

## PEMBERDAYAAN KADER DALAM MEMBERIKAN EDUKASI KERAGAMAN PANGAN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING BALITA

Rina Nur Hidayati<sup>1</sup>, Ahmad Musadek<sup>2</sup>, Faisal Ibnu<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

<sup>2</sup>Politeknik Penerbangan Surabaya

Artikel info	ABSTRAK
<p><b>Corresponding Author:</b></p> <p>Rina Nur Hidayati <a href="mailto:ahmad.haggyraff@gmail.com">ahmad.haggyraff@gmail.com</a> Universitas Bina Sehat PPNI</p>	<p>Gagal tumbuh, kembang, dan metabolisme akibat stunting dapat mengancam masa depan anak. Keragaman pangan yang dikonsumsi setiap hari dapat menjadi faktor yang berpengaruh pada kejadian stunting. Pemberdayaan kader adalah langkah strategis untuk meningkatkan kemampuan kader kesehatan agar mampu menjadi agen perubahan dalam pencegahan stunting. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan kemampuan pemberdayaan kader dalam memberikan edukasi keragaman pangan untuk mencegah stunting. Pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Jotangan Kec. Mojosari Kab. Mojokerto dilaksanakan pada bulan Januari–Juni 2026. Sasaran pengabdian adalah 20 kader kesehatan Desa Jotangan. Metode pelaksanaan pada kegiatan ini meliputi tahap persiapan, pelaksanaan dan pelaporan. Tahap persiapan dilakukan melalui perizinan ke desa dan rapat koordinasi kegiatan dengan kader. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan pengukuran pre-tes kemampuan kader dalam memberikan edukasi keragaman pangan, dilanjutkan dengan pemberian edukasi melalui pelatihan dan pendampingan kader dalam memberikan edukasi. Selanjutnya dilakukan pos tes untuk mengevaluasi kemampuan kader. Tahap akhir yaitu pelaporan dan publikasi. Pengabdian masyarakat melalui pelatihan kader dan pendampingan dalam memberikan edukasi keragaman pangan terbukti efektif meningkatkan kemampuan pemberdayaan kader dalam edukasi keragaman pangan sebagai upaya pencegahan stunting pada balita (<math>P = 0.003</math>). Keberhasilan pemberdayaan kader sangat bergantung pada sinergi antara tenaga kesehatan, kader dan keluarga balita.</p> <p><b>Keywords:</b> <i>Balita, Kemampuan, Keragaman Pangan, Pemberdayaan Kader</i></p>
<p>This article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License (<a href="https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/">https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/</a>)</p>	

### PENDAHULUAN

Stunting menjadi masalah kesehatan dunia pada balita. Gagal tumbuh, kembang, dan metabolisme akibat stunting dapat mengancam masa depan anak. Keragaman pangan yang dikonsumsi setiap hari dapat menjadi faktor yang berpengaruh pada kejadian stunting (Uluf

et al., 2023). Stunting berdampak negatif terhadap peningkatan morbiditas dan mortalitas balita. Balita lebih berisiko mengalami hambatan perkembangan, peningkatan risiko terjadinya penyakit infeksi dan penyakit tidak menular (Ekholuenetale et al., 2020). Stunting pada balita memiliki konsekuensi jangka panjang terhadap kemampuan sumber daya manusia (Suryana & Azis, 2023; UNICEF et al., 2023). Kawasan Asia Tenggara menyumbang lebih dari seperempat jumlah anak yang mengalami stunting di seluruh dunia (Azriani et al., 2024). Indonesia masih memiliki perubahan yang kecil terkait penurunan prevalensi stunting, yaitu prevalensinya masih berkisar 19,8% dan di Jawa Timur 14,7% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2025). Keragaman pangan sangat penting untuk mengurangi stunting dan mencapai target gizi global bebas stunting pada tahun 2030 (Islam et al., 2025).

Desa Jotangan Kecamatan Mojosari Kabupaten Mojokerto memiliki 3 posyandu dan 20 kader kesehatan. Hasil observasi tanggal 2 Mei 2026 didapatkan balita mengkonsumsi rata-rata 3-4 ragam makanan dalam konsumsi harian, dan hanya sedikit yang konsumsi protein hewani. Hasil observasi tersebut menunjukkan kurangnya keragaman pangan dan kualitas gizi yang dikonsumsi balita stunting.

