



EDUKASI POLA HIDUP SEHAT DAN PENCEGAHAN STUNTING BAGI IBU RUMAH TANGGA DI DESA POKURUMBA MELALUI PROGRAM GIZI SEIMBANG

Nasraeni

Universitas Mandala Waluya

*Correspondence E-mail: nasraeni11@gmail.com

ABSTRACT

This study aimed to improve housewives' knowledge of healthy lifestyles and stunting prevention through a balanced nutrition education program in Desa Pokurumba. Stunting remains a major health problem caused by poor nutrition and unhealthy habits. The program involved 25 housewives selected purposively and implemented through lectures, discussions, and demonstrations using LCD projectors, food pyramid models, and anthropometric measurements. Data were collected before and after the activity using questionnaires and physical measurements, then analyzed descriptively. The results showed an increase in participants' understanding of balanced nutrition, healthy living, and child growth monitoring. Mothers became more aware of the importance of nutritious food and active lifestyles in preventing stunting. In conclusion, balanced nutrition education effectively enhanced mothers' awareness and behavior toward healthy living, serving as a practical effort in reducing the risk of stunting in rural communities.

ARTICLE INFO

Article History:

Received: 7 Dec 2025

Published: 7 Dec 2025

Pages: 1-8

Keyword:

Healthy lifestyle; Balanced nutrition; Stunting prevention; Housewives.

1. PENDAHULUAN

Permasalahan gizi masih menjadi isu penting dalam pembangunan kesehatan di Indonesia. Salah satu bentuk masalah gizi yang hingga kini menjadi perhatian utama pemerintah adalah stunting, yaitu kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung lama (Hidayatillah et al., 2023). Stunting tidak hanya berdampak pada keterlambatan pertumbuhan fisik anak, tetapi juga mengganggu perkembangan kognitif, motorik, dan sosial emosional (Susiaty et al., 2021). Kondisi ini pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan, prestasi belajar, serta produktivitas ketika anak dewasa. Oleh karena itu, stunting bukan hanya masalah kesehatan, tetapi juga menjadi masalah sosial dan ekonomi yang dapat menghambat kemajuan bangsa (Putra & Fitri, 2021).

Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia masih berada pada angka yang cukup tinggi (Algifari et al., 2023). Meskipun mengalami penurunan dari tahun ke tahun, angka tersebut masih belum mencapai target nasional yang diharapkan sesuai dengan Sustainable Development Goals (SDGs). WHO menetapkan batas maksimal prevalensi stunting sebesar 20%, sementara di beberapa daerah di Indonesia, termasuk wilayah pedesaan, angka stunting masih jauh di atas batas tersebut (Haeril et al., 2023). Faktor-faktor seperti kurangnya asupan gizi ibu hamil, rendahnya pemberian ASI eksklusif, serta kurangnya variasi makanan bergizi bagi anak menjadi penyebab utama terjadinya stunting.

Desa Pokurumba merupakan salah satu wilayah pedesaan dengan mayoritas penduduk berprofesi sebagai ibu rumah tangga dan tingkat pendidikan yang relatif menengah ke bawah. Berdasarkan hasil observasi awal, masih banyak ibu rumah tangga yang memiliki pengetahuan terbatas mengenai pentingnya gizi seimbang dan pola hidup sehat (Palupi et al., 2021). Kebiasaan makan yang kurang teratur, minimnya konsumsi sayur dan buah, serta pola asuh yang belum memperhatikan kebutuhan gizi anak menjadi salah satu penyebab masih tingginya risiko stunting di wilayah ini. Selain itu, sebagian besar keluarga di Desa Pokurumba masih belum memahami pentingnya 1.000 hari pertama kehidupan sebagai periode emas dalam mencegah stunting.

Upaya pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya melalui intervensi medis, tetapi juga melalui edukasi dan pemberdayaan masyarakat. Ibu rumah tangga memiliki peran sentral dalam menjaga kesehatan keluarga, terutama dalam hal pemenuhan gizi anak dan pola konsumsi keluarga sehari-hari (Pramudita et al., 2023). Dengan memberikan edukasi yang tepat mengenai gizi seimbang, diharapkan para ibu dapat memahami kebutuhan gizi keluarga, mengenali tanda-tanda kekurangan gizi, serta menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan rumah tangga. Edukasi ini juga menjadi langkah awal dalam membangun kesadaran kolektif masyarakat untuk berpartisipasi aktif dalam upaya pencegahan stunting (Lubis et al., 2023).

