



## Pemberdayaan Masyarakat Melalui Edukasi Gizi, PHBS, dan Pemanfaatan Rempah Lokal di Desa Rantau Bujur

*Community Empowerment Through Nutrition Education, Healthy Lifestyles, and the Use of Local Spices in Rantau Bujur Village*

Anggun Wulandari<sup>1\*</sup>, Neka Erlyani<sup>2</sup>, Rika Vira Zwagery<sup>2</sup>, Fauzie Rahman<sup>1</sup>, Nur Laily<sup>1</sup>, Lia Angraeni<sup>1</sup>, Aura Salsabila Yunizar<sup>1</sup>, Muhammad Arifin<sup>1</sup>, Yoga Putra Wibowo<sup>3</sup>, Ahmad Navijay<sup>1</sup>, Lisa Salsa Billa<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Psikologi, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Magister, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Indonesia

\*Email Korespondensi: [anggun.wulandari@ulm.ac.id](mailto:anggun.wulandari@ulm.ac.id)

### Abstrak

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang membutuhkan pendekatan multi-intervensi, termasuk edukasi gizi, penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), serta pemanfaatan pangan lokal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita melalui edukasi gizi dan PHBS, demonstrasi memasak Soto Banjar berbasis rempah lokal, serta pembentukan Pokja sebagai upaya keberlanjutan program. Kegiatan melibatkan 32 ibu yang memiliki balita stunting dan berisiko stunting. Desain menggunakan one group pre-test and post-test dengan instrumen berisi 10 pertanyaan yang mencakup aspek stunting dan PHBS. Analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dan Spearman's rho. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan dari 93,8% menjadi 96,9% ( $p=0,002$ ) dengan hubungan signifikan antara usia dan peningkatan pengetahuan ( $p=0,041$ ), sedangkan pendidikan tidak berhubungan signifikan ( $p=0,311$ ). Temuan kualitatif menunjukkan seluruh peserta aktif mengikuti demonstrasi masak dan mengalami peningkatan pemahaman mengenai manfaat gizi rempah lokal dan praktik PHBS seperti cuci tangan dan sanitasi. Pembentukan Pokja Kampung Rempah Bebas Stunting memperkuat keberlanjutan program melalui pendampingan kader dan pemantauan praktik keluarga. Intervensi ini dinilai efektif dalam meningkatkan pemahaman gizi dan PHBS serta mengoptimalkan pemanfaatan rempah lokal sebagai menu bergizi, meskipun peningkatan pengetahuan kuantitatif dipengaruhi oleh *ceiling effect*. Dukungan berkelanjutan diperlukan untuk memastikan perubahan perilaku berjalan konsisten.

**Kata kunci:** Stunting, PHBS, rempah lokal, edukasi gizi, pemberdayaan masyarakat

### Abstract

Stunting remains a significant public health issue that requires multi-component interventions, including nutrition education, the promotion of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), and the utilization of local food resources. This community engagement program aimed to improve maternal knowledge and skills through nutrition and PHBS education, a cooking demonstration of Soto Banjar using local spices, and the establishment of a community working group (Pokja) to ensure program sustainability. A total of 32 mothers of stunted and at-risk children under five participated in the activity. The program employed a one-group pre-test and post-test design using a 10-item questionnaire assessing knowledge of stunting and PHBS. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test and Spearman's rho. The results indicated an increase in knowledge from 93.8% to 96.9% ( $p = 0.002$ ), with a significant correlation between age and knowledge improvement ( $p = 0.041$ ), while education level showed no significant association ( $p = 0.311$ ). Qualitative findings revealed that all participants actively engaged in the cooking demonstration and gained a better understanding of the nutritional benefits of local spices, as well as key PHBS practices such as handwashing and sanitation. The establishment of the Pokja "Kampung Rempah Bebas Stunting" strengthened program continuity through cadre involvement and ongoing monitoring of household practices. Overall, the intervention was effective in enhancing participants' understanding of nutrition, PHBS, and the use of local spices as nutritious menu options, although quantitative gains were influenced by a ceiling effect. Continued support is needed to ensure consistent behavioral changes among families.

**Keywords:** Stunting, Clean and Healthy Living Behavior, local spices, nutrition education, community empowerment

**Pesan Utama:**

- Kegiatan pemberdayaan masyarakat di Desa Rantau Bujur melalui edukasi gizi, penerapan PHBS, dan pemanfaatan rempah lokal berhasil meningkatkan pengetahuan serta kesadaran masyarakat, khususnya ibu dengan balita stunting dan kader posyandu, terhadap pentingnya gizi seimbang dan perilaku hidup sehat.
- Demonstrasi masak berbasis rempah lokal terbukti menjadi sarana edukatif yang efektif dan mudah diterapkan di rumah tangga. Pembentukan kelompok kader dan pendampingan berkelanjutan menjadi langkah strategis dalam menjaga keberlanjutan program, sekaligus memperkuat peran masyarakat sebagai agen perubahan dalam pencegahan stunting di tingkat desa.



Copyright (c) 2026 Authors.

Received: 1 November 2025  
Accepted: 25 January 2026

DOI: <https://doi.org/10.56303/jppmi.v5i1.1028>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

**GRAPHICAL ABSTRACT**



**PENDAHULUAN**

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia karena berdampak pada pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan produktivitas jangka panjang. Berdasarkan *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)* tahun 2023, prevalensi stunting nasional mencapai 21,5% dan menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan beban stunting tertinggi di Asia Tenggara (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Stunting merupakan bentuk kekurangan gizi kronis yang terjadi akibat asupan nutrisi yang tidak mencukupi dan kondisi kesehatan lingkungan yang buruk, terutama pada masa 1.000 hari pertama kehidupan (Rahayu et al., 2018).

Upaya penurunan angka stunting membutuhkan pendekatan multisektoral yang tidak hanya berfokus pada intervensi medis, tetapi juga pada pemberdayaan keluarga dan masyarakat. Edukasi gizi, peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), serta pemanfaatan sumber pangan lokal merupakan strategi yang dinilai efektif dalam mendorong perubahan perilaku gizi keluarga (Rahman et al., 2024).

Kalimantan Selatan termasuk provinsi dengan prevalensi stunting yang masih tinggi, yaitu 24,7% pada tahun 2023 (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Kabupaten Banjar menjadi salah satu wilayah dengan kasus stunting di atas rata-rata provinsi, dengan prevalensi mencapai 30,1% (Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar, 2024). Berdasarkan hasil wawancara dengan bidan desa dan kader posyandu, diketahui bahwa di Desa Rantau Bujur, Kecamatan Aranio, terdapat 10 dari 65 balita (15,38%) yang mengalami stunting, serta 22 balita (33,85%) yang berisiko stunting. Dengan demikian, hampir setengah dari seluruh balita di desa ini (49,23%) menghadapi masalah pertumbuhan. Faktor yang berkontribusi antara lain rendahnya pengetahuan gizi keluarga, praktik PHBS yang belum optimal, serta kurangnya pemanfaatan sumber pangan lokal seperti rempah-rempah yang memiliki potensi gizi dan kesehatan tinggi (Sa'id et al., 2024).

Rempah-rempah seperti jahe, kunyit, dan temulawak mengandung senyawa bioaktif seperti gingerol, kurkumin, dan xanthorrhizol yang bermanfaat dalam meningkatkan nafsu makan, memperbaiki pencernaan, serta mendukung penyerapan zat gizi (Mukarramah et al., 2023). Namun, potensi ini belum dimanfaatkan secara optimal oleh masyarakat setempat. Rendahnya literasi gizi dan minimnya inovasi dalam pengolahan pangan menyebabkan keluarga lebih memilih makanan instan yang praktis namun rendah nilai gizi (Marsia et al., 2022; Bhattacharyya et al., 2023).

