

Memperkuat Ketahanan Ekonomi Keluarga Melalui Literasi Gizi bagi Ibu-ibu PKK dalam Mencegah Stunting Menggunakan Aplikasi *Stunting Online*

Ratna Candra Sari ¹, Nurul Hidayah ², Niken Purnamasari³, Ratna Rosita Pangestika⁴, Candra Widyastuti⁵

^{1,2,3,4,5} Universitas Negeri Yogyakarta, Indonesia

Corresponding Author: ratnarositapangestika@uny.ac.id

ABSTRACT

Stunting remains a major challenge in improving public health and human resource quality in Indonesia, particularly in areas with limited family nutrition literacy. This community service program aimed to strengthen family economic resilience by improving nutrition literacy among PKK mothers through the digital application Stunting Online. The program applied a participatory community-based approach, including socialization, nutrition education, application implementation, mentoring, and evaluation. Results showed that more than 70% of participants understood balanced nutrition concepts, over 60% identified stunting risk factors, and more than 70% used the application independently. Behavioral changes also emerged, with over 50% of participants improving family meal planning and awareness of maternal and child health monitoring. The Stunting Online application proved to be an effective, accessible, and sustainable educational tool, supporting both knowledge improvement and positive health behavior changes for long-term stunting prevention.

Keywords: Nutrition Literacy, Stunting, Digital Application, PKK, Family Resilience

Received: 02.01.2026	Revised: 01.04.2026	Accepted: 01.06.2026	Available online: 15.07.2026
-------------------------	------------------------	-------------------------	---------------------------------

ABSTRACT

Permasalahan stunting masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan dan kualitas sumber daya manusia di Indonesia, terutama di wilayah dengan keterbatasan literasi gizi keluarga. Kegiatan ini bertujuan memperkuat resiliensi ekonomi keluarga melalui peningkatan literasi gizi ibu PKK berbasis aplikasi *Stunting Online*. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif melalui sosialisasi, edukasi gizi, implementasi aplikasi, pendampingan, dan evaluasi. Hasil menunjukkan lebih dari 70% peserta memahami konsep gizi seimbang, lebih dari 60%

mampu mengidentifikasi faktor risiko stunting, dan lebih dari 70% mampu menggunakan aplikasi secara mandiri. Selain itu, lebih dari 50% peserta mulai memperhatikan variasi menu keluarga serta pentingnya pemantauan kesehatan ibu dan anak. Aplikasi *Stunting Online* terbukti efektif, mudah diakses, dan berkelanjutan sebagai media edukasi. Program ini tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku kesehatan keluarga untuk pencegahan stunting.

Keywords: Literasi Gizi, Stunting, Aplikasi Digital, PKK, Resiliensi Keluarga

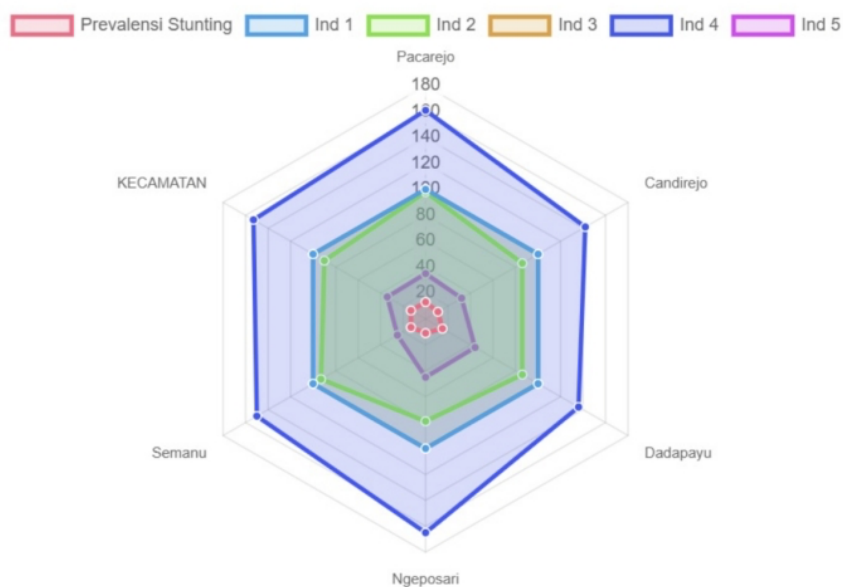
Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
02.01.2026	01.04.2026	01.06.2026	15.07.2026

PENDAHULUAN

Permasalahan stunting masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat Indonesia, khususnya di wilayah perdesaan yang menghadapi keterbatasan akses informasi, layanan kesehatan, serta rendahnya literasi gizi keluarga. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang berdampak tidak hanya pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga pada perkembangan kognitif, kapasitas belajar, produktivitas ekonomi, serta kualitas sumber daya manusia jangka panjang (Fentiana, 2022; Prasetyo, 2023). Sejumlah studi terbaru menegaskan bahwa anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi terhadap rendahnya prestasi pendidikan, keterbatasan kapasitas kerja, serta kerentanan ekonomi di masa dewasa (Amelia et al., 2023; Sulistiarini, 2023). Oleh karena itu, pencegahan stunting tidak hanya merupakan isu kesehatan, tetapi juga berkaitan erat dengan pembangunan sosial, ketahanan ekonomi keluarga, dan kualitas pembangunan manusia secara keseluruhan (Gustiar & Budianta, 2025; Sulistiarini, 2023).

Kabupaten Gunungkidul di Daerah Istimewa Yogyakarta masih menghadapi persoalan stunting, terutama pada wilayah dengan karakteristik geografis karst, keterbatasan sumber daya air, serta kondisi sosial ekonomi masyarakat yang beragam. Kapanewon Semanu termasuk wilayah prioritas percepatan penurunan stunting karena masih ditemukannya ibu hamil dengan risiko Kekurangan Energi Kronis (KEK), anemia, serta praktik gizi keluarga yang belum optimal. Data sasaran kesehatan ibu dan anak menunjukkan jumlah ibu hamil