Masalah gizi kurang pada balita secara langsung disebabkan oleh anak tidak mendapatkan cukup asupan makanan yang mengandung gizi seimbang (Hidayati RN, Ibnu F, 2025). Balita disarankan mengkonsumsi minimal 6 jenis pangan pada konsumsi harian (Fayasari, 2020). Konsumsi makanan yang kurang beragam akan berdampak pada kualitas zat gizi dan dapat mengakibatkan pemenuhan zat gizi harian yang kurang. Kurangnya asupan zat gizi ini akan menghambat pertumbuhan dan memicu terjadinya gizi kurang, yang akan meningkatkan peluang terjadinya stunting (Mahmudiono et al., 2017; Patriota et al., 2024).

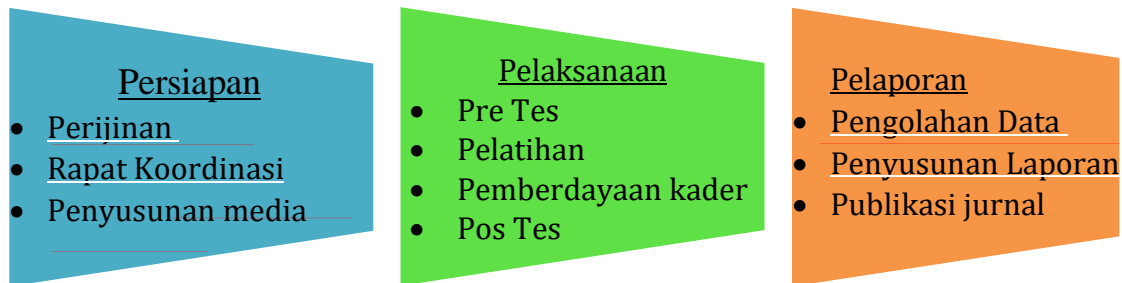
Peran kader Desa Jotangan dalam memberikan edukasi tentang keragaman pangan masih kurang (60%). Karakteristik masyarakat Desa Jotangan, memiliki jiwa gotong royong dan kebersamaan serta masyarakat cenderung lebih terbuka dalam mendengarkan saran dari tetangga atau tokoh yang mereka kenal baik. Fungsi kader sebagai fasilitator memperkuat hubungan emosional dan kepercayaan masyarakat terhadap layanan kesehatan. Besarnya peran kader dalam mendampingi keluarga balita stunting dalam mengawal percepatan penurunan stunting sangat diperlukan untuk menghasilkan pendampingan yang berkualitas. Namun, peran kader di Desa Jotangan dalam memberikan pendampingan pada keluarga balita stunting sebagian besar masih kurang (60%) dan media edukasi masih minim. Kader perlu dibekali kemampuan edukasi serta penyediaan media edukasi sehingga dapat meningkatkan pemberdayaan kader untuk edukasi stunting tentang keragaman pangan pada balita sebagai upaya pencegahan stunting balita.

Fokus dari pengabdian masyarakat adalah membekali kader melalui pelatihan keragaman pangan sehingga kader bisa memberikan edukasi tentang keragaman pangan untuk mencegah stunting. Fokus pengabdian masyarakat ini masuk ke dalam Bidang Fokus Kesehatan dalam RIRN. Program ini berfokus pada beberapa pilar utama: Pilar 1: Komitmen dan Visi Pencegahan stunting menjadi prioritas nasional, Pilar 2 & 5: Komunikasi Perubahan Perilaku dan Pemberdayaan Kader dan Pilar 3: Konvergensi Program Integrasi upaya dari

berbagai sektor, termasuk peran kader di tingkat desa/Posyandu. Tujuannya adalah memberdayakan kader untuk meningkatkan pengetahuan keluarga tentang keragaman pangan dalam upaya pencegahan dan penanganan stunting, sehingga risiko stunting balita dapat diminimalkan.

Kegiatan di atas memiliki kaitan yang erat dengan pencapaian SDGs. Stunting pada balita merupakan masalah serius yang menjadi fokus utama SDGs dan tantangan kesehatan masyarakat global yang signifikan di abad ke-21. Secara khusus, stunting termasuk dalam Tujuan SDGs No 2: Zero Hunger, khususnya pada target mengakhiri segala bentuk malnutrisi dengan indikator utama penurunan stunting. Selain itu juga terkait dengan SDGs Nomor 3 (Kehidupan Sehat dan Sejahtera): terkait dengan penurunan angka kematian bayi dan memastikan kesehatan yang baik bagi anak (UNICEF., 2023).

## METODE PENGABDIAN MASYARAKAT



Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik Pemberdayaan Kader Dalam Memberikan Edukasi Keragaman Pangan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Jotangan Kec. Mojosari Kab. Mojokerto dilaksanakan pada bulan Januari–Juni 2026 dengan sasaran 20 kader kesehatan dan keluarga balita dengan stunting dan risiko stunting (underweight, wasting). Tahap persiapan yang dilakukan tim pengabdian dimulai dari penentuan lokasi kegiatan dan perizinan kepada pihak desa. Tim pengabdian melakukan rapat koordinasi dengan mitra, yaitu kader kesehatan Desa Jotangan, untuk pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya, tim pengabdian menyiapkan materi dan media edukasi untuk memberikan pelatihan kader.

Tahap pelaksanaan dilakukan melalui pemberian pre-tes kemampuan kader dalam memberikan edukasi keragaman makanan. Dilanjutkan dengan pemberian pelatihan kader untuk memberikan edukasi tentang keragaman pangan pada balita. Materi yang diberikan meliputi stunting dan pencegahannya, keragaman pangan balita. Selanjutnya, dilakukan pendampingan kader dalam memberikan edukasi pada ibu balita yang dilaksanakan pada kegiatan posyandu Desa Jotangan. Tahap akhir yaitu evaluasi (post-test) untuk mengetahui kemampuan kader dalam memberikan edukasi keragaman pangan. Tahap pelaporan merupakan tahapan akhir dalam pengabdian masyarakat. Tim pengabdian melakukan pengolahan data dan menyusun laporan akhir pengabdian masyarakat serta artikel

publikasi pengabdian masyarakat.

Adapun susunan kegiatan “Pemberdayaan Kader Dalam Memberikan Edukasi Keragaman Pangan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Balita” pada tabel berikut:

**Tabel 1. Susunan Kegiatan “Cegah Balita Dari Stunting Melalui Edukasi Isi Piringku”**

No.	Deskripsi Kegiatan	Keterangan
<b>1.1 Pemberian Materi Pelatihan</b>		
Acara	Pelatihan Kader Tentang Keragaman Pangan Balita	
Waktu pelaksanaan	Selasa, 19 Mei 2021 pukul 09.00–12.00 WIB	
Tempat	Balai Desa Jotangan Kab. Mojokerto	
Sasaran	20 Kader Desa Jotangan Kab. Mojokerto	
Materi	1. Stunting dan Pencegahannya, 2. Keragaman Pangan Pada Balita	
Metode	Ceramah dan praktik/simulasi	
<b>1.2 Pendampingan kader</b>		
Acara	Pemberdayaan Kader dalam Memberikan Edukasi Keragaman Pangan	
Waktu pelaksanaan	Rabu, 20 Mei 2021 pukul 08.00–11.00 WIB	
Tempat	Posyandu Desa Jotangan Kab. Mojokerto	
Sasaran	20 Kader Jotangan Kab. Mojokerto	
Metode	Ceramah dan praktik/simulasi	

Tim Pelaksana program berupaya untuk transfer informasi kepada masyarakat mitra melalui “Pemberdayaan Kader dalam Memberikan Keragaman Pangan”. Edukasi dilakukan sebagai penguatan upaya promotif dan preventif dalam pencegahan stunting pada balita. Secara garis besar, program PkM yang dilakukan bersama masyarakat mitra meliputi koordinasi dengan mitra dan tim PkM, penyusunan media promosi kesehatan, pre-test, pemberian edukasi, dan post-test. Sasaran kegiatan adalah seluruh keluarga yang mempunyai balita dengan stunting dan risiko stunting kader kesehatan di Desa Jotangan Kec. Mojosari Kab. Mojokerto yang berjumlah 20 orang.

Kegiatan pemberdayaan kader dalam memberikan edukasi tentang keragaman pangan telah dilaksanakan pada tanggal 19-20 Mei 2021 di Balai Desa Jotangan Kab. Mojokerto dihadiri oleh 20 kader kesehatan. Materi diberikan 2 kali pertemuan (2 x 180 menit) membahas tentang stunting dan pencegahannya, keragaman pangan pada balita. Pengabdian masyarakat berlangsung dengan lancar, dan kader antusias dan aktif bertanya dalam mengikuti 2 sesi materi pelatihan. Metode yang digunakan dalam pelatihan meliputi ceramah, diskusi dan demonstrasi/praktik menyusun menu keragaman pangan pada balita. Selanjutnya, kader yang sudah mendapatkan pelatihan dilakukan pendampingan oleh tim pengabdian dalam memberikan edukasi kepada masyarakat tentang keragaman pangan pada balita di Posyandu Desa Jotangan Kab. Mojokerto. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



**Gambar 1.** Kegiatan Pengabdian Masyarakat Pemberdayaan Kader Dalam Memberikan Edukasi Keragaman Pangan Untuk Mencegah Stunting Balita

## HASIL

Hasil pengabdian masyarakat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Karakteristik Kader di Desa Jotangan Kab. Mojokerto**

Karakteristik Kader	n	%
Umur		
Dewasa Muda	8	40
Dewasa Pertengahan	12	60
Pendidikan		
Menengah (SLTA)	18	90
Tinggi (PT)	2	10
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Tabel 1 karakteristik kader mayoritas umur kader adalah dewasa pertengahan (60%), dan pendidikan menengah (90%).

**Tabel 2 Pengaruh Pelatihan Kader Terhadap Kemampuan Pemberdayaan Kader Dalam Memberikan Edukasi Keragaman Pangan Balita**

		Sebelum		Sesudah		P-value
		f	%	f	%	
Kemampuan	Baik	3	15	17	85	0.003
	Cukup	5	25	3	15	
	Kurang	12	60	0	0	
Jumlah		20	100	20	100	

Berdasarkan Tabel 2, sebelum diberikan pelatihan kader, diperoleh sebanyak 12 responden (60%) dengan kemampuan kurang, dan sesudah diberikan pelatihan kader, menjadi meningkat dengan kemampuan baik, yaitu 17 responden (85%). Kemampuan keluarga meningkat 85% menjadi baik setelah diberikan pelatihan kader. Berdasarkan uji Wilcoxon Signed Ranks Test, diperoleh pengaruh pelatihan kader dalam meningkatkan kemampuan pemberdayaan kader dalam memberikan edukasi keragaman pangan sebagai upaya mencegah stunting pada balita ( $P = 0,003 < 0,05$ ).

Pengabdian masyarakat pemberdayaan kader memberikan edukasi keragaman pangan dalam bentuk pelatihan kader. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, dan demonstrasi keragaman pangan secara bervariasi sesuai kebutuhan balita. Sinergi antara tenaga kesehatan dan masyarakat diperlukan dalam mengatasi stunting balita (Masrikhiyah, 2020; Putri & Rong, 2021; Vaughn et al., 2016). Pencegahan stunting dapat dilakukan melalui pemberdayaan masyarakat yang efektif menghasilkan generasi milenial yang sadar gizi (Hidayah & Marwan, 2020). Pemberdayaan kader adalah langkah strategis untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi kader kesehatan agar mampu menjadi agen perubahan dalam pencegahan serta penanganan stunting langsung di tengah masyarakat (Hartati et al., 2021; Kusuma Dewi et al., 2025; Mamoh et al., 2024).

## SIMPULAN

Pengabdian masyarakat melalui pelatihan kader dan pendampingan dalam memberikan edukasi keragaman pangan terbukti efektif meningkatkan kemampuan pemberdayaan kader dalam edukasi keragaman pangan sebagai upaya pencegahan stunting pada balita. Keberhasilan pemberdayaan kader sangat bergantung pada sinergi antara tenaga kesehatan, kader dan keluarga balita.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azriani, D., Masita, Qinthara, N. S., Yulita, I. N., Agustian, D., Zuhairini, Y., & Dhamayanti, M. (2024). Risk factors associated with stunting incidence in under five children in Southeast Asia: a scoping review. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 43(1). <https://doi.org/10.1186/s41043-024-00656-7>
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2025). *Survey Status Gizi Indonesia 2024*.
- Ekholuenetale, M., Barrow, A., Ekholuenetale, C. E., & Tudeme, G. (2020). Impact of stunting on early childhood cognitive development in Benin: evidence from Demographic and Health Survey. *Egyptian Pediatric Association Gazette*, 68(1).
- Fayasari, A. (2020). *Penilaian Konsumsi Pangan*. Kun Fayakun. [https://repository.binawan.ac.id/1680/1/Penilaian%20Konsumsi%20Pangan\\_Adhila\\_budi-compressed.pdf](https://repository.binawan.ac.id/1680/1/Penilaian%20Konsumsi%20Pangan_Adhila_budi-compressed.pdf)
- Hartati, N. S., Sulistiowati, E., & Susilawati, M. D. (2021). Pelaksanaan program Indonesia sehat dengan pendekatan keluarga (PIS-PK) di Puskesmas. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 31(3), 161–170. <https://doi.org/10.22435/mpk.v31i3.3381>

- Hidayati RN, Ibnu F, S. (2025). The Effect Of Family Health Tasks On The Nutritional Status Of Children Under Five Years Old With The Family Centered Nursing (FCN) Model Approach. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta Yogyakarta*, 14(1).
- Islam, B., Ibrahim, T. I., Wang, T., Wu, M., & Qin, J. (2025). Current trends in household food insecurity, dietary diversity, and stunting among children under five in Asia: a systematic review. In *Journal of Global Health* (Vol. 15). University of Edinburgh. <https://doi.org/10.7189/jogh.15.04049>
- Kusuma Dewi, R., Sri Kusumawati, L., Kris Prasetyanti, D., Putri Ardela, M., Aminah, S., Sabila Putri, P., Khotimah, S., & Ilmu Kesehatan, F. (2025). Pemberdayaan Kader Posyandu Dalam Upaya Mencegah Terjadinya Stunting Di Kelurahan Tempurejo Kecamatan Ngletih Kota Kediri. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v9i3.20829>
- Mahmudiono, T., Sumarmi, S., & Rosenkranz, R. R. (2017). Household dietary diversity and child stunting in East Java, Indonesia. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 26(2), 317–325. <https://doi.org/10.6133/apjcn.012016.01>
- Mamoh, K., Mirong, I. D., & Huru, M. M. (2024). Pemberdayaan Kelompok Kader Posyandu Dan Ibu Balita Dalam Gerakan Ota2s Sebagai Upaya Pencegahan Balita Stunting. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 8(1), 481. <https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.19815>
- Patriota, É. S. O., Abrantes, L. C. S., Figueiredo, A. C. M. G., Pizato, N., Buccini, G., & Gonçalves, V. S. S. (2024). Association between household food insecurity and stunting in children aged 0–59 months: Systematic review and meta-analysis of cohort studies. In *Maternal and Child Nutrition* (Vol. 20, Number 2). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1111/mcn.13609>
- Suryana, E. A., & Azis, M. (2023). the Potential of Economic Loss Due To Stunting in Indonesia. *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 8(1), 52. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu15020389>
- Uluf, U. Al, Sinatrya, A. K., & Nadhiroh, S. R. (2023). Literature Review: The Relationship between Dietary Diversity with Stunting in Underfive Children. In *Amerta Nutrition* (Vol. 7, Number 1, pp. 147–153). Airlangga University Faculty of Public Health. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i1.2023.147-153>
- UNICEF. (2023). *The state world's children*. <https://www.unicef.org/indonesia/reports/state-worlds-children-2023>
- UNICEF, WHO, & World Bank. (2023). Level and trend in child malnutrition. *World Health Organization*.