Sebagai upaya solutif, Program Pengabdian Masyarakat "Pemberdayaan Masyarakat Melalui Edukasi Gizi, PHBS, dan Pemanfaatan Rempah Lokal di Desa Rantau Bujur" dilaksanakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menerapkan gizi seimbang serta memanfaatkan potensi lokal sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini dilakukan secara partisipatif melalui penyuluhan, demonstrasi masak berbasis rempah lokal, dan pembentukan *Kelompok Kerja (Pokja) Kampung Rempah Bebas Stunting* agar masyarakat dapat menjadi pelaku utama dalam perubahan perilaku sehat secara berkelanjutan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Desa Rantau Bujur, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan, selama bulan Oktober 2025 sebagai bagian dari Program Pemberdayaan Kemitraan Masyarakat (PKM) yang didanai oleh Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (DPPM). Pendekatan yang digunakan adalah partisipatif dengan rancangan *one group pre-test and post-test design* untuk menilai perubahan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi. Program terdiri atas tiga komponen utama, yaitu edukasi gizi dan PHBS, demonstrasi masak berbasis rempah lokal, serta pembentukan Pokja Kampung Rempah Bebas Stunting sebagai strategi keberlanjutan program.

Sasaran kegiatan adalah 32 ibu yang memiliki balita dengan kondisi stunting maupun berisiko stunting, yang dipilih secara purposif berdasarkan data bidan desa dan kader posyandu setempat. Kader kesehatan desa turut dilibatkan guna memperkuat keberlanjutan program. Seluruh peserta juga mengikuti sesi demonstrasi memasak menu Soto Banjar berbasis rempah lokal. Meskipun masyarakat telah terbiasa memasak Soto Banjar, kegiatan ini difokuskan untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai manfaat gizi rempah lokal (jahe, kunyit, kayu manis) serta potensi hidangan tersebut sebagai menu bergizi untuk ibu dan balita.

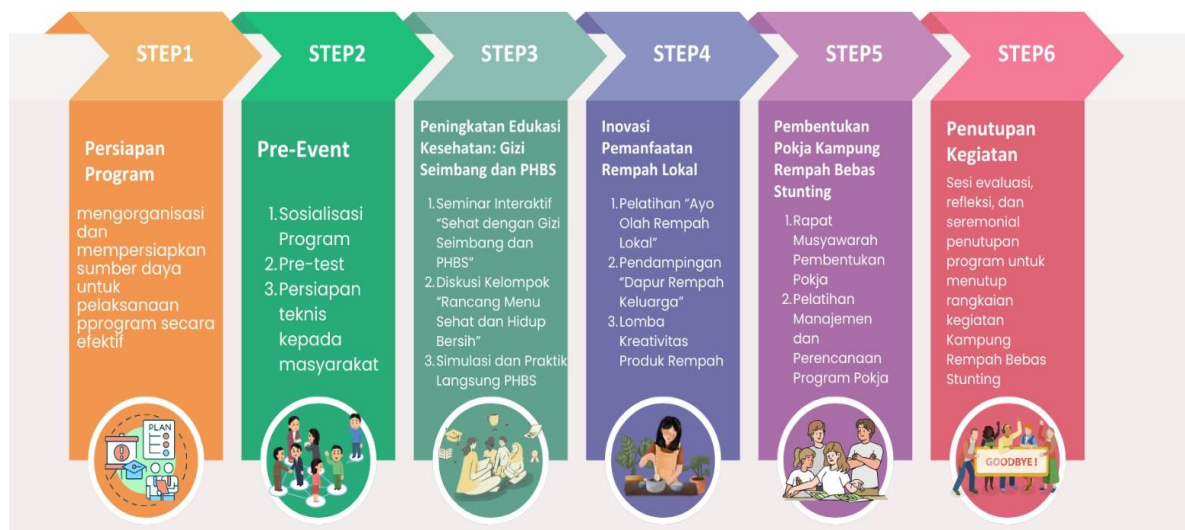
Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan gizi dan PHBS berisi 10 pertanyaan pilihan ganda. Instrumen ini mencakup dua domain utama, yaitu pengetahuan terkait stunting dan indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Beberapa pertanyaan menilai aspek PHBS seperti praktik cuci tangan pakai sabun, sanitasi, dan pencegahan infeksi, sehingga peningkatan pengetahuan yang diukur tidak hanya merefleksikan

pemahaman gizi tetapi juga perilaku kesehatan. Pengumpulan data dilakukan dua kali, yaitu sebelum penyuluhan (*pre-test*) dan setelah kegiatan edukasi serta demonstrasi masak (*post-test*).

Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk menilai perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, serta uji korelasi *Spearman's rho* untuk melihat hubungan antara karakteristik peserta (usia dan pendidikan) dengan peningkatan pengetahuan. Analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 26 dengan tingkat signifikansi 0,05.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui enam tahapan utama, yaitu:

1. Persiapan Program – koordinasi tim, penyusunan jadwal, dan penyiapan media edukasi serta bahan kegiatan.
2. Pre-Event – sosialisasi program kepada masyarakat dan kader, pelaksanaan pre-test, serta persiapan teknis pelaksanaan.
3. Edukasi Gizi dan PHBS – seminar, diskusi kelompok, dan simulasi penerapan gizi seimbang serta PHBS di rumah tangga.
4. Inovasi Pemanfaatan Rempah Lokal – pelatihan olah rempah lokal, pendampingan “Dapur Rempah Keluarga”, dan lomba kreativitas produk rempah.
5. Pembentukan Pokja – musyawarah pembentukan Pokja Kampung Rempah Bebas Stunting dan pelatihan manajemen kegiatan.
6. Penutupan Kegiatan – evaluasi, refleksi, dan seremoni penutupan program disertai komitmen keberlanjutan Pokja.



Gambar 1. Enam Tahapan Pelaksanaan Pengabdian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Jumlah responden dalam kegiatan ini sebanyak 32 orang yang terdiri atas ibu yang memiliki balita serta kader posyandu. Berdasarkan distribusi umur, sebagian besar responden berada pada rentang usia 31–40 tahun 11 orang (34%), diikuti oleh usia 21–30 tahun 9 orang (28%), usia 41–50 tahun 6 orang (19%), dan usia ≤ 20 tahun 3 orang (9%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden termasuk dalam kategori dewasa muda hingga dewasa. Sedangkan berdasarkan pendidikan terakhir, sebagian besar responden memiliki pendidikan SMP 21 orang (66%), diikuti oleh SMA 8 orang (25%) dan SD 3 orang (9%). Distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah, sehingga dapat diasumsikan kemampuan mereka dalam memahami materi penyuluhan cukup memadai.

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (n=32)**

Karakteristik Responden	n	%
<b>Umur</b>		
≤ 20 tahun	3	9
21-30 tahun	9	28
31-40 tahun	11	34
41-50 tahun	6	19
<b>Pendidikan Terakhir</b>		
SD	3	9
SMP	21	66
SMA	8	25
<b>Total</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

**Pengetahuan**

Pengumpulan data dilakukan melalui 10 pertanyaan yang relevan mengenai stunting dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dengan menggunakan metode *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan total skor yang diperoleh, tingkat pengetahuan responden dikategorikan menjadi dua, yaitu tinggi (baik) dan rendah (kurang baik). Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah penyuluhan dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 2. Perbandingan Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum (Pre-test) dan Sesudah (Post-test) Intervensi**

Kategori Pengetahuan	Pre (Sebelum Penyuluhan)	%	Post (Sesudah Penyuluhan)	%
Baik	30	93,8	31	96,9
Kurang	2	6,2	1	3,1
<b>Jumlah</b>	<b>32</b>	<b>100</b>	<b>32</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil pre-test, dari 32 responden, sebanyak 30 orang (93,8%) memiliki tingkat pengetahuan baik, dan 2 orang (6,2%) tergolong kurang baik (Tabel 2). Setelah diberikan penyuluhan, jumlah responden dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 31 orang (96,9%), sedangkan yang kurang baik berkurang menjadi 1 orang (3,1%). Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai stunting dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memberikan efek positif terhadap pengetahuan ibu yang memiliki balita.

Ibu yang memiliki balita dan tergolong memiliki pengetahuan baik cenderung memahami dengan lebih baik aspek-kunci pencegahan stunting dan penerapan PHBS, seperti pemenuhan asupan gizi yang tepat, pemantauan pertumbuhan anak, penerapan kebersihan lingkungan dan kebiasaan cuci tangan yang baik. Penelitian terkini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu merupakan determinan penting dalam pencegahan stunting, menurut penelitian yang dilakukan oleh Ramadhian tahun 2024 di Provinsi Aceh menemukan bahwa semakin baik pengetahuan gizi ibu maka semakin rendah insiden stunting (Ramadhan et al., 2024).

Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan kurang baik biasanya belum menguasai secara memadai konsep-konsep gizi, pengasuhan, dan PHBS yang mendukung pencegahan stunting mereka mungkin kurang mengetahui pentingnya MPASI tepat usia, sanitasi lingkungan atau pemantauan pertumbuhan secara rutin. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Istiqomah tahun 2024 di Kabupaten Hulu Sungai Tengah yang menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan cukup atau rendah memiliki risiko lebih tinggi untuk memiliki balita stunting (Qomah et al., 2024).

**Tabel 3. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test pada Pengetahuan Responden**

Variabel 1	Variabel 2	z	p-value	Keterangan
Pengetahuan sebelum	Pengetahuan sesudah	-3,009	0,002	Terdapat perbedaan signifikan ( $p < 0,05$ )

Hasil uji Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan bahwa nilai  $z = -3,009$  dengan  $p\text{-value} = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan mengenai stunting dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penyuluhan yang diberikan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita. Arah nilai  $z$  yang negatif menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan setelah penyuluhan lebih tinggi dibandingkan sebelum penyuluhan, yang menandakan adanya peningkatan pemahaman responden terhadap materi yang diberikan.

Hasil ini memperkuat analisis deskriptif sebelumnya, di mana terjadi peningkatan proporsi responden dengan pengetahuan baik setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan. Penelitian oleh Rahmawati N dkk tahun 2024 melaporkan bahwa melalui desain *one-group pre-test* dan *post-test* pada 33 ibu balita di Kabupaten Sumedang, terjadi peningkatan pengetahuan dari kategori sedang menjadi kategori baik, setelah intervensi edukasi. Hal ini selaras dengan bukti empiris bahwa intervensi edukasi berbasis penyuluhan memang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai stunting dan PHBS (Rahmawati et al., 2024).

**Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Spearman's rho Antara Peningkatan Pengetahuan dan Usia**

Variabel 1	Variabel 2	Koefisien Korelasi	Sig. (2-tailed)	N	Keterangan
Selisih pengetahuan (pre-post)	Usia	0,363	0,041	32	Terdapat hubungan signifikan ( $p < 0,05$ )

Hasil uji korelasi *Spearman's rho* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara umur dan peningkatan pengetahuan ( $r = 0,363$ ;  $p = 0,041$ ). Hal ini bermakna bahwa semakin bertambah usia responden, cenderung semakin besar peningkatan pengetahuan yang diperoleh setelah penyuluhan mengenai stunting dan PHBS. Hal ini menunjukkan bahwa faktor usia dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan mengolah informasi kesehatan.

Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang mengungkap bahwa variabel umur memiliki pengaruh terhadap tingkat pengetahuan ibu. Sebagai contoh, studi yang dilakukan oleh Suparni dkk Tahun 2023 menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara usia ibu dan pengetahuan kesehatan ibu serta anak. Penelitian lain oleh Fegita (2022) menunjukkan bahwa usia dan pendidikan ibu berhubungan dengan level pengetahuan ibu mengenai layanan kesehatan antenatal di wilayah studi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan cenderung lebih besar pada responden dengan usia yang lebih matang (Fegita et al., 2022; Suparni, 2022).

### Pendidikan

**Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Spearman's rho Antara Peningkatan Pengetahuan dan Tingkat Pendidikan**

Variabel 1	Variabel 2	Koefisien Korelasi	Sig. (2-tailed)	N	Keterangan
Selisih pengetahuan (pre-post)	Kategori pendidikan	-0,185	0,311	32	Tidak terdapat hubungan signifikan ( $p > 0,05$ )

Hasil uji korelasi *Spearman's rho* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara

tingkat pendidikan dan peningkatan pengetahuan ( $r = -0,185$ ;  $p = 0,311$ ). Temuan ini menunjukkan bahwa latar belakang pendidikan tidak secara langsung memengaruhi peningkatan pengetahuan responden setelah mengikuti penyuluhan mengenai stunting dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Temuan ini sejalan dengan penelitian Rahmah 2023, yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara tingkat pendidikan ibu dengan pengetahuan, melainkan peningkatan pemahaman lebih banyak dipengaruhi oleh keterpaparan informasi dan kegiatan edukatif yang diterima. Hal serupa juga diperkuat oleh Sa'pang dkk 2024, yang menemukan bahwa pelaksanaan penyuluhan dan intervensi edukatif mampu meningkatkan pengetahuan ibu tanpa bergantung pada jenjang pendidikan formal yang dimiliki. Dengan demikian, penyuluhan yang interaktif dan mudah dipahami tetap mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat lintas tingkat pendidikan (Aini Rahmah et al., 2023; Sa'pang et al., 2024).

### **Penerapan PHBS dan Pemanfaatan Rempah Lokal dalam Demonstrasi Masak**

Kegiatan ini menghasilkan temuan penting terkait penerapan PHBS dan pemanfaatan rempah lokal sebagai bagian dari intervensi. Seluruh 32 peserta terlibat aktif dalam demonstrasi memasak Soto Banjar, mulai dari persiapan bahan, pemotongan, pengolahan rempah, hingga penyajian. Meskipun menu ini sudah umum dimasak sehari-hari, hasil diskusi menunjukkan bahwa peserta belum memahami manfaat gizi dan kandungan bioaktif rempah seperti gingerol dan kurkumin yang berperan dalam meningkatkan imunitas dan mendukung penyerapan zat gizi.

Selama kegiatan, peserta menunjukkan antusiasme tinggi dan sebagian besar menyatakan akan mencoba kembali menu tersebut di rumah dengan memperhatikan komposisi gizi dan pemanfaatan rempah secara optimal. Selain itu, pada sesi edukasi PHBS, peserta mampu mengulang indikator utama PHBS seperti praktik cuci tangan pakai sabun dan sanitasi lingkungan. Hal ini sejalan dengan meningkatnya proporsi jawaban benar pada item PHBS dalam post-test, menunjukkan bahwa intervensi tidak hanya meningkatkan pengetahuan stunting, tetapi juga memperkuat pemahaman peserta terkait PHBS yang relevan dalam pencegahan infeksi penyebab stunting.

### **Tantangan Peningkatan Pengetahuan (*Ceiling Effect*)**

Temuan peningkatan pengetahuan pada penelitian ini perlu ditafsirkan secara sangat hati-hati karena adanya indikasi kuat terjadinya *ceiling effect*. Sebagian besar peserta telah memperoleh skor tinggi pada pre-test (93,8%), sehingga ruang peningkatan menjadi sangat terbatas. Kondisi ini menimbulkan implikasi metodologis penting. Pertama, instrumen yang digunakan kemungkinan terlalu mudah, sehingga tidak mampu membedakan variasi tingkat pengetahuan peserta secara lebih sensitif. Kuesioner 10 item yang bersifat dasar lebih banyak mengukur pengetahuan umum, bukan pemahaman yang lebih kompleks terkait pengelolaan gizi maupun praktik PHBS, sehingga berpotensi menghasilkan skor pre-test yang tinggi meskipun pemahaman peserta belum mendalam.

Kedua, temuan ini menunjukkan bahwa pengetahuan dasar bukan lagi masalah utama, tetapi praktik penerapan informasi yang masih belum optimal. Hal ini tidak bertentangan dengan latar belakang penelitian yang menyebutkan rendahnya pengetahuan gizi keluarga. Hasil pre-test yang tinggi terutama mencerminkan pengetahuan permukaan (*surface knowledge*), sementara yang rendah sebenarnya adalah kualitas penerapan (*knowledge application*) dalam kehidupan sehari-hari, seperti pemilihan menu bergizi, pemanfaatan rempah lokal, praktik sanitasi, dan pencegahan infeksi. Hal ini terbukti ketika peserta belum memahami manfaat gizi dan bioaktif pada rempah-rempah dalam Soto Banjar ataupun indikator PHBS tertentu, meskipun mereka dapat menjawab pertanyaan dasar pada kuesioner.

Ketiga, *ceiling effect* dapat mengaburkan sensitivitas analisis, misalnya pada hubungan dengan tingkat pendidikan. Ketika sebagian besar peserta sudah berada pada skor tinggi sejak awal, variabilitas data menjadi terbatas sehingga hubungan yang seharusnya dapat terlihat menjadi tidak signifikan secara statistik.

Dengan demikian, meskipun secara statistik terdapat peningkatan signifikan, hasil ini tidak dapat dianggap sebagai bukti kuat efektivitas intervensi dari sisi pengetahuan semata. Intervensi ini lebih berperan dalam memperdalam pemahaman dan mendorong praktik yang lebih tepat, bukan sekadar meningkatkan skor tes. Penelitian selanjutnya perlu menggunakan instrumen dengan tingkat kesulitan bertingkat dan menambahkan pengukuran aspek praktik, sehingga dampak intervensi terhadap perubahan perilaku dapat dievaluasi secara lebih komprehensif.

### **Peran Pokja sebagai Keberlanjutan Program**

Pembentukan Pokja Kampung Rempah Bebas Stunting, yang diisi oleh kader posyandu dan perwakilan ibu balita, menjadi komponen penting dalam keberlanjutan program ini. Pokja berfungsi sebagai wadah penggerak perubahan perilaku di tingkat komunitas melalui pendampingan rutin, penyebaran informasi gizi, serta pemantauan praktik PHBS keluarga. Selain itu, Pokja berperan dalam menjaga keberlanjutan inovasi pemanfaatan rempah lokal, termasuk pengembangan menu bergizi berbasis potensi desa. Keterlibatan kader dalam Pokja memperkuat kapasitas lokal sehingga upaya pencegahan stunting dapat berlanjut meskipun program intervensi telah selesai.

Secara keseluruhan, integrasi edukasi gizi, PHBS, pemanfaatan rempah lokal, dan pembentukan Pokja menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas berpotensi efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesiapan masyarakat dalam pencegahan stunting secara berkelanjutan.

### **KESIMPULAN**

Kegiatan edukasi gizi, PHBS, dan demonstrasi masak berbasis rempah lokal pada ibu balita stunting dan berisiko stunting berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan. Meskipun peningkatan pengetahuan secara kuantitatif dipengaruhi oleh tingginya pengetahuan awal (*ceiling effect*), temuan kualitatif menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap penerapan PHBS serta pemanfaatan rempah lokal sebagai menu bergizi. Seluruh peserta terlibat aktif dalam demonstrasi masak dan menunjukkan minat untuk mengaplikasikannya di rumah. Pembentukan Pokja Kampung Rempah Bebas Stunting memperkuat keberlanjutan program melalui pendampingan kader dan pemantauan praktik pengasuhan. Dengan demikian, intervensi berbasis komunitas ini efektif tidak hanya dalam meningkatkan pemahaman, tetapi juga mendorong pembentukan sistem dukungