mengenai isu stunting sebagai masalah kesehatan masyarakat yang prioritas.

**Tabel 2.** Persentase Tingkat Pengetahuan terkait PHBS dan Sanitasi Rumah Tangga

Soal	<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>		
	Selalu	Kadang-Kadang	Tidak Pernah	Selalu	Kadang-Kadang	Tidak Pernah
Mencuci tangan dengan sabun	45,5	22,7	31,8	77,3	18,2	4,5
Pengolahan makanan	40,9	36,4	22,7	95,5	0,0	4,5
Membuang sampah	31,8	40,9	27,3	90,0	9,1	0,0

Berdasarkan Tabel 2, terlihat adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada seluruh variabel perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta sanitasi rumah tangga setelah peserta menerima intervensi edukasi dan simulasi. Pada aspek mencuci tangan dengan sabun, proporsi peserta yang selalu melakukan praktik tersebut meningkat dari 45,5% pada pre-test menjadi 77,3% pada post-test, atau mengalami kenaikan sebesar 31,8%. Pada variabel pengolahan makanan, terjadi peningkatan yang lebih besar, yaitu dari 40,9% menjadi 95,5% (kenaikan 54,6%). Sementara itu, praktik pembuangan sampah menunjukkan peningkatan dari 31,8% menjadi 90,0%, atau sebesar 58,2%. Jika dirata-ratakan, ketiga variabel tersebut menunjukkan

peningkatan sebesar 48,2%, yang menegaskan bahwa intervensi edukasi dan simulasi yang diberikan memiliki efektivitas tinggi dalam meningkatkan pengetahuan dan kecenderungan praktik PHBS peserta secara menyeluruh.

Setelah dilakukan evaluasi melalui post-test, kegiatan dilanjutkan dengan pendampingan berupa demonstrasi memasak menu kudapan sehat berbasis hasil laut. Kegiatan demo masak diawali dengan pemaparan resep kudapan berbahan ikan dan rumput laut, yaitu Cookies Ikan Tongkol, Nugget Ikan Kembung, dan Stick Rumput Laut. Setelah menjelaskan bahan, alat, serta tahapan pembuatan, narasumber dan tim pengabdian membagi peserta Ibu Rumah Tangga

ke dalam tiga kelompok sesuai jenis menu yang akan dipraktikkan. Setiap kelompok kemudian diarahkan untuk melakukan praktik pengolahan pangan secara langsung menggunakan alat dan bahan yang telah disiapkan.

Hasil ceklist observasi menunjukkan bahwa mayoritas peserta telah menguasai keterampilan dasar pengolahan pangan dengan baik, yang tercermin dari capaian indikator pada setiap tahap proses. Pada tahap penyiapan bahan, sebanyak 87% peserta mampu melakukan persiapan sesuai prosedur yang ditentukan. Pada tahap teknik pencampuran dan pengolahan, 82% peserta dapat mengikuti langkah-langkah yang benar sesuai arahan. Sementara itu, penerapan prosedur higienitas selama praktik memasak juga cukup tinggi, yaitu sebesar 85%, menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memahami pentingnya kebersihan dalam proses pengolahan pangan. Selain itu, seluruh kelompok, yaitu 100% peserta, berhasil menghasilkan produk akhir yang sesuai standar kualitas yang ditunjukkan dalam demonstrasi. Secara keseluruhan, hasil observasi ini menunjukkan bahwa kegiatan demonstrasi tidak hanya meningkatkan pemahaman, tetapi juga berperan dalam meningkatkan keterampilan praktis peserta, sehingga mampu mendorong peningkatan kemahiran Ibu Rumah Tangga dalam mengolah kudapan sehat berbasis hasil laut. Kegiatan program pengabdian pada Masyarakat dalam bentuk pemberdayaan kelompok ibu rumah tangga berupa sosialisasi dan edukasi serta pendampingan dalam bentuk demonstrasi masak. Stunting masih menjadi permasalahan gizi kronis yang berdampak pada tumbuh kembang anak di Indonesia. Penyebab utama stunting antara lain kurangnya asupan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sanitasi lingkungan yang buruk, dan rendahnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di rumah tangga (Nova & Ilham, 2021). Oleh karena itu, penguatan edukasi kepada masyarakat, khususnya ibu rumah tangga sebagai pengelola utama pola asuh dan asupan gizi keluarga, menjadi langkah strategis untuk menurunkan prevalensi *stunting*.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan salah satu bentuk kontribusi nyata dalam upaya percepatan penurunan stunting di Indonesia. Melalui pendekatan edukatif dan partisipatif, kelompok ibu rumah tangga dapat menjadi suatu perubahan dalam menciptakan lingkungan rumah tangga yang sehat dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Pada pelaksanaan program kegiatan pengabdian ini dilakukan berupa sosialisasi, edukasi dan pendampingan dalam bentuk demo masak. Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini memberdayakan kelompok Ibu rumah tangga di Lingkungan Cilallang dengan meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan melalui pelaksanaan pendampingan demonstrasi masak.

