



---

**SMART STEPS FOR GREAT MOTHERS: RAISING CHILDREN FREE FROM STUNTING**

Oleh

Subriah<sup>1</sup>, Ade Devriany<sup>2</sup>, Agustina Ningsi<sup>3</sup>, Ros Rahmawati<sup>4</sup>, Hidayati<sup>5</sup>, Asmawati Gasma<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

Email: [subriah@poltekkes-mks.ac.id](mailto:subriah@poltekkes-mks.ac.id)

---

**Article History:**

Received: 24-05-2026

Revised: 18-06-2026

Accepted: 25-06-2026

**Keywords:**

Exclusive

Breastfeeding, Family  
Planning, Breastfeeding  
Mothers, Stunting

**Abstract:** *Stunting remains a major public health problem that can adversely affect children's physical growth, cognitive development, productivity, and quality of life in the future. Stunting prevention should be initiated during the first 1,000 days of life through improving mothers' knowledge and skills regarding nutritional fulfillment, breastfeeding practices, and reproductive health. The Community Service Program (PkM) entitled "Smart Steps for Great Mothers: Raising Stunting-Free Children" aimed to enhance the knowledge and skills of women in the interpregnancy period, postpartum mothers, and breastfeeding mothers in preventing stunting. The program was conducted on April 19, 2026, at Nuhrintama Clinic, Gowa Regency, involving 15 participants. The methods included health education sessions, breastfeeding technique demonstrations, family planning counseling, and psychosocial support. Evaluation was carried out using pretest and posttest assessments to measure changes in participants' knowledge. The results demonstrated an improvement in participants' knowledge following the intervention. During the pretest, 9 participants (60%) had good knowledge, while 6 participants (40%) were categorized as having poor knowledge. After the intervention, the posttest results showed a significant increase, with 13 participants (86.67%) demonstrating good knowledge and only 2 participants (13.33%) remaining in the poor knowledge category. In addition, 85% of participants were able to correctly demonstrate breastfeeding positions and proper latch-on techniques after attending the demonstration and simulation sessions. During family planning counseling, three participants expressed their willingness to use Long-Acting Reversible Contraceptive Methods (LARCs), namely contraceptive implants and intrauterine devices (IUDs). The program also strengthened interprofessional collaboration among lecturers, students, midwives, and nurses in delivering comprehensive health education services. This community service program was effective in improving mothers' knowledge, skills, and awareness regarding stunting prevention through exclusive breastfeeding, proper breastfeeding techniques,*



---

*appropriate complementary feeding practices, and optimal birth spacing. Similar programs should be implemented continuously to support efforts to accelerate stunting reduction within the community.*

---

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian di Indonesia. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun. Dampak stunting tidak hanya terlihat pada pertumbuhan fisik yang terhambat, tetapi juga dapat memengaruhi perkembangan kognitif, kemampuan belajar, produktivitas, serta kualitas hidup anak di masa mendatang.

Pencegahan stunting memerlukan upaya yang komprehensif dan berkelanjutan, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Peran ibu sangat penting dalam memastikan terpenuhinya kebutuhan gizi dan kesehatan anak sejak masa kehamilan, persalinan, hingga masa tumbuh kembang. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu menjadi salah satu strategi efektif dalam menurunkan angka stunting.

Program “**Langkah Cerdas Ibu Hebat: Anak Bebas Stunting**” hadir sebagai upaya edukatif untuk memberdayakan ibu dalam menerapkan praktik kesehatan yang mendukung pertumbuhan optimal anak. Program ini berfokus pada tiga aspek utama pencegahan stunting, yaitu pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan, pemberian makanan tambahan dan makanan pendamping ASI yang bergizi sesuai kebutuhan anak, serta penerapan keluarga berencana melalui penggunaan alat kontrasepsi untuk mengatur jarak kehamilan yang ideal. Ketiga aspek tersebut merupakan intervensi penting yang telah terbukti berkontribusi dalam meningkatkan status gizi ibu dan anak.

Melalui kegiatan ini, diharapkan para ibu memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai praktik pengasuhan, pemenuhan gizi, dan kesehatan reproduksi yang tepat. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku positif dalam keluarga sehingga kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi secara optimal, kesehatan ibu tetap terjaga, dan risiko terjadinya stunting dapat diminimalkan. Dengan demikian, kegiatan ini diharapkan mampu berkontribusi dalam mewujudkan generasi yang sehat, cerdas, berkualitas, dan bebas stunting sebagai investasi penting bagi pembangunan bangsa di masa depan.

## METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka Bakti Bidan 2026 dilaksanakan melalui beberapa tahapan, dimulai dari tahap persiapan hingga pelaksanaan kegiatan di lapangan

**Tempat dan Waktu.** Kegiatan ini terlaksana di Klinik Nuhrintama yang terletak di Jalan Pallantikang Blok B N0 2 Kabupaten Gowa pada hari minggu tanggal 19 April 2026.

**Khalayak Sasaran.** Ibu masa antara dan Ibu nifas dan menyusui

### **Metode Pengabdian**

Pada tahap persiapan, tim pelaksana terlebih dahulu melakukan survei kebutuhan melalui observasi dan wawancara dengan melibatkan beberapa stakeholder, antara lain Direktur Klinik Nuhrintama serta tenaga kesehatan yang terdiri atas bidan dan perawat. Kegiatan ini bertujuan untuk mengidentifikasi kondisi, kebutuhan, serta permasalahan yang



dihadapi oleh ibu masa antara dan ibu menyusui serta ibu masa antara.

Selanjutnya, tim melakukan persiapan sarana, prasarana, dan media edukasi yang akan digunakan selama kegiatan. Media yang dipersiapkan meliputi phantom bayi dan phantom payudara untuk demonstrasi teknik menyusui yang benar, bangku kecil atau penyangga kaki untuk mendukung praktik posisi menyusui yang nyaman, Paket Strategi Konseling Berimbang Keluarga Berencana (SKB-KB) sebagai media edukasi dan konseling dalam pengambilan keputusan terkait penggunaan kontrasepsi, leaflet sebagai bahan edukasi yang dapat dibawa pulang oleh peserta, serta spanduk kegiatan sebagai media publikasi dan dokumentasi.

Tahap pelaksanaan diawali dengan penyusunan proposal kegiatan dan pengurusan perizinan kepada instansi terkait. Setelah memperoleh persetujuan, tim Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) melakukan pembagian tugas sesuai dengan bidang keahlian masing-masing anggota. Kegiatan kemudian dilaksanakan melalui beberapa metode, yaitu edukasi kelompok, konseling individu, demonstrasi praktik menyusui, serta pemberian dukungan psikososial kepada peserta. Melalui berbagai metode tersebut, diharapkan peserta dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan motivasi yang diperlukan untuk mendukung kesehatan ibu dan anak serta mencegah terjadinya stunting.

#### **Indikator Keberhasilan.**

Indikator keberhasilan kegiatan ini adalah:

1.  $\geq 80\%$  peserta memiliki pengetahuan baik pada posttest.
2.  $\geq 80\%$  peserta mampu mempraktikkan teknik menyusui yang benar.
3. Minimal 20% peserta sasaran konseling KB bersedia menggunakan kontrasepsi pascapersalinan/MKJP.
4.  $\geq 90\%$  peserta mengikuti kegiatan hingga selesai.

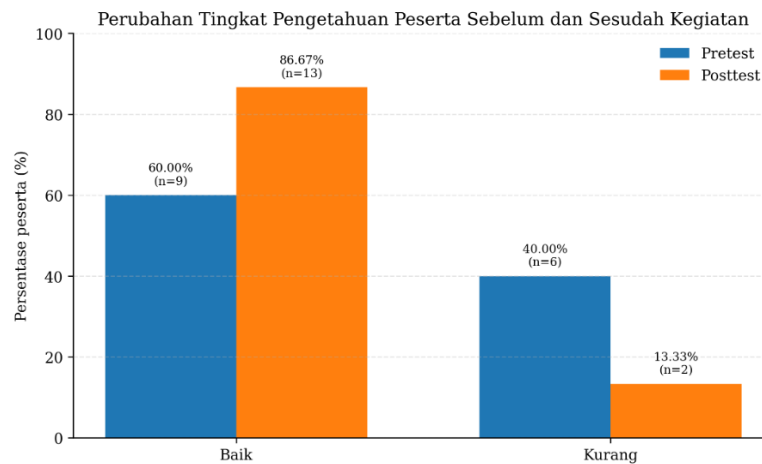
#### **Metode Evaluasi.**

Adanya rencana tindak lanjut dari petugas kesehatan setempat untuk melanjutkan kegiatan edukasi secara berkala di Klinik Nuhrintama Kabupaten Gowa.

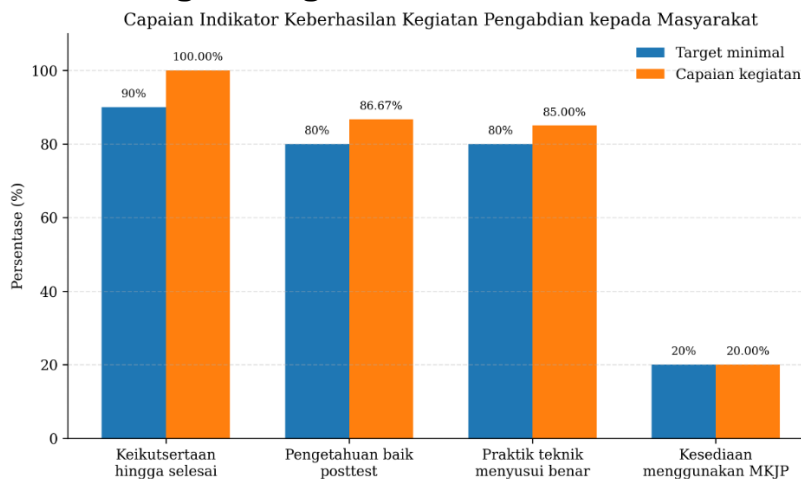
## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil**

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan tema "**Langkah Cerdas Ibu Hebat: Anak Bebas Stunting**" telah dilaksanakan pada tanggal 19 April 2026 di Klinik Nuhrintama Kabupaten Gowa. Sasaran kegiatan adalah ibu masa antara, ibu nifas, dan ibu menyusui. Kegiatan dilaksanakan melalui penyuluhan, demonstrasi teknik menyusui, konseling keluarga berencana, serta pemberian dukungan psikososial. Pelaksanaan kegiatan berlangsung dengan lancar dan mendapat respons yang sangat baik dari peserta. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari pretest, penyampaian materi, simulasi praktik, konseling, hingga posttest. Antusiasme peserta terlihat dari keaktifan dalam mengajukan pertanyaan, berbagi pengalaman, dan berpartisipasi dalam sesi demonstrasi.



**Gambar 1. Perubahan Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Kegiatan**



**Gambar 2. Capaian Indikator Keberhasilan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat**

Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi, demonstrasi, konseling, dan dukungan psikososial. Sebelum kegiatan, peserta dengan kategori pengetahuan baik berjumlah 9 orang (60,00%), sedangkan 6 orang (40,00%) berada pada kategori pengetahuan kurang. Setelah kegiatan, jumlah peserta dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 13 orang (86,67%), sementara peserta dengan pengetahuan kurang menurun menjadi 2 orang (13,33%). Dengan demikian, terjadi peningkatan pengetahuan kategori baik sebesar 26,67 poin persentase.

Capaian indikator kegiatan menunjukkan bahwa seluruh peserta mengikuti kegiatan hingga selesai (100%), melebihi target minimal 90%. Proporsi peserta dengan pengetahuan baik pada posttest mencapai 86,67%, sehingga melampaui target minimal 80%. Selain itu, 85,00% peserta mampu mempraktikkan posisi menyusui dan teknik pelekatan yang benar setelah sesi demonstrasi dan simulasi. Pada aspek konseling keluarga berencana, 3 peserta atau 20,00% menyatakan kesiediaan menggunakan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP), yaitu implan dan/atau AKDR, sehingga indikator penerimaan MKJP mencapai target yang telah ditetapkan.



## B. Pembahasan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan tema "*Langkah Cerdas Ibu Hebat: Anak Bebas Stunting*" merupakan salah satu upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kapasitas ibu dalam mencegah stunting sejak masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Keberhasilan pelaksanaan kegiatan ditunjukkan oleh tingginya partisipasi peserta pada seluruh rangkaian kegiatan, mulai dari pretest, penyuluhan, demonstrasi, konseling, hingga posttest. Antusiasme peserta yang terlihat dari keaktifan bertanya dan berbagi pengalaman menunjukkan bahwa materi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan dan permasalahan yang dihadapi oleh ibu pada masa antara, masa nifas, dan masa menyusui.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Pada saat pretest, hanya 60% peserta yang memiliki pengetahuan baik, sedangkan 40% lainnya masih berada pada kategori kurang. Setelah mendapatkan penyuluhan dan pendampingan, proporsi peserta dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 86,67%, sementara peserta dengan pengetahuan kurang menurun menjadi 13,33%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode edukasi yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai manfaat ASI eksklusif, teknik menyusui yang benar, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pentingnya pengaturan jarak kehamilan dalam pencegahan stunting.