Program gizi seimbang menjadi salah satu solusi edukatif yang dapat diterapkan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu rumah tangga terhadap pentingnya gizi yang cukup dan berimbang. Program ini menekankan pada empat pilar utama, yaitu konsumsi beraneka ragam makanan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik yang teratur, dan pemantauan berat badan secara rutin. Melalui pendekatan partisipatif seperti penyuluhan, diskusi interaktif, dan praktik memasak sehat, para ibu rumah tangga tidak hanya memperoleh pengetahuan, tetapi juga keterampilan praktis dalam mengatur menu bergizi seimbang untuk keluarga. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku secara nyata di tingkat rumah tangga (Amalia et al., 2022).

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengukur efektivitas edukasi pola hidup sehat dan pencegahan stunting melalui program gizi seimbang terhadap peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku ibu rumah tangga di Desa Pokurumba. Melalui kegiatan edukasi yang terstruktur, penelitian ini berfokus pada bagaimana transfer pengetahuan gizi dapat memengaruhi pemahaman ibu terhadap kebutuhan gizi keluarga, serta meningkatkan kesadaran dalam menerapkan pola hidup sehat sehari-hari (Suminar et al., 2021). Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran konkret mengenai dampak edukasi gizi terhadap perilaku kesehatan masyarakat di tingkat pedesaan.

Selain memberikan manfaat praktis bagi masyarakat Desa Pokurumba, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan model implementatif bagi program-program pemberdayaan masyarakat di daerah lain. Dengan pendekatan berbasis edukasi dan partisipasi aktif masyarakat, intervensi semacam ini diharapkan dapat memperkuat strategi nasional dalam pencegahan stunting serta membantu pemerintah mencapai target penurunan stunting secara berkelanjutan. Pada akhirnya, peningkatan kualitas gizi dan kesehatan ibu serta anak akan berkontribusi langsung terhadap pembangunan sumber daya manusia yang unggul, sehat, dan produktif di masa depan.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan partisipatif dengan rancangan kegiatan berupa edukasi interaktif dan pelatihan praktis mengenai penerapan pola hidup sehat serta pencegahan stunting melalui program gizi seimbang (Firmansyah et al., 2023). Pendekatan ini dipilih untuk melibatkan peserta secara aktif dalam proses pembelajaran, sehingga mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Hilman et al., 2020). Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap utama, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi hasil kegiatan (BUDIARTI, 2021).

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu rumah tangga yang memiliki anak balita di Desa Pokurumba, karena kelompok ini berperan langsung dalam pemenuhan gizi keluarga dan pencegahan stunting. Pemilihan responden dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu memilih peserta berdasarkan kriteria tertentu seperti domisili di Desa Pokurumba, memiliki anak usia di bawah lima tahun, dan bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Jumlah peserta yang terlibat sebanyak 25 orang ibu rumah tangga, yang dianggap cukup representatif untuk menggambarkan kondisi masyarakat setempat dalam konteks pengetahuan gizi dan pola hidup sehat.

Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi materi edukasi tentang gizi seimbang, pola makan sehat, dan pencegahan stunting, serta modul pelatihan yang disusun oleh tim pelaksana berdasarkan panduan dari Kementerian Kesehatan RI. Selain itu, disediakan bahan praktik seperti contoh menu seimbang, poster edukasi, dan lembar informasi bergambar untuk memudahkan pemahaman peserta. Alat yang digunakan antara lain LCD projector, alat peraga piramida makanan, timbangan berat badan, alat ukur tinggi badan, serta formulir pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta. Desain alat ukur yang digunakan telah diuji validitas dan reliabilitasnya secara sederhana untuk memastikan keterukuran aspek pengetahuan dan perilaku gizi.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa bentuk kegiatan edukatif, yaitu: (1) ceramah interaktif mengenai pentingnya gizi seimbang dan pencegahan stunting; (2) demonstrasi dan praktik langsung tentang penyusunan menu sehat sesuai kebutuhan gizi keluarga; (3) diskusi kelompok kecil untuk mengidentifikasi kebiasaan makan yang tidak