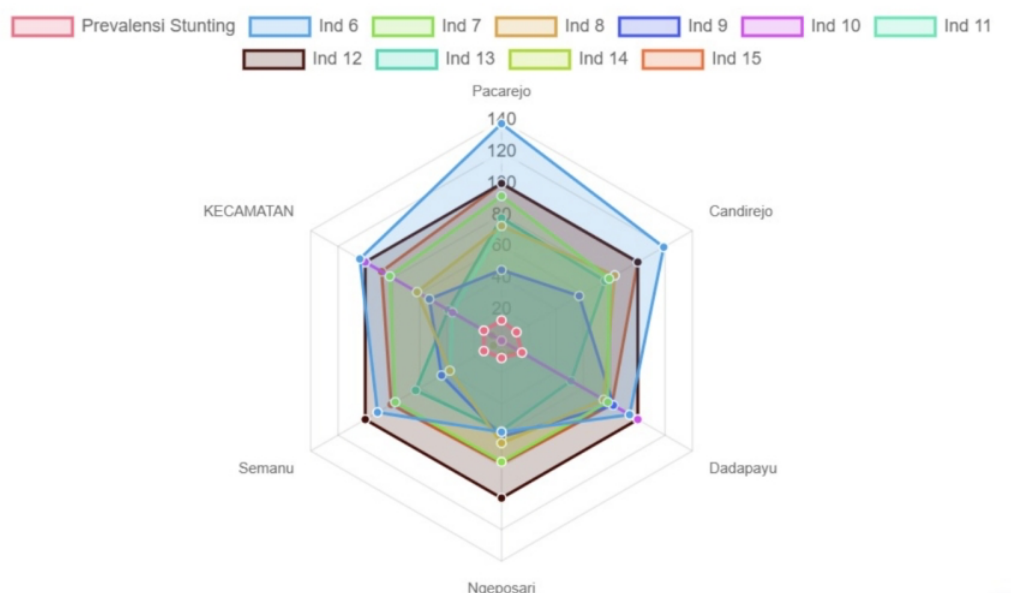
tergolong tinggi, khususnya di Kalurahan Pacarejo yang mencapai 131 orang, dengan kasus ibu hamil risiko KEK yang masih ditemukan di berbagai titik wilayah. Kondisi ini menunjukkan masih adanya kerentanan gizi sejak masa kehamilan yang berpotensi berlanjut pada gangguan pertumbuhan anak, sehingga menjadi tantangan utama dalam upaya pencegahan stunting di Kapanewon Semanu. Peran ibu sebagai pengelola gizi keluarga menjadi kunci utama dalam memutus mata rantai intergenerational malnutrition, karena pengetahuan dan praktik pemberian makan yang tepat sangat menentukan status gizi anak (Nugroho et al., 2021).



Gambar 1. Data Sasaran Ibu Hamil dan Anak Balita di Kapanewon Semanu

Data prevalensi stunting anak usia 0–23 bulan (anak bawah dua tahun) di Kapanewon Semanu juga memperlihatkan beban stunting yang tersebar di seluruh kalurahan, yaitu Pacarejo (13 anak), Candirejo (11 anak), Dadapayu (15 anak), Semanu (13 anak), dan Ngeposari (11 anak), dengan total 63 anak. Sebaran kasus ini menegaskan bahwa kelompok usia paling rentan masih membutuhkan perhatian serius dalam pemenuhan gizi dan praktik pengasuhan keluarga. Cakupan indikator kesehatan anak bawah dua tahun seperti inisiasi menyusui dini, pemberian ASI eksklusif, dan praktik pemberian MP-ASI belum tercapai secara optimal dan menunjukkan ketimpangan antarwilayah. Hal ini

mengindikasikan bahwa permasalahan stunting tidak semata disebabkan oleh keterbatasan pangan, tetapi juga oleh rendahnya literasi gizi keluarga serta belum optimalnya praktik kesehatan sejak usia dinisehingga diperlukan pendekatan komprehensif yang melibatkan pemberdayaan keluarga, peningkatan kapasitas ibu dalam pengelolaan gizi, serta pemanfaatan teknologi informasi untuk memperluas jangkauan edukasi (Maku, 2023; Safitri & Sari, 2021; Sari, 2022)



Gambar 2. Cakupan Indikator Anak Baduta dan Prevalensi Stunting di Kecamatan Semanu

Kondisi serupa juga terlihat pada kelompok ibu hamil. Cakupan indikator kesehatan ibu hamil menunjukkan variasi yang cukup tajam antar desa, terutama pada indikator konsumsi tablet tambah darah (TTD) minimal 180 tablet, pemenuhan pola makan beragam, serta penanganan ibu hamil risiko KEK. Grafik indikator ibu hamil memperlihatkan bahwa meskipun layanan kesehatan tersedia, kepatuhan dan pemahaman ibu hamil terhadap praktik gizi sehat belum optimal. Hal ini menegaskan pentingnya intervensi edukatif yang berkelanjutan dan mudah diakses untuk mendukung kesehatan ibu selama masa kehamilan sebagai bagian krusial dari pencegahan stunting (Fitriani, 2022; Hariati, 2024; Tampubolon et al., 2021).

Mitra kegiatan ini adalah ibu-ibu PKK Kalurahan Pacarejo di Kapanewon Semanu yang memiliki peran strategis dalam pengasuhan anak, pengelolaan konsumsi keluarga, serta kegiatan kesehatan masyarakat melalui posyandu dan PKK. PKK merupakan struktur sosial yang telah mapan dan berfungsi sebagai penggerak perubahan perilaku di tingkat rumah tangga namun masih menghadapi kendala dalam hal pengetahuan gizi yang memadai, keterbatasan sumber daya untuk mendukung program penanggulangan stunting, serta kurangnya kolaborasi dengan berbagai pihak terkait (Asrina, 2022; Astuti, 2024). Namun demikian, literasi gizi keluarga masih terbatas. Literasi gizi merupakan bagian dari literasi kesehatan yang menentukan kemampuan individu untuk mengakses, memahami, menilai, dan menerapkan informasi gizi dalam praktik sehari-hari sehingga berpengaruh pada kemampuan ibu dalam memilih bahan makanan berkualitas, menyusun menu seimbang, serta mengadopsi pola pemberian makan yang tepat bagi anak (Theresia, 2023). Berbagai penelitian terbaru menunjukkan bahwa rendahnya literasi gizi ibu berkorelasi signifikan dengan praktik pemberian makan anak yang kurang optimal, keterlambatan deteksi risiko stunting, serta rendahnya kepatuhan terhadap rekomendasi kesehatan ibu dan anak (Amelia, 2023; Astuti, 2024; Fildzah et al., 2020).

Edukasi kesehatan di tingkat komunitas masih dominan bersifat tatap muka dengan frekuensi terbatas, sementara praktik kesehatan keluarga menunjukkan variasi, termasuk dalam kepatuhan konsumsi tablet tambah darah, praktik MP-ASI, dan sanitasi rumah tangga. Di sisi lain, penggunaan telepon pintar di kalangan ibu rumah tangga menunjukkan tren peningkatan, membuka peluang pemanfaatan media digital sebagai sarana edukasi kesehatan yang lebih fleksibel dan berkelanjutan. Pemanfaatan media digital berbasis aplikasi dinilai efektif untuk mengatasi kendala geografis dan keterbatasan waktu yang sering menghambat kehadiran ibu hamil dalam kelas kehamilan konvensional, sekaligus meningkatkan pemahaman mereka melalui materi yang lebih interaktif dan mudah diakses (Purwati, 2025; Sari, 2022). Namun, informasi kesehatan yang diterima sering kali tidak terintegrasi dan rentan dipengaruhi sumber yang kurang valid, sehingga berpotensi menimbulkan miskonsepsi terkait gizi dan pencegahan stunting di kalangan keluarga sasaran (Indarsih, 2025; Rodiyah, 2023).

Sebaran 63 anak bawah dua tahun yang mengalami stunting menegaskan pentingnya intervensi pada tingkat keluarga. Ibu sebagai

pengelola utama pangan keluarga memegang peran sentral dalam menentukan kualitas asupan gizi, praktik pemberian makan anak, serta perilaku hidup bersih dan sehat. Dalam konteks ini, PKK berpotensi menjadi agen penguatan resiliensi ekonomi dan gizi keluarga, yaitu kemampuan keluarga mempertahankan kesehatan, pemenuhan gizi, dan stabilitas ekonomi meskipun menghadapi keterbatasan sumber daya. Banyak keluarga sebenarnya memiliki bahan pangan lokal, namun belum mampu mengolahnya menjadi menu gizi seimbang secara tepat. Penguatan kapasitas ibu-ibu PKK dapat mendorong praktik pengolahan pangan bergizi murah, pemantauan pertumbuhan anak, serta perubahan perilaku kolektif yang berkelanjutan (Raiten & Bremer, 2020; UNICEF, 2021).

Untuk menjawab permasalahan tersebut, diperlukan pendekatan edukatif yang inovatif, adaptif terhadap perkembangan teknologi, dan kontekstual dengan kebutuhan masyarakat. Aplikasi “Stunting Online” (Sistem Informasi Kesehatan dan Cegah Stunting) dirancang sebagai media edukasi digital terintegrasi yang menyediakan informasi gizi, panduan menu keluarga, serta penguatan pengetahuan kesehatan ibu dan anak. Implementasi aplikasi ini diarahkan untuk memperkuat peran ibu-ibu PKK sebagai motor resiliensi ekonomi dan gizi keluarga dalam pencegahan stunting, sehingga intervensi tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan perilaku rumah tangga secara berkelanjutan.

Kegiatan ini bertujuan meningkatkan literasi gizi ibu-ibu PKK sebagai agen perubahan keluarga, menyediakan media edukasi digital yang mudah diakses dan berkelanjutan, serta memperkuat kapasitas PKK dalam pemanfaatan teknologi sebagai sarana edukasi kesehatan. Program ini berkontribusi pada SDG-1 (Tanpa Kemiskinan) melalui peningkatan kualitas sumber daya manusia jangka panjang, SDG-4 (Pendidikan Berkualitas) melalui penyediaan edukasi kesehatan berbasis teknologi, serta SDG-17 (Kemitraan) melalui kolaborasi perguruan tinggi, pemerintah daerah, tenaga kesehatan, dan komunitas

BAHAN DAN METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang secara partisipatif, sistematis, dan berkelanjutan untuk mengatasi permasalahan rendahnya literasi gizi keluarga dan

keterbatasan media edukasi kesehatan pada mitra sasaran. Pendekatan yang digunakan menekankan pada peningkatan kesadaran, perubahan perilaku kesehatan keluarga, serta pemanfaatan teknologi sederhana agar solusi yang ditawarkan dapat diterapkan secara nyata dalam kehidupan sehari-hari ibu-ibu PKK Kalurahan Pacarejo.

Tahapan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan utama, yaitu: (1) sosialisasi program, (2) edukasi literasi gizi keluarga, (3) penerapan teknologi melalui aplikasi Stunting Online, (4) pendampingan dan pemantauan, serta (5) Evaluasi dan keberlanjutan program. Tahapan pelaksanaan kegiatan ditunjukkan pada gambar 3 berikut:



Gambar 3. Tahap Pelaksanaan Pengabdian

Setiap tahapan disusun sesuai dengan prioritas permasalahan mitra dan disepakati bersama ibu-ibu PKK sebagai mitra sasaran.

Sosialisasi Program

Kegiatan diawali dengan sosialisasi kepada pengurus PKK, kader kesehatan, dan perwakilan ibu rumah tangga. Pada tahap ini tim menjelaskan latar belakang stunting di wilayah Kapanewon Semanu, pentingnya peran keluarga dalam pencegahan stunting, serta konsep resiliensi gizi keluarga. Sosialisasi tidak hanya berupa penyampaian materi, tetapi juga dialog terbuka untuk menggali kebiasaan makan keluarga, pola pengasuhan anak, serta cara ibu selama ini memperoleh informasi kesehatan. Tahap ini penting untuk membangun kesadaran

awal bahwa pencegahan stunting dimulai dari praktik sederhana di rumah.

Edukasi Literasi Gizi Keluarga

Pada tahap ini, materi literasi gizi disampaikan secara ringkas dan kontekstual, menekankan hubungan antara pola makan keluarga, kesehatan ibu, dan risiko stunting pada anak. Edukasi diarahkan pada pemahaman prinsip gizi seimbang dan pentingnya perhatian pada periode awal kehidupan anak. Penyampaian materi dikemas dalam bahasa sederhana, diskusi pengalaman sehari-hari, dan contoh situasi nyata yang dekat dengan kehidupan peserta, sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami.

Penerapan Teknologi melalui Aplikasi “Stunting Online”

Tahap inti kegiatan adalah pengenalan dan penggunaan aplikasi Stunting Online sebagai alat bantu edukasi keluarga. Aplikasi ini difungsikan sebagai alat refleksi risiko stunting berbasis data sederhana yang dapat diisi sendiri oleh ibu, seperti pola makan anak, riwayat ASI, dan kondisi kesehatan ibu. Hasil penilaian yang ditampilkan bukan diagnosis medis, tetapi indikator kewaspadaan yang dilengkapi penjelasan edukatif dan saran perbaikan perilaku sederhana. Peserta didampingi untuk mencoba aplikasi menggunakan telepon pintar masing-masing. Kader PKK dilatih memanfaatkan STUNTING ONLINE sebagai alat bantu diskusi dalam kegiatan PKK, sehingga aplikasi menjadi media komunikasi kesehatan yang dapat digunakan berulang.



Gambar 4. Implementasi Aplikasi Stunting Online

Pendampingan dan Pemantauan

Pendampingan dilakukan secara terbatas melalui komunikasi lanjutan dengan kader PKK untuk memantau penggunaan aplikasi. Tim mendorong kader mengingatkan anggota PKK untuk kembali mengakses aplikasi secara berkala. Pemantauan difokuskan pada frekuensi penggunaan aplikasi dan respons peserta terhadap materi yang tersedia.

Keberlanjutan Program

Keberlanjutan dijaga melalui penguatan peran kader PKK sebagai pengelola edukasi lokal. Aplikasi Stunting Online tetap dapat digunakan setelah program selesai dan menjadi sumber informasi yang dapat diakses kapan saja. Materi dalam aplikasi dapat dimanfaatkan kembali dalam pertemuan rutin PKK, sehingga edukasi kesehatan tidak berhenti pada kegiatan sosialisasi.

Metode Pendekatan, Teknologi, dan Inovasi

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pendekatan partisipatif berbasis masyarakat, di mana mitra tidak hanya menjadi penerima manfaat, tetapi terlibat aktif dalam seluruh tahapan kegiatan. Ibu-ibu PKK Kalurahan Pacarejo dilibatkan sejak tahap sosialisasi, diskusi kebutuhan, hingga pemanfaatan aplikasi sebagai media edukasi. Pendekatan ini bertujuan menumbuhkan rasa memiliki terhadap program sehingga perubahan perilaku kesehatan dapat berlangsung lebih berkelanjutan. Teknologi yang diterapkan berupa pemanfaatan aplikasi "Stunting Online" sebagai media edukasi digital yang mendukung peningkatan literasi gizi keluarga. Inovasi yang ditawarkan bukan terletak pada kompleksitas teknologi, melainkan pada fungsinya sebagai alat refleksi risiko stunting berbasis keluarga. Aplikasi ini membantu ibu mengenali kondisi risiko melalui data sederhana dan langsung menghubungkannya dengan materi edukasi yang relevan. Dengan demikian, teknologi menjadi jembatan antara informasi kesehatan dan praktik keluarga sehari-hari. Evaluasi dilakukan secara partisipatif bersama kader PKK melalui umpan balik penggunaan aplikasi dan pemahaman materi, sehingga program dapat disesuaikan dengan kebutuhan lapangan. Keberlanjutan program didukung melalui komitmen PKK untuk memanfaatkan aplikasi dalam kegiatan PKK dan penguatan jejaring dengan perangkat kalurahan.

Metode Pelaksanaan untuk Mitra Tidak Produktif Secara Ekonomi/Sosial

Sebagai mitra yang tidak berorientasi pada kegiatan ekonomi produktif secara langsung, fokus kegiatan diarahkan pada aspek sosial kemasyarakatan, khususnya pendidikan kesehatan keluarga melalui peningkatan literasi gizi dan pemanfaatan media edukasi digital. Tahapan pelaksanaan diawali dengan identifikasi kebutuhan edukasi kesehatan ibu-ibu PKK, dilanjutkan dengan kegiatan sosialisasi dan edukasi literasi gizi yang menekankan pentingnya pola makan keluarga, kesehatan ibu, dan pencegahan stunting. Selanjutnya dilakukan pengenalan dan pemanfaatan aplikasi Stunting Online sebagai alat bantu edukasi. Ibu-ibu didampingi menggunakan aplikasi sebagai sarana refleksi kondisi keluarga dan sumber informasi praktis. Tahap berikutnya berupa penguatan peran kader PKK dalam menyebarkan pemanfaatan aplikasi melalui kegiatan PKK dan posyandu. Dengan tahapan ini, solusi yang diberikan menjawab permasalahan spesifik mitra, yaitu rendahnya literasi gizi keluarga dan terbatasnya media edukasi kesehatan yang berkelanjutan.

Partisipasi Mitra

Khalayak sasaran yang terpilih adalah Kelompok Ibu PKK Kalurahan Pacarejo sebanyak 20 orang. Mitra berpartisipasi aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi program. Partisipasi mitra diwujudkan melalui kehadiran dalam kegiatan sosialisasi dan edukasi, keterlibatan aktif dalam diskusi mengenai praktik kesehatan keluarga, serta penggunaan langsung aplikasi Stunting Online sebagai media refleksi dan pembelajaran kesehatan keluarga.

Evaluasi dan Keberlanjutan Program

Evaluasi dilakukan untuk menilai keberhasilan program dalam meningkatkan literasi gizikeluarga dan pemanfaatan media edukasi digital. Hasil evaluasi menjadi dasar perbaikan materi edukasi serta penguatan strategi keberlanjutan program. Evaluasi dilakukan melalui umpan balik peserta, pengamatan penggunaan aplikasi Stunting Online, serta diskusi reflektif bersama kader PKK. Keberlanjutan program di jaga melalui penguatan peran PKK sebagai penggerak edukasi kesehatan keluarga di tingkat kalurahan. Materi edukasi dan aplikasi Stunting

Online tetap dapat dimanfaatkan oleh mitra setelah program selesai. Dengan demikian, proses pembelajaran tidak berhenti pada kegiatan pengabdian, tetapi berlanjut melalui aktivitas rutin PKK dan PKK.

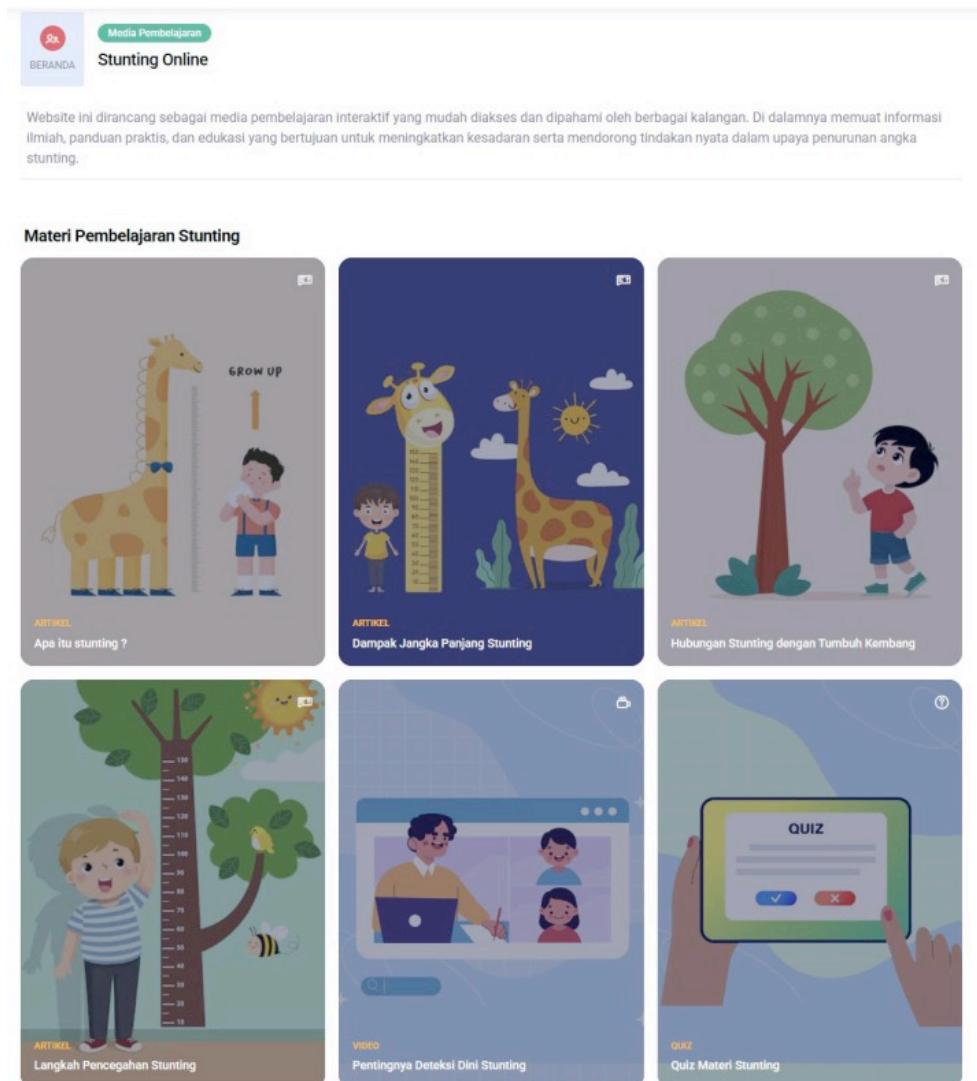
Tabel 1. Rancangan Evaluasi dan Keberlanjutan Program

Tujuan	Indikator Ketercapaian	Tolok Ukur
Peserta memiliki pengetahuan dasar mengenai konsep gizi seimbang keluarga	Pengetahuan peserta tentang gizi seimbang dan pencegahan stunting meningkat	>70% peserta memahami konsep dasar gizi seimbang
Peserta memahami faktor risiko stunting dalam keluarga	Kemampuan peserta mengidentifikasi faktor risiko stunting meningkat	>60% peserta mampu menyebutkan minimal 3 faktor risiko stunting
Peserta mampu memanfaatkan aplikasi Stunting Online	Peserta dapat mengakses dan menggunakan fitur aplikasi	>70% peserta mampu mengoperasikan aplikasi secara mandiri
Peserta memiliki kesadaran pentingnya pola makan keluarga sehat	Perilaku konsumsi keluarga menjadi lebih terencana	>50% peserta mulai memperhatikan variasi menu keluarga
Peserta memahami manfaat pemantauan kesehatan ibu dan anak	Kesadaran terhadap pentingnya pemantauan kesehatan meningkat	>50% peserta memahami pentingnya pemantauan kesehatan rutin

Sumber data: Penulis, 2026

HASIL DAN PEMBAHASAN

Teknologi yang diimplementasikan pada mitra sasaran berupa aplikasi edukasi berbasis web “Stunting Online” yang dirancang sebagai media refleksi kesehatan keluarga sekaligus alat bantu penilaian risiko stunting secara mandiri. Berbeda dari penyuluhan konvensional, inovasi ini memanfaatkan platform digital yang dapat diakses melalui peramban (browser) pada telepon pintar tanpa perlu instalasi aplikasi, sehingga lebih mudah digunakan oleh ibu-ibu PKK dengan berbagai tipe perangkat. Secara skematis, gambaran teknologi ditunjukkan pada gambar berikut:



Gambar 5. Tampilan Website (<https://stunting.online/>)

Teknologi ini dikembangkan dalam bentuk aplikasi mobile berbasis website yang berisi modul edukasi, infografik tentang stunting, serta fitur refleksi risiko stunting yang menggunakan data sederhana dari keluarga. Selain aplikasi, tersedia juga materi visual pendukung seperti poster digital dan panduan ringkas untuk memperkuat penyampaian informasi. Dari sisi teknis, aplikasi ini dirancang agar ringan dan mudah diakses tanpa perlu instalasi atau ruang penyimpanan besar, sehingga tetap bisa digunakan pada telepon pintar dengan kapasitas memori terbatas. Antarmukanya sederhana, menggunakan navigasi berbasis ikon, bahasa yang komunikatif, serta ilustrasi visual yang memudahkan pemahaman. Fitur utamanya meliputi modul gizi seimbang, kalkulator

risiko stunting berbasis isian sederhana, dan tips sanitasi keluarga. Aplikasi ini tidak dimaksudkan untuk menggantikan diagnosis medis, melainkan sebagai sarana edukasi dan refleksi awal bagi keluarga.

Dalam penggunaannya, aplikasi stunting online membantu ibu memahami keterkaitan antara pola makan, kondisi kesehatan ibu, dan risiko stunting pada anak. Aplikasi ini juga menyediakan informasi kesehatan keluarga yang dapat dijadikan rujukan, sekaligus mendukung kader PKK dalam menyampaikan edukasi yang lebih konsisten saat kegiatan posyandu maupun pertemuan PKK. Manfaat teknologi ini terlihat dari meningkatnya literasi gizi keluarga, kemudahan dalam mengakses informasi kesehatan kapan saja, serta terbentuknya kebiasaan melakukan refleksi kesehatan keluarga secara mandiri. Selain itu, inovasi ini bersifat berkelanjutan karena tetap dapat digunakan meskipun program utama telah selesai dilaksanakan. Dari sisi jangkauan, pemanfaatan aplikasi ini bersifat luas dan mudah direplikasi.

Hasil Pelaksanaan Program

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan pada kelompok Ibu PKK Kalurahan Pacarejo menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif berbasis keluarga mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran peserta terkait pencegahan stunting. Pelaksanaan program dilakukan melalui lima tahapan utama, yaitu sosialisasi program, edukasi literasi gizi keluarga, penerapan teknologi melalui aplikasi Stunting Online, pendampingan dan pemantauan, serta evaluasi dan keberlanjutan program.



Gambar 6. Penyampaian Materi Edukasi Literasi Gizi Keluarga

Pada tahap awal, sosialisasi program berhasil membangun kesadaran peserta mengenai pentingnya peran keluarga dalam

pencegahan stunting. Diskusi yang dilakukan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta sebelumnya belum memahami secara komprehensif hubungan antara pola makan keluarga, kesehatan ibu, dan risiko stunting. Interaksi dua arah dalam kegiatan ini juga mengungkap kebiasaan makan keluarga yang masih belum memenuhi prinsip gizi seimbang.

Tahap edukasi literasi gizi keluarga memberikan hasil yang cukup signifikan dalam meningkatkan pemahaman peserta. Penyampaian materi secara kontekstual dan berbasis pengalaman sehari-hari terbukti efektif dalam membantu peserta memahami konsep gizi seimbang. Peserta mulai menyadari pentingnya variasi makanan, pemenuhan nutrisi pada masa awal kehidupan anak, serta keterkaitan antara kesehatan ibu dan anak.



Gambar 7. Penyampaian Materi melalui Aplikasi Stunting Online

Penerapan teknologi melalui aplikasi Stunting Online menjadi inovasi utama dalam kegiatan ini. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu mengoperasikan aplikasi secara mandiri setelah pendampingan. Aplikasi ini membantu peserta mengenali risiko stunting dalam keluarga melalui data sederhana yang diinput sendiri, serta memberikan rekomendasi edukatif yang mudah dipahami. Selain itu, kader PKK mampu memanfaatkan aplikasi sebagai media diskusi dalam kegiatan rutin, sehingga memperluas fungsi aplikasi sebagai alat edukasi berkelanjutan. Pendampingan dan pemantauan yang dilakukan secara terbatas menunjukkan bahwa peserta mulai terbiasa mengakses aplikasi secara berkala. Kader PKK berperan aktif dalam mengingatkan dan mendorong anggota untuk memanfaatkan aplikasi sebagai sumber

informasi kesehatan keluarga. Dari aspek keberlanjutan, program ini menunjukkan potensi yang baik karena adanya komitmen kader PKK untuk terus menggunakan aplikasi dalam kegiatan rutin. Aplikasi Stunting Online menjadi media edukasi yang dapat diakses kapan saja, sehingga proses pembelajaran tidak berhenti setelah kegiatan pengabdian selesai.

Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan partisipatif berbasis masyarakat efektif dalam meningkatkan literasi gizi keluarga. Keterlibatan aktif mitra sejak tahap awal hingga evaluasi mendorong munculnya rasa memiliki terhadap program, yang menjadi faktor penting dalam keberlanjutan perubahan perilaku kesehatan. Edukasi literasi gizi yang dikemas secara sederhana dan kontekstual terbukti lebih mudah dipahami dibandingkan pendekatan teoritis. Hal ini sejalan dengan prinsip pendidikan orang dewasa (andragogi), di mana pengalaman peserta menjadi sumber belajar utama. Diskusi berbasis pengalaman mampu mengaitkan pengetahuan baru dengan praktik sehari-hari, sehingga lebih aplikatif.



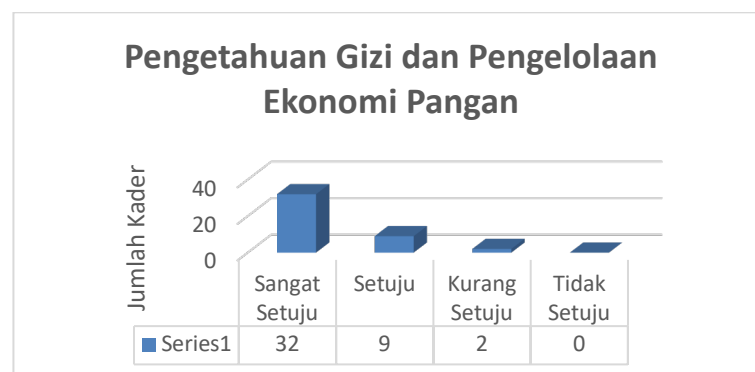
Gambar 8. Foto Bersama Kader PKK dengan TIM PkM dan Narasumber

Pemanfaatan teknologi melalui aplikasi Stunting Online menunjukkan bahwa inovasi digital tidak harus kompleks untuk memberikan dampak. Justru, kesederhanaan fitur dan relevansi dengan kebutuhan pengguna menjadi kunci keberhasilan. Aplikasi ini berfungsi sebagai alat refleksi keluarga yang mampu menjembatani informasi kesehatan dengan praktik nyata di rumah tangga. Selain itu, peran kader

PKK sebagai agen perubahan lokal menjadi faktor krusial dalam keberlanjutan program. Kader tidak hanya berfungsi sebagai fasilitator, tetapi juga sebagai penggerak edukasi kesehatan di tingkat komunitas. Dengan penguatan kapasitas kader, program memiliki peluang lebih besar untuk terus berjalan secara mandiri. Evaluasi program menunjukkan bahwa sebagian besar indikator keberhasilan tercapai, terutama dalam peningkatan pemahaman gizi dan kemampuan penggunaan aplikasi. Namun, perubahan perilaku konsumsi keluarga masih memerlukan waktu dan pendampingan berkelanjutan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis edukasi perlu dilakukan secara konsisten agar menghasilkan dampak jangka panjang.

Evaluasi dan Keberlanjutan Program

Evaluasi kegiatan dilakukan secara partisipatif melalui umpan balik peserta, observasi terhadap penggunaan aplikasi, serta diskusi reflektif bersama kader PKK. Pendekatan ini memungkinkan penilaian yang lebih komprehensif karena melibatkan pengalaman langsung peserta selama mengikuti program. Hasil evaluasi secara umum menunjukkan bahwa program memberikan dampak yang positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta dalam upaya pencegahan stunting berbasis keluarga. Pada aspek pengetahuan dasar, sebagian besar peserta telah memahami konsep gizi seimbang, yang ditunjukkan dengan capaian lebih dari 70% sesuai dengan indikator yang ditetapkan. Hal ini menunjukkan bahwa materi edukasi yang disampaikan mampu diterima dengan baik oleh peserta, terutama karena menggunakan pendekatan kontekstual yang dekat dengan kehidupan sehari-hari. Pemahaman ini menjadi fondasi penting dalam membangun perilaku hidup sehat di tingkat keluarga.

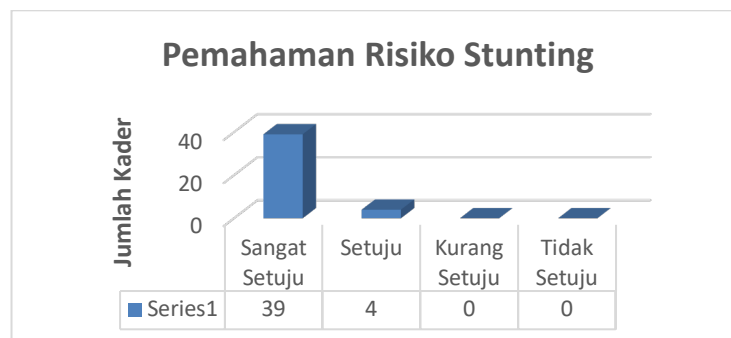


Gambar 9. Pengetahuan Gizi dan Pengelolaan Ekonomi Pangan

Grafik “Pengetahuan Gizi dan Pengelolaan Ekonomi Pangan” menunjukkan bahwa dari total 43 responden, sebanyak 32 orang (74,4%) menyatakan sangat setuju, 9 orang (20,9%) setuju, 2 orang (4,7%) kurang setuju, dan 0 orang (0%) tidak setuju. Dominasi pada kategori “sangat setuju” menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah memiliki pemahaman yang sangat baik terkait konsep gizi seimbang dan pengelolaan ekonomi pangan keluarga. Jika dikaitkan dengan rubrik evaluasi, capaian ini telah melampaui indikator pertama ($>70\%$), sehingga dapat disimpulkan bahwa program berhasil meningkatkan pengetahuan dasar peserta mengenai gizi seimbang dan pencegahan stunting.

Selain itu, jika digabungkan antara kategori “sangat setuju” dan “setuju”, diperoleh 41 responden (95,3%), yang menunjukkan tingkat penerimaan dan pemahaman yang sangat tinggi terhadap materi. Hal ini juga mengindikasikan tercapainya indikator keempat, yaitu kesadaran terhadap pola makan keluarga sehat ($>50\%$), bahkan jauh melampaui target. Tingginya pemahaman ini secara tidak langsung mendukung indikator lain, seperti kemampuan mengenali faktor risiko stunting ($>60\%$) serta kesadaran pemantauan kesehatan ibu dan anak ($>50\%$). Dengan tidak adanya respon “tidak setuju” dan sangat kecilnya “kurang setuju”, program dapat dinilai sangat efektif dalam meningkatkan literasi gizi dan membangun kesadaran perilaku kesehatan keluarga.

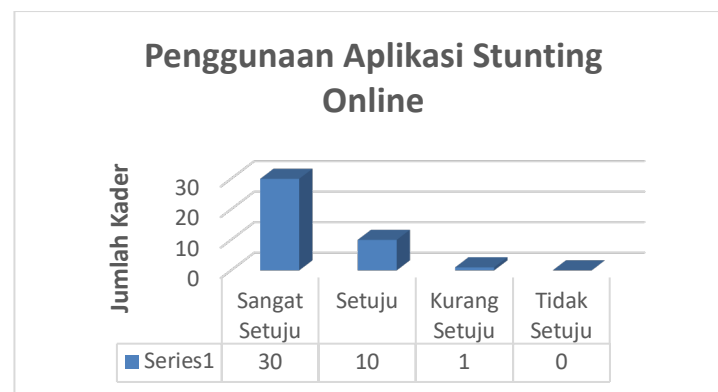
Selanjutnya, dalam aspek pemahaman risiko, lebih dari 60% peserta mampu mengidentifikasi faktor risiko stunting dalam keluarga. Capaian ini menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memahami konsep secara umum, tetapi juga mampu mengaitkannya dengan kondisi nyata yang dihadapi. Kemampuan ini penting karena menjadi langkah awal dalam melakukan tindakan pencegahan secara mandiri di lingkungan keluarga.



Gambar 10. Pemahaman Resiko Stunting

Grafik “Pemahaman Risiko Stunting” menunjukkan bahwa dari total 43 responden, sebanyak 39 orang (90,7%) menyatakan sangat setuju, 4 orang (9,3%) setuju, dan tidak terdapat responden yang memilih kategori kurang setuju maupun tidak setuju. Hal ini mengindikasikan bahwa seluruh peserta (100%) memiliki tingkat pemahaman yang baik terhadap risiko stunting dalam keluarga. Dominasi kategori “sangat setuju” menunjukkan bahwa materi yang disampaikan berhasil meningkatkan kesadaran dan kemampuan peserta dalam mengidentifikasi faktor risiko stunting secara komprehensif. Jika dikaitkan dengan indikator evaluasi, capaian ini jauh melampaui target minimal (>60%), sehingga dapat disimpulkan bahwa program sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap risiko stunting sebagai dasar penting dalam upaya pencegahan di tingkat keluarga.

Dalam aspek pemanfaatan teknologi, lebih dari 70% peserta telah mampu menggunakan aplikasi Stunting Online secara mandiri. Hal ini menunjukkan bahwa aplikasi yang dikembangkan cukup mudah digunakan dan relevan dengan kebutuhan peserta sebagai media edukasi. Aplikasi tidak hanya berfungsi sebagai sumber informasi, tetapi juga sebagai alat refleksi kondisi keluarga yang dapat digunakan secara berkelanjutan.

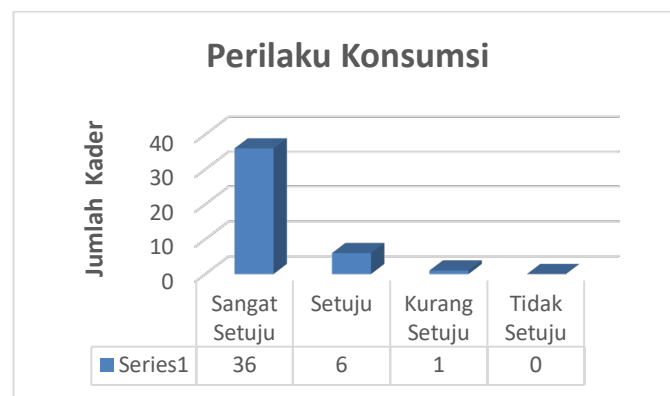


Gambar 11. Penggunaan Aplikasi Stunting Online

Grafik “Penggunaan Aplikasi” menunjukkan bahwa dari total 41 responden, sebanyak 30 orang (73,2%) menyatakan sangat setuju, 10 orang (24,4%) setuju, 1 orang (2,4%) kurang setuju, dan tidak ada responden yang menyatakan tidak setuju. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta mampu menggunakan aplikasi Stunting Online dengan baik dan merespons positif keberadaan aplikasi sebagai media

edukasi. Jika digabungkan, tingkat persetujuan mencapai 97,6%, yang mengindikasikan penerimaan yang sangat tinggi terhadap penggunaan teknologi dalam program ini. Capaian tersebut telah melampaui indikator evaluasi ($>70\%$ peserta mampu mengoperasikan aplikasi secara mandiri), sehingga dapat disimpulkan bahwa aplikasi yang dikembangkan efektif, mudah digunakan, dan relevan dalam mendukung peningkatan literasi gizi serta refleksi kondisi kesehatan keluarga secara mandiri.

Lebih lanjut, hasil evaluasi menunjukkan adanya perubahan awal dalam perilaku peserta, di mana sekitar 50% mulai memperhatikan variasi menu makanan keluarga dan lebih dari 50% memahami pentingnya pemantauan kesehatan ibu dan anak secara rutin. Meskipun perubahan perilaku ini masih dalam tahap awal, capaian tersebut menunjukkan arah yang positif. Secara keseluruhan, program tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mulai mendorong perubahan perilaku kesehatan keluarga, sehingga memiliki potensi keberlanjutan dalam upaya pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

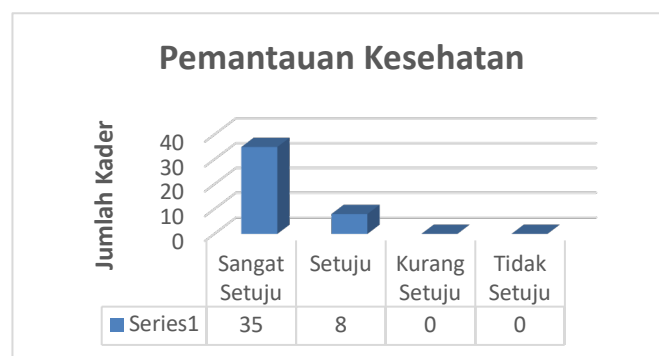


Gambar 12. Perilaku Konsumsi

Grafik “Perilaku Konsumsi” menunjukkan bahwa dari total 43 responden, sebanyak 36 orang (83,7%) menyatakan sangat setuju, 6 orang (14,0%) setuju, 1 orang (2,3%) kurang setuju, dan tidak ada responden yang menyatakan tidak setuju. Dominasi pada kategori “sangat setuju” menunjukkan bahwa sebagian besar peserta telah mengalami perubahan positif dalam perilaku konsumsi, khususnya dalam memperhatikan variasi menu makanan keluarga. Jika digabungkan, tingkat persetujuan mencapai 97,7%, yang mengindikasikan bahwa intervensi yang

dilakukan sangat efektif dalam mendorong kesadaran dan praktik pola makan sehat.

Capaian ini telah melampaui indikator evaluasi yang ditetapkan, yaitu lebih dari 50% peserta mulai memperhatikan variasi menu keluarga. Tingginya persentase persetujuan menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memahami konsep gizi, tetapi juga mulai mengimplementasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun masih terdapat sebagian kecil peserta yang kurang setuju, secara keseluruhan hasil ini menunjukkan bahwa program berhasil mendorong perubahan perilaku konsumsi ke arah yang lebih sehat, yang merupakan langkah penting dalam upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.



Gambar 13. Pemantauan Kesehatan

Grafik pemantauan kesehatan menunjukkan bahwa dari total 43 responden, sebanyak 35 orang (81,4%) menyatakan sangat setuju dan 8 orang (18,6%) setuju, serta tidak terdapat responden yang memilih kategori kurang setuju maupun tidak setuju. Hal ini menunjukkan bahwa seluruh peserta (100%) memiliki tingkat kesadaran yang baik terhadap pentingnya pemantauan kesehatan ibu dan anak secara rutin. Dominasi kategori “sangat setuju” mengindikasikan bahwa peserta tidak hanya memahami, tetapi juga menyadari urgensi pemeriksaan kesehatan sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting. Capaian ini telah jauh melampaui indikator evaluasi yang ditetapkan, yaitu lebih dari 50% peserta memahami pentingnya pemantauan kesehatan. Tingginya tingkat persetujuan menunjukkan bahwa program berhasil membangun kesadaran yang kuat terkait pentingnya kontrol kesehatan secara berkala, baik untuk ibu maupun anak. Dengan tidak adanya respon negatif, hasil ini menegaskan bahwa intervensi yang dilakukan sangat efektif dalam mendorong perubahan sikap dan kesiapan peserta untuk menerapkan perilaku kesehatan yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat melalui penguatan literasi gizi ibu PKK berbasis aplikasi Stunting Online menunjukkan hasil yang signifikan dalam meningkatkan kapasitas pengetahuan, kesadaran, serta perilaku kesehatan keluarga. Berdasarkan hasil evaluasi, sebagian besar indikator keberhasilan program telah tercapai bahkan melampaui target yang ditetapkan. Lebih dari 70% peserta mampu memahami konsep dasar gizi seimbang, lebih dari 60% mampu mengidentifikasi faktor risiko stunting dalam keluarga, serta lebih dari 70% peserta mampu mengoperasikan aplikasi secara mandiri. Capaian ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang digunakan tidak hanya efektif dalam transfer pengetahuan, tetapi juga mampu meningkatkan keterampilan praktis peserta dalam memanfaatkan teknologi sebagai media pembelajaran kesehatan.

Selain peningkatan pengetahuan, program ini juga menunjukkan adanya perubahan perilaku awal yang positif pada peserta. Lebih dari 50% peserta mulai memperhatikan variasi menu makanan keluarga sebagai bagian dari penerapan pola makan sehat, serta menunjukkan peningkatan kesadaran terhadap pentingnya pemantauan kesehatan ibu dan anak secara rutin. Meskipun perubahan ini masih berada pada tahap awal, hasil tersebut mengindikasikan adanya pergeseran pola pikir dan kesiapan peserta untuk mengadopsi perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini menjadi temuan penting, karena perubahan perilaku merupakan aspek yang paling krusial sekaligus paling menantang dalam intervensi kesehatan berbasis masyarakat. Keberhasilan program ini tidak terlepas dari penerapan pendekatan partisipatif berbasis masyarakat yang melibatkan mitra secara aktif sejak tahap perencanaan hingga evaluasi. Keterlibatan ibu-ibu PKK sebagai subjek sekaligus agen perubahan mendorong munculnya rasa memiliki terhadap program, sehingga meningkatkan peluang keberlanjutan.

Ucapan Terimakasih

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Allah SWT atas selesainya artikel ilmiah program PKM ini. Terimakasih juga kepada para pihak yang berkontribusi pada pengabdian ini.

REFERENSI

- Amelia, A. (2023). Pelatihan dan Pendampingan Inovasi Produk dari Daun Kelor untuk Mencegah Stunting di Desa Sungai Pauh Pusaka. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8, 66–75. <https://doi.org/10.30653/jppm.v8i1.221>
- Amelia, A., Nurviana, N., Wibowo, S., Sari, R., Muliani, F., & Nabilla, U. (2023). Pelatihan dan Pendampingan Inovasi Produk dari Daun Kelor untuk Mencegah Stunting di Desa Sungai Pauh Pusaka. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8, 66–75. <https://doi.org/10.30653/jppm.v8i1.221>
- Asrina, A. (2022). Pemberdayaan Kader, Ibu Hamil dan Ibu Menyusui dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2, 158–166.
- Astuti, E. P. (2024). Community empowerment in handling stunting through technology supporting food security and health. *Community Empowerment*, 9(7), 1078–1086.
- Fentiana, N. (2022). Stunting, Pemeriksaan Kehamilan Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Ibu Hamil Di Indonesia: Analisis Data Riskesdas 2013. 7(2), 133–138.
- Fildzah, F. K., Yamin, A., & Hendrawati, S. (2020). Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Pada BADUTA. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2), 272–284.
- Fitriani, A. (2022). Gerakan Pencegahan Stunting melalui Pemberdayaan Masyarakat di Desa Lancok Kecamatan Syamtalira Bayu. *JAI: Jurnal Abdimas ITEKES Bali*, 2(1).
- Gustiar, F., & Budianta, D. (2025). Pengembangan Pekarangan Pangan Lestari (P2L) untuk Mendukung Program Pencegahan Stunting. *Jurnal Abdimas PHB*, 6(1), 213–221.
- Hariati, S. (2024). Inspiratif (comprehensive stunting prevention initiative): Specific stunting intervention efforts in Pangkajene Kepulauan District. *Community Empowerment*.
- Indarsih, M. (2025). Pemanfaatan Teknologi Digital untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 6440–6447.
- Maku, G. (2023). Edukasi Gizi dan Pemberdayaan Masyarakat melalui Kebun Sayur Bersama sebagai Upaya Peningkatan Gizi

- Keluarga. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 9, 157–164. <https://doi.org/10.30653/jppm.v9i1.674>
- Nugroho, M. R., Sasongko, R. N., & Kristiawan, M. (2021). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. *Jurnal Obsesi*, 5(2), 2269–2276. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1169>
- Nuryanti, E. (2024). Hubungan Pola Sanitasi Air Bersih, Tindakan dan Perilaku Merokok Orang Tua Terhadap Stunting Pada Balita Usia 12-59 Bulan. *Innovative Journal of Social Science Research*, 4, 10965–10980.
- Prasetyo, A. (2023). Stunting Convergence Management Framework through System Integration Based on Regional Service Governance. <https://doi.org/10.3390/su15031821>
- Purwati, Y. (2025). Development of Smart E-Books Caring Strategies to Prevent Stunting During Pregnancy. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 13(3), 324–334.
- Raiten, D. J., & Bremer, A. A. (2020). Exploring the Nutritional Ecology of Stunting: New Approaches to an Old Problem. <https://doi.org/10.3390/nu12020371>
- Rodiyah, I. (2023). Health Literacy Level of Posyandu Cadres in Preventing Stunting Prevalence in Tambak Kalisogo Village. 11(2), 105–119. <https://doi.org/10.21070/jkmp.v11i2.1758>
- Sari, R. C. (2022). Developing a Financial Literacy Storybook for Early Childhood in an Augmented Reality Context. 14(2).
- Sulistiarini, R. (2023). Penyuluhan serta Pendampingan Gizi dan Kesehatan di Desa Telemow Kecamatan Sepaku Kabupaten Penajam Paser Utara Kalimantan Timur. *ABDIRA*, 3, 110–119.
- Tampubolon, N. R., Haryanti, F., & Akhmadi, A. (2021). The challenges and implementation in overcoming stunting by primary health care practitioners. *Media Keperawatan Indonesia*, 4. <https://doi.org/10.26714/mki.4.3.2021.164-174>
- Theresia, T. T. (2023). Evaluasi Pelaksanaan Program Gizi yang Berkaitan dengan Kejadian Stunting di Puskesmas Kecamatan. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4, 2332–2339.
- UNICEF. (2021). *The Crisis of Diets in Early Life*.