Peningkatan pengetahuan peserta tidak terlepas dari penggunaan metode pembelajaran yang interaktif melalui kombinasi ceramah, diskusi, demonstrasi, dan simulasi. Pendekatan ini memungkinkan peserta tidak hanya memperoleh informasi secara teoritis, tetapi juga memahami penerapan praktik yang benar dalam kehidupan sehari-hari. Menurut teori pembelajaran orang dewasa (*adult learning*), keterlibatan aktif peserta dalam proses belajar dapat meningkatkan retensi pengetahuan dan mempermudah perubahan perilaku kesehatan.

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil meningkatkan keterampilan peserta dalam teknik menyusui. Demonstrasi dan simulasi menggunakan phantom bayi dan phantom payudara memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempraktikkan secara langsung posisi menyusui dan teknik pelekatan yang benar. Penguasaan keterampilan ini sangat penting karena keberhasilan menyusui dipengaruhi oleh posisi dan pelekatan yang tepat, yang pada akhirnya dapat meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif sebagai salah satu strategi utama pencegahan stunting.

Hasil konseling keluarga berencana menunjukkan bahwa tiga orang peserta bersedia menggunakan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP), yaitu implan dan Alat Kontrasepsi Dalam Rahim (AKDR). Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian informasi yang komprehensif dan konseling yang berpusat pada kebutuhan klien mampu meningkatkan penerimaan terhadap penggunaan kontrasepsi yang efektif. Pengaturan jarak kehamilan yang optimal berperan penting dalam menjaga kesehatan ibu dan anak serta mendukung pemenuhan kebutuhan gizi anak secara optimal, sehingga berkontribusi terhadap pencegahan stunting.

Keberhasilan kegiatan ini juga didukung oleh penerapan kolaborasi interprofesional yang melibatkan dosen, mahasiswa, bidan, dan perawat. Kolaborasi tersebut memungkinkan tersedianya layanan edukasi yang lebih komprehensif karena setiap profesi memberikan kontribusi sesuai dengan kompetensinya. Pendekatan Interprofessional Collaboration (IPC) terbukti dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan, memperkuat komunikasi



antarprofesi, serta memberikan manfaat yang lebih besar bagi masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan PkM ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang dikombinasikan dengan demonstrasi praktik, konseling keluarga berencana, dan dukungan psikososial mampu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta kesadaran ibu dalam upaya pencegahan stunting. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan berbagai pemangku kepentingan agar dampak yang dihasilkan dapat lebih luas dan berkelanjutan.

### DOKUMENTASI KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT



Gambar 1

Gambar 1. Kegiatan koordinasi dan silaturahmi tim pengabdian dengan pimpinan Klinik Nuhrintama, Lurah Kalegowa, dan Kepala Puskesmas Somba Opu sebagai bentuk persiapan dan penguatan kolaborasi dalam mendukung pelaksanaan program Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) "Langkah Cerdas Ibu Hebat: Anak Bebas Stunting".



Gambar 2

Gambar 2. Momen penyerahan sertifikat penghargaan dari Klinik Nuhrintama kepada Jurusan Kebidanan sebagai bentuk pengakuan dan apresiasi atas kolaborasi yang baik dalam pelaksanaan program kegiatan.



Gambar 3

Gambar 3. Kegiatan konseling kepada calon akseptor KB mengenai pentingnya pengaturan jarak kehamilan dan pemilihan metode kontrasepsi sebagai salah satu strategi pencegahan stunting melalui peningkatan kesehatan ibu dan anak.



Gambar 4. Dokumentasi foto bersama antara tim pengabdian, pimpinan klinik, tenaga kesehatan dan peserta, setelah pelaksanaan kegiatan sebagai bentuk apresiasi, kebersamaan dan komitmen dalam mendukung upaya pencegahan stunting.

## KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dengan tema "*Langkah Cerdas Ibu Hebat: Anak Bebas Stunting*" berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu masa antara, ibu nifas, dan ibu menyusui dalam upaya pencegahan stunting. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta, dimana proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 60% pada saat pretest menjadi 86,67% pada saat posttest. Selain itu, peserta juga menunjukkan peningkatan keterampilan dalam mempraktikkan posisi menyusui dan teknik pelekatan yang benar setelah mengikuti sesi demonstrasi dan simulasi.

Kegiatan konseling keluarga berencana memberikan dampak positif terhadap penerimaan Metode Kontrasepsi Jangka Panjang (MKJP), yang ditunjukkan dengan adanya tiga peserta yang menyatakan kesediaan menggunakan implan atau AKDR. Pelaksanaan kegiatan juga berhasil memperkuat kolaborasi interprofesional antara dosen, mahasiswa, bidan, dan perawat dalam memberikan edukasi kesehatan yang komprehensif kepada masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan ini efektif dalam meningkatkan kapasitas ibu terkait pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, pengaturan jarak kehamilan, serta praktik menyusui yang benar sebagai langkah strategis dalam pencegahan stunting sejak masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).

## SARAN

1. Klinik Nuhrintama diharapkan dapat melaksanakan kegiatan edukasi kesehatan ibu dan anak secara rutin dan berkelanjutan, khususnya terkait pencegahan stunting pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).
2. Tenaga kesehatan, terutama bidan dan perawat, perlu terus meningkatkan kegiatan konseling mengenai ASI eksklusif, MP-ASI, dan keluarga berencana agar perubahan perilaku kesehatan dapat dipertahankan dalam jangka panjang.
3. Kegiatan serupa perlu diperluas dengan melibatkan suami, keluarga, dan kader kesehatan karena dukungan keluarga memiliki peran penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif, pemenuhan gizi anak, dan penggunaan kontrasepsi.
4. Perguruan tinggi diharapkan dapat terus menjalin kerja sama dengan fasilitas pelayanan kesehatan dalam melaksanakan program pengabdian kepada masyarakat yang berfokus pada peningkatan kesehatan ibu dan anak.
5. Perlu dilakukan monitoring dan evaluasi secara berkala untuk menilai keberlanjutan



penerapan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh peserta serta dampaknya terhadap upaya pencegahan stunting di masyarakat.

### PNGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktur, Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar, Pimpinan Klinik Nuhrintama, Dinas Kesehatan Kabupaten Gowa, Lurah Kalegowa, Kepala Puskesmas Somba Opu, Kader Posyandu Hasanuddin dan Tamalate atas dukungan dan fasilitas yang diberikan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada mahasiswa Jurusan Kebidanan yang turut membantu pelaksanaan kegiatan.

### DAFTAR REFERENSI

- [1] Annisa NH, et all. (Volume. 1 No. 3 Agustus 2024). Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan pendekatan Modelling terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas Tentang Teknik Menyusui di Kelurahan Panggungjati Wilayah Kerja UPTD Puskemas Taktakan. *Inovasi Kesehatan Global*, 228-239.
- [2] Kunta Wibawa Dasa Nugraha, S. M. (2024). PROFIL KESEHATAN INDONESIA. In K. K. 2024, *PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2023* (pp. 132-134). JAKARTA: KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA.
- [3] Lucy Widasari, F. E. dkk. (2023a). *Stunting-Pedia Apa yang Perlu Diketahui tentang Stunting Jilid 1 Konsep Stunting dan Daur Kehidupan* (F. J. Abdul Razak Thaha (ed.)). KPG (Kepustakaan Popular Gramedia) dan Tanoto Foundation.
- [4] Lucy Widasari, F. E. dkk. (2023b). *Stunting-Pedia Apa yang Perlu Diketahui Tentang Stunting Jilid 2 Penanganan Stunting* (2nd ed.). Tanoto Foundation.
- [5] Muchsin, E. N. (Jurnal Kesehatan 13 (1) Juni 2024). DUKUNGAN SUAMI PADA PELAKSANAAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF. *Health Care* , (38-46).
- [6] Saadong, D., Suriani, B., Nurjaya, N., & Subriah, S. (2021). BBLR, pemberian ASI eksklusif, pendapatan keluarga, dan penyakit infeksi berhubungan dengan kejadian stunting. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 7(Khusus).
- [7] Subriah, at el. (2024). Android-based Kasih Ibu application for postpartum mothers using the research and development method. *Healthcare in low -resource setting*, 333-338 <https://www.pagepressjournals.org/hls>.