Keberhasilan kegiatan ini dilihat dari hasil evaluasi sebelum dan setelah dilakukan sosialisasi dan edukasi, yang mana pemahaman sebelum dilakukan edukasi hampir sebagian dari kelompok ibu rumah tangga masih menjawab salah terkait dampak, penyebab, dan upaya pencegahan terjadinya *stunting* namun setelah diberikan sosialisasi dan edukasi terdapat peningkatan pemahaman peserta dalam memahami dampak stunting bagi kesehatan yaitu perkembangan otak tidak maksimal dan dapat menghambat perkembangan kognitif dan motorik.

Adapun faktor penyebab anak terindikasi stunting ialah kurangnya pengetahuan ibu terkait stunting. Pengetahuan terkait *stunting* merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *stunting* mengingat bahwa asupan makanan pada masa balita sangat tergantung dan berhubungan dengan pengetahuan orangtua maupun keluarga (Uliyanti et al., 2017). Tidak hanya itu keberhasilan edukasi juga terkait praktik sanitasi yang baik, peran ibu dalam menjaga sanitasi di lingkungan keluarga, pentingnya menjaga sanitasi lingkungan, upaya dalam memelihara sanitasi lingkungan dengan adanya peningkatan pemahaman sebelum dan setelah dilakukan edukasi.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dapat mempengaruhi kejadian stunting secara tidak langsung melalui riwayat penyakit infeksi. Adapun faktor penyebab anak terindikasi stunting selain kurangnya pengetahuan ibu terkait stunting dan kurangnya kesadaran untuk menerapkan



aktivitas hidup bersih dan sehat. PHBS pada hakikatnya merupakan perilaku pencegahan oleh individu atau keluarga dari berbagai penyakit (Dhefiana et al., 2023).

Kegiatan setelah memberikan edukasi kemudian dilanjutkan dengan simulasi praktik cuci tangan yang merupakan salah satu penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam rumah tangga. Hal ini bertujuan agar peserta akan menerapkan untuk memberikan pengetahuan praktis kepada masyarakat, khususnya ibu rumah tangga dan anggota keluarga, tentang cara menerapkan prinsip-prinsip PHBS di lingkungan rumah tangga secara langsung dan aplikatif. Kegiatan pendampingan dalam bentuk demonstrasi masak juga dilakukan dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dengan tujuan Memberdayakan kelompok Ibu rumah tangga Lingkungan Cilallang dengan memberikan pembinaan dalam bentuk kelas ibu balita dengan prinsip pengolahan makanan yang tepat, pentingnya hygiene dan sanitasi dalam pengolahan makanan serta Pemanfaatan pangan olahan berbasis hasil laut hingga pendampingan dalam bentuk pelaksanaan Demo Masak.

Kegiatan demo masak diawali dengan pemaparan resep menu kudapan sehat berbasis hasil laut seperti *Cookies* Ikan Tongkol, Nugget Ikan Kembung, dan *Stick* Rumput laut. Setelah menjelaskan bahan, alat dan cara membuat menu tersebut kemudian narasumber dan tim pengabdian membagi kelompok Ibu Rumah Tangga menjadi 3 kelompok untuk membuat masing-masing menu dan langsung mengarahkan seluruh kelompok peserta untuk langsung melakukan praktik pengolahan bahan pangan menggunakan alat yang telah disiapkan. Kegiatan ini bertujuan sebagai pelatihan keterampilan bagi kelompok Ibu Rumah Tangga hingga mencapai tingkat kemahiran.

Dalam pelaksanaan program pengabdian pada masyarakat ini terdapat beberapa faktor yang mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini yaitu: (1) adanya bantuan yang dilakukan oleh pihak mitra dalam memberikan fasilitas berupa tempat pelaksanaan dan peserta yang merupakan kelompok ibu rumah tangga untuk terlibat langsung dalam pelaksanaan program pengabdian pada masyarakat dalam bentuk sosialisasi, edukasi dan pendampingan dalam bentuk demo masak

ini. (2) Adanya minat dan antusiasme peserta pada saat kegiatan berlangsung. Yang dapat terlihat dari jumlah peserta yang tidak mengalami pengurangan serta respon peserta dalam melakukan praktik. Selain itu, besarnya minat dapat dilihat juga melalui tanya jawab yang bertujuan untuk mendapatkan informasi dari tim pelaksana yang dilakukan pada saat praktik.

Hal ini dikarenakan dalam prosesnya, program pengabdian ini telah meminta izin terlebih dahulu kepada elemen tingkat kelurahan dan tingkat lingkungan tempat berlangsungnya program pengabdian pada masyarakat ini. Selain itu, dikarenakan peserta yang telah saling kenal, maka tidak ada kecanggungan antara peserta, sehingga dalam berkomunikasi tidak canggung. Tidak hanya itu, faktor yang menghambat kegiatan pengabdian ini yaitu keterbatasan waktu pelaksanaan dikarenakan waktu beberapa ibu rumah tangga memiliki kegiatan di pagi hari sehingga dilaksanakan di sore hari. Peserta memiliki latar belakang pendidikan dan tingkat pemahaman yang berbeda-beda sehingga memerlukan pendekatan komunikasi yang lebih sabar dan variatif.

## SIMPULAN DAN SARAN

Pemberdayaan kelompok Ibu rumah tangga Lingkungan Cilallang telah berhasil meningkatkan pengetahuan secara signifikan yang dibuktikan dengan peningkatan pemahaman melalui edukasi yang diberikan terkait dampak, penyebab, dan upaya pencegahan *stunting* serta pemahaman terkait sanitasi dalam pengolahan makanan dengan mencuci tangan dengan menggunakan air mengalir dan sabun melalui metode yang efektif seperti pre test dan post test. Hasil lainnya dapat dilihat dari keterampilan ibu rumah tangga terkait pemanfaatan pangan olahan berbasis hasil laut. Diharapkan dengan kegiatan ini ibu rumah tangga ini turut berperan dalam mencegah terjadinya *stunting* dan memanfaatkan hasil laut dengan mengolah menjadi olahan pangan sehat.

Sebaiknya program dapat ditindaklanjuti melalui kerjasama dengan mitra-mitra lain atau pihak-pihak lain di luar institusi, agar dapat mengetahui respon secara lebih luas terhadap pelaksanaan suatu program pengabdian pada masyarakat yang telah

dilakukan. Untuk membangun keberhasilan ini, direkomendasikan kepada posyandu dan PKK terkait kegiatan PkM di masa depan mencakup sesi tindak lanjut untuk memperkuat edukasi dan demonstrasi pengolahan makanan untuk balita berbasis hasil laut sehingga mendorong keterlibatan masyarakat yang lebih dalam dan meningkatkan hasil kesehatan di wilayah tersebut.

## DAFTAR RUJUKAN

- Abadi, E., Mayangsari, R., Ananda, S. H., Umrana, S., & Demmalewa, J. Q. (2023). Pengolahan Camilan Stick Rumput Laut Hijau (Eucheuma) Berdasarkan Uji Organoleptik pada Murid Sekolah Dasar (SD) Negeri 29 Kendari. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 656. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3503>
- Azqinar, T. C., & Himayani, R. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu dan Pendapatan Keluarga dengan Kejadian Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Way Urang Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(2), 256–263. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/duniakesmas/index>
- Cahyaningrum, N. E., Mars, S. P., & Suratman. (2024). Factors Influencing the Incidence of Stunting in Children Aged 24-59 Months in the Work Area Muara Delang Health Center, Jambi. *International Journal of Science and Society*, 6(2), 174–185.
- Dhefiana, T., Suhelmi, R., & Hansen. (2023). Hubungan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) orang tua dengan kejadian stunting di kelurahan Air Hitam Kota Samarinda. *Sanitasi: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 16(1), 20–28.
- Enjelina, W., Simbolon, V. A., Samosir, K., & Putri, A. P. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Meningkatkan Fasilitas Sanitasi Sebagai Upaya Pengendalian Penyakit Menular Wilayah Pesisir. *Segantang Lada: Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 1(2), 2023.
- Imran, B., & Subrina. (2023). BUDAYA KOMUNIKASI MASYARAKAT NELAYAN (STUDI KASUS DI CILALLANG KABUPATEN MAJENE). *Jurnal Komunikasi Dan Penyiaran Islam*, 36–41.
- Indriastuti, D., & Mayangsari, R. (2023). Pemberdayaan Narapidana melalui Pembinaan Keterampilan Pembuatan Nugget Ikan Sehat Di Lembaga Pemasyarakatan Perempuan Kelas III Kota Kendari. *Karya Kesehatan Journal of Community Engagement*. <https://stikesk-kendari.e-journal.id/K2JCE>
- Kebijakan, B., Kesehatan, P., & Ri, K. K. (2022). *BUKU SAKU Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*.
- Kementerian Kesehatan RI. (3 C.E.). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*.
- Mayangsari, R., Febrianti, E., Ihsan, H., Kalsum, U., & Sari, D. (2023). Analisis Kandungan Gizi dan Daya Terima Cookies Ubi Jalar Kuning (Ipomea Batatas L) dengan Tambahan Tepung Ikan Tongkol (Euthynnus Affinis) pada Siswa SDN 23 Kendari. *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, 22(6), 381–385. <https://doi.org/10.14710/mkmi.22.6.381-385>
- Mentari, T. S. (2020). Pola Asuh Balita Stunting Usia 24-59 Bulan. *Higeia Journal Of Public Health*, 4(4), 610–620.
- Mustapa, F., Jusniati, J., & Salim, L. O. A. (2023). Pemberdayaan Masyarakat Pesisir Pomalaa dalam Pengolahan Air Bersih berbasis Smart Filter Alam untuk Menyongsong Kemandirian Kesehatan. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 463–469. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i2.292>
- Ningsi, N. W., Mayangsari, R., & Abdullah, A. D. (2024a). Water Sanitation and Stunting Incident in Banggae District, Majene Regency, West Sulawesi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 6(1), 97–105. <https://doi.org/10.36590/jika.v6i1.720>
- Ningsi, N. W., Mayangsari, R., & Abdullah, A. D. (2024b). Water Sanitation and Stunting Incident in Banggae District, Majene Regency, West Sulawesi. *Jurnal*



- Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 6(1), 97–105.  
<https://doi.org/10.36590/jika.v6i1.720>
- Nova, M., & Ilham, D. (2021). HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU, DUKUNGAN KELUARGA DAN ASUPAN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ANAK AIR KOTA PADANG. *Ensiklopedia of Journal*, 3(5), 254–260.
- Pardede, R. (2017). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian STUNTING Pada Balita Usia 24-59 Bulan di Kecamatan Muara Kabupaten Tapanuli Utara Provinsi Sumatera Utara Tahun 2017. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- Prasetya, F., Rizka Putri, L., & Mayangsari, R. (2019, September 17). *Urban Habit Inboiling Drinking Water: A Study Drom Kampung Salo Sub District, Kendari, Indonesia*. <https://doi.org/10.4108/eai.1-4-2019.2287225>
- Rasyid, M. R. (2023). Sistem Deteksi Kualitas Air Sumur Galian Menggunakan Mikrokontroller Arduino Berbasis Web. *Prosiding Seminar Nasional Rekayasa Keteknikan & Informatika (SENARAI 2023)* 95.
- Said, S., Sulaiman, Z., Ramlan, P., Adri, K., Febrianti, D., Hafid, R. P., & Arif, M. A. (2023). Pendampingan Masyarakat Desa Dalam Upaya Pencegahan Penyakit Berbasis Lingkungan. *Madaniya*, 4(1), 270–278.  
<https://madaniya.pustaka.my.id/journals/contents/article/view/385>
- Saputra, A. G. (2021). *Peran Masyarakat dalam Program Kota Tanpa Kumuh Permukiman Pesisir Kelurahan Pangali-Ali Kabupaten Majene Provinsi Sulawesi Barat*. Universitas Hasanuddin.
- Sulistawati, D. (2022). *Analisis Sanitasi Lingkungan Berbasis Wilayah Terhadap Masyarakat Daerah Pesisir di Kelurahan Pangali- Ali Kabupaten Majene Tahun 2022*. Universitas Hasanuddin.
- Supardi, A., Septiati, Y. A., Mimin, K., Nurjaman, U., & Karjatin, A. (2024). Peningkatan Kualitas Hidup Balita Stunting dengan Penyediaan Air Bersih : Studi Kasus di Kecamatan Baleendah Kabupaten Bandung. *Jurnal SOLMA*, 13(3), 2415–2422.  
<https://doi.org/10.22236/solma.v13i3.16370>
- Syuhada, F. A., Pulungan, A. N., Sutiani, A., Nasution, H. I., Sihombing, J. L., & Herlinawati, H. (2021). Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dalam Pengolahan Air Bersih di Desa Sukajadi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) TABIKPUN*, 2(1), 1–10.  
<https://doi.org/10.23960/jpkmt.v2i1.23>
- Uliyanti, Tamtomo, D. G., & Anantanyu, S. (2017). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 24-59 BULAN. *Jurnal Vokasi Kesehatan*, 2, 67–77.
- Wahdaniyah, W., Nurpatwa Wilda Ningsi2, & Diesna Sari, D. S. (2022a). HUBUNGAN SANITASI LINGKUNGAN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BADUTA DI KABUPATEN MAJENE. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 13(2), 39–48.  
<https://doi.org/10.35907/bgjk.v13i2.233>
- Wahdaniyah, W., Nurpatwa Wilda Ningsi2, & Diesna Sari, D. S. (2022b). HUBUNGAN SANITASI LINGKUNGAN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BADUTA DI KABUPATEN MAJENE. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 13(2), 39–48.  
<https://doi.org/10.35907/bgjk.v13i2.233>