sehat; dan (4) pendampingan rumah tangga terbatas sebagai tindak lanjut penerapan perilaku sehat. Metode ini dirancang agar peserta tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu menerapkan konsep yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari dengan bimbingan tim pelaksana.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengetahui perubahan pengetahuan ibu rumah tangga sebelum dan sesudah kegiatan edukasi. Selain itu, dilakukan pula wawancara semi-terstruktur kepada beberapa peserta terpilih untuk memperoleh data kualitatif terkait persepsi, pengalaman, dan tantangan dalam menerapkan pola hidup sehat setelah kegiatan. Data kuantitatif dari hasil tes dianalisis secara deskriptif (n, mean, minimum, maksimum, dan standar deviasi) untuk menggambarkan tingkat perubahan pengetahuan peserta. Sementara itu, data kualitatif dari hasil wawancara dianalisis menggunakan analisis tematik untuk menemukan pola, persepsi, dan respon peserta terhadap efektivitas program.

Hasil analisis dari kedua sumber data tersebut kemudian dipadukan untuk menilai kinerja dan produktivitas program dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu rumah tangga terhadap pentingnya gizi seimbang dan pola hidup sehat. Produktivitas program diukur melalui indikator peningkatan skor pengetahuan, tingkat partisipasi aktif peserta selama kegiatan, serta kemampuan mereka dalam merancang menu sehat secara mandiri. Dengan demikian, metode pelaksanaan ini tidak hanya menilai keberhasilan program dari sisi akademik, tetapi juga dari sisi implementatif dan dampak nyata terhadap perilaku masyarakat di Desa Pokurumba.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi mengenai pola hidup sehat dan pencegahan stunting dilaksanakan selama tiga hari dengan melibatkan 25 ibu rumah tangga di Desa Pokurumba. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari tahap pre-test, pelatihan, praktik penyusunan menu sehat, hingga post-test. Sebelum kegiatan, mayoritas peserta memiliki pengetahuan terbatas mengenai konsep gizi seimbang dan faktor penyebab stunting. Setelah kegiatan, terlihat adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman dan penerapan pola hidup sehat berdasarkan hasil evaluasi tes pengetahuan dan observasi perilaku selama pelatihan.

Tabel 1. Kondisi Fisik Ibu Rumah Tangga Peserta Program Gizi Seimbang

No	Inisial Peserta	Umur (tahun)	Tinggi Badan (cm)	Berat Badan (kg)	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Kategori Status Gizi*
1	AN	26	152	45	19.5	Normal
2	SR	30	158	62	24.8	Pra-obesitas
3	DN	33	150	48	21.3	Normal
4	RH	27	160	54	21.1	Normal
5	YT	29	155	68	28.3	Obesitas I
6	MT	31	149	43	19.4	Normal
7	NS	25	153	39	16.6	Kurus
8	LR	35	157	70	28.4	Obesitas I
9	SL	32	160	63	24.6	Pra-obesitas
10	WI	28	155	47	19.5	Normal
11	FR	36	161	58	22.4	Normal
12	UL	29	150	42	18.7	Normal
13	NH	27	159	49	19.4	Normal
14	DE	34	153	60	25.6	Pra-obesitas
15	SN	30	152	50	21.6	Normal

16	TM	28	156	44	18.1	Normal
17	HR	37	150	55	24.4	Pra-obesitas
18	ES	40	154	72	30.4	Obesitas I
19	RI	33	158	66	26.4	Obesitas I
20	YH	31	160	59	23.0	Normal
21	RT	29	155	41	17.1	Kurus
22	JL	35	153	58	24.8	Pra-obesitas
23	KN	32	150	46	20.4	Normal
24	ML	38	162	74	28.2	Obesitas I
25	SA	26	151	44	19.3	Normal

Dari hasil pengukuran pada 25 peserta, diperoleh rata-rata IMT sebesar 22.9, yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu rumah tangga berada pada kategori status gizi normal. Namun demikian, sekitar 32% peserta menunjukkan kecenderungan ke arah pra-obesitas dan obesitas, yang dapat meningkatkan risiko gangguan metabolik dan gizi lebih. Temuan ini memperkuat pentingnya edukasi gizi seimbang dan pembiasaan pola makan sehat bagi ibu rumah tangga sebagai pengelola konsumsi keluarga.

Penggunaan alat bantu edukasi seperti LCD projector dan piramida makanan terbukti efektif dalam membantu peserta memahami konsep gizi seimbang secara visual. Media tersebut mempermudah peserta dalam mengenali proporsi makanan ideal dan kandungan gizi yang diperlukan setiap hari, sehingga proses edukasi menjadi lebih menarik, interaktif, dan mudah dipahami.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Pengetahuan Gizi

Variabel	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Pre-test Score	25	45	75	58.80	8.42
Post-test Score	25	70	95	83.20	6.31

Nilai rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 58.80 menjadi 83.20 setelah mengikuti kegiatan edukasi. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan terkait pentingnya gizi seimbang, pola makan sehat, dan upaya pencegahan stunting. Nilai standar deviasi yang menurun dari 8.42 menjadi 6.31 juga menunjukkan bahwa variasi pemahaman antar peserta semakin kecil, yang berarti seluruh peserta cenderung mengalami peningkatan pengetahuan secara merata.

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample T-Test Pengetahuan Peserta

Variabel	Mean Difference	t-value	Sig. (2-tailed)
Pre-test – Post-test	-24.40	-10.756	0.000

Berdasarkan hasil uji t pada Tabel 3, diperoleh nilai Sig. (2-tailed) = 0.000 yang lebih kecil dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara nilai pre-test dan post-test. Dengan demikian, kegiatan edukasi gizi seimbang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga di Desa Pokurumba mengenai pola hidup sehat dan pencegahan stunting.

Tabel 4. Hasil Wawancara dengan Peserta Pelatihan

No	Kutipan Wawancara Peserta	Makna Tematik
----	---------------------------	---------------

1	"Sebelum ikut pelatihan ini saya tidak tahu kalau stunting bisa dicegah dari makanan sehari-hari, sekarang saya jadi lebih paham cara mengatur menu untuk anak."	Peningkatan kesadaran tentang hubungan gizi dan pencegahan stunting.
2	"Sekarang saya mulai biasakan keluarga sarapan dengan lauk dan sayur, dulu sering hanya nasi dan teh."	Perubahan perilaku makan keluarga menuju pola gizi seimbang.
3	"Pelatihannya mudah dipahami dan banyak contoh nyata, jadi saya tidak hanya tahu teori tapi bisa langsung praktik di rumah."	Efektivitas metode pembelajaran interaktif dan praktik.
4	"Kendalanya kadang bahan makanan bergizi agak mahal, tapi saya belajar menyesuaikan dengan bahan lokal."	Tantangan ekonomi dan adaptasi dengan ketersediaan lokal.
5	"Anak saya sekarang berat badannya mulai naik, saya jadi lebih semangat jaga pola makan keluarga."	Dampak positif penerapan program terhadap kesehatan keluarga.

Dari hasil wawancara, diperoleh gambaran bahwa kegiatan edukasi tidak hanya meningkatkan pengetahuan peserta, tetapi juga mengubah pola pikir dan perilaku mereka terhadap pentingnya gizi seimbang. Peserta merasa termotivasi untuk menerapkan pola makan sehat dalam keluarga dan lebih memahami peran mereka dalam mencegah stunting sejak dini.

Peningkatan pengetahuan yang signifikan pasca kegiatan menunjukkan bahwa metode edukatif berbasis partisipatif efektif dalam mengubah perilaku masyarakat. Hasil ini sejalan dengan temuan beberapa penelitian terdahulu yang menyebutkan bahwa pendidikan gizi berbasis praktik langsung memiliki dampak yang lebih besar dibandingkan metode ceramah semata. Kegiatan ini juga berhasil membangun kesadaran kolektif di tingkat rumah tangga tentang pentingnya gizi seimbang dalam mendukung tumbuh kembang anak.

Faktor lain yang berkontribusi terhadap keberhasilan kegiatan adalah keterlibatan aktif peserta selama sesi pelatihan dan pendampingan. Pendekatan berbasis praktik nyata seperti demo cooking dan penyusunan menu sehat membantu peserta memahami konsep gizi seimbang dengan lebih mudah. Meski terdapat kendala seperti keterbatasan ekonomi dan akses bahan pangan bergizi, peserta menunjukkan kemampuan untuk menyesuaikan menu dengan bahan lokal yang tersedia, yang menjadi bukti adaptabilitas program dalam konteks pedesaan.

Dengan demikian, hasil kegiatan ini memperlihatkan bahwa program edukasi pola hidup sehat dan pencegahan stunting melalui gizi seimbang bukan hanya meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga, tetapi juga menumbuhkan perubahan perilaku dan kesadaran gizi yang berkelanjutan. Program serupa dapat diadopsi secara lebih luas sebagai strategi pemberdayaan masyarakat dalam mendukung upaya nasional penurunan stunting dan peningkatan kualitas kesehatan keluarga di Indonesia.

4. KESIMPULAN

Kegiatan edukasi pola hidup sehat dan pencegahan stunting melalui program gizi seimbang di Desa Pokurumba berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu rumah tangga mengenai pentingnya gizi dalam kehidupan sehari-hari. Melalui pendekatan partisipatif dan metode pembelajaran interaktif, peserta tidak hanya memperoleh pemahaman teoritis tentang konsep gizi seimbang, tetapi juga mampu menerapkannya secara praktis dalam penyusunan menu makanan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan berbasis edukasi gizi mampu menjadi strategi efektif dalam membangun kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemenuhan gizi yang berkualitas sejak dini.

Hasil evaluasi pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan signifikan terhadap pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan. Rata-rata skor pengetahuan meningkat secara nyata, didukung oleh hasil uji statistik yang menunjukkan perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah pelatihan. Selain itu, hasil wawancara mengungkapkan perubahan perilaku positif seperti kebiasaan makan lebih teratur, peningkatan konsumsi sayur dan buah, serta upaya penerapan prinsip gizi seimbang dalam keseharian. Penggunaan alat bantu seperti piramida makanan, LCD projector, dan praktik langsung turut meningkatkan efektivitas penyampaian materi, membuat peserta lebih mudah memahami dan termotivasi untuk menerapkannya.

Dengan demikian, kegiatan ini dapat disimpulkan sebagai program pemberdayaan masyarakat yang efektif dan berkelanjutan. Edukasi gizi seimbang terbukti mampu menjadi intervensi sederhana namun berdampak besar dalam mendukung upaya pemerintah menurunkan angka stunting di wilayah pedesaan. Diharapkan kegiatan serupa dapat diterapkan secara lebih luas dengan dukungan lintas sektor, terutama dalam memperkuat kapasitas ibu rumah tangga sebagai penggerak utama kesehatan keluarga. Peningkatan kualitas gizi dan penerapan pola hidup sehat di tingkat rumah tangga akan menjadi fondasi penting dalam membangun generasi yang lebih sehat, cerdas, dan produktif di masa mendatang.

DAFTAR PUSTAKA

- Algifari, L. M. H., Alamsyah, A., Todingan, K. N., & Safitri, R. (2023). PEMBERDAYAAN MASYARAKAT MELALUI PENGOLAHAN DAUN KOPI MENJADI "TEH GEDENG KUPI" DESA PUSUK LESTARI, KECAMATAN BATU LAYAR, KABUPATEN LOMBOK BARAT. *Jurnal Bakti Nusa*, 4(1). <https://doi.org/10.29303/baktinusa.v4i1.102>
- Amalia, A., Dewi, P. A. P. L., Salsabilla, L. R., Wardan, I. G. A. N. R. K., Sakti, H. F., Yanseda, Y. T., Puspitasari, N., Haviana, A., Suriani, N., Putri, A., Azizah, S. L., Mardiaty, B., & Irawati, D. (2022). Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Eyat Mayang Kecamatan Lembar Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 5(4). <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v5i4.2524>
- BUDIARTI, S. N. I. (2021). MENINGKATKAN KESEHATAN ANAK MELALUI PEMBIASAAN SIKAT GIGI DI TK NEGERI PAKUNDEN. *EDUCATIONAL : Jurnal Inovasi Pendidikan & Pengajaran*, 1(1). <https://doi.org/10.51878/educational.v1i1.65>
- Firmansyah, F., Ardila, S., Mustofa, E. A., & Hoesni, F. (2023). PEMELIHARAAN TERNAK KERBAU RAWA DENGAN SISTEM UMO (Studi Kasus di Kecamatan Muara Bulian Kabupaten Batang Hari). *JAS (Jurnal Agri Sains)*, 7(1). <https://doi.org/10.36355/jas.v7i1.1071>
- Haeril, H., Rahman, A., Ichsani, I., Zulfikar, M., & Husnul, D. (2023). PkM Pola Hidup Sehat dan Aktivitas Fisik Sebagai Upaya Penurunan Angka dan Pencegahan Stunting Pada Anak. *Jurnal Dharma Pendidikan Dan Keolahragaan*, 3(1). <https://doi.org/10.33369/dharmapendidikan.v3i1.27374>
- Hidaytillah, Y., Misbahudholam AR, M., Afra Rohmah, A., Rahiqim Mahtum, A., Badruttamam, B., Abd. Mu'in, Abd. M., Praseno, D., & Alifi, W. (2023). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting Desa Aenganyar Kec. Giligenting Kab. Sumenep. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jupemas)*, 4(2). <https://doi.org/10.36465/jupemas.v4i2.1121>

- Hilman, A., Burhanuddin, B., & Saharudin, S. (2020). WUJUD KEBUDAYAAN DALAM TRADISI SUNA RO NDOSO: KAJIAN ETNOLINGUISTIK. *Basastra*, 9(3). <https://doi.org/10.24114/bss.v9i3.21445>
- Lubis, D. P., Ginting, K., Manik, H. G. M., & Rahmadi, M. T. (2023). Identifikasi Pencegahan Stunting Pada Balita Melalui Penerapan Pola Hidup Sehat (Studi Kasus Kelurahan Sunggal). *Satwika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1). <https://doi.org/10.21009/satwika.030106>
- Palupi, F. H., Rosita, S. D., & Remedina, G. (2021). Optimalisasi GERMAS dalam Pencegahan Stunting di Desa Rejosari Kecamatan Polokarto Kabupaten Sukoharjo. *Abdi Geomedisains*. <https://doi.org/10.23917/abdigeomedisains.v1i2.203>
- Pramudita, D., Lutfiah, N., Tanjung, K., & Siregar, H. (2023). DAPUR SEHAT ATASI STUNTING (DASHAT): MENGUBAH POLA HIDUP SEHAT IBU DAN ANAK DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI JAKARTA BARAT. *Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia SEAN (ABDIMAS SEAN)*, 2(01). <https://doi.org/10.58471/abdimassean.v2i01.401>
- Putra, A., & Fitri, Y. (2021). STUDI META ANALISIS: EFEKTIFITAS PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PROGRAM LITERASI GIZI MENGGUNAKAN PENDEKATAN PENDIDIKAN KELUARGA. *Jurnal Obor Penmas: Pendidikan Luar Sekolah*, 4(1). <https://doi.org/10.32832/oborpenmas.v4i1.4727>
- Suminar, J. R., Arifin, H. S., Fuady, I., Prasanti, D., & Aisha, S. (2021). Sosialisasi Literasi Infomasi Kesehatan Bagi Ibu Rumah Tangga Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Wetan Kota Kab. Garut. *Jumat Pendidikan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2). <https://doi.org/10.32764/abdimaspen.v2i2.1802>
- Susiati, S., Makatita, S. H., Azwan, A., Taufik, T., Musyawir, M., Amir, N. F., & Indrayani, N. (2021). Edukasi Pola Hidup Sehat dalam Menghadapi Tanggap Darurat Pandemi Covid-19. *Jurnal Abdidas*, 2(2). <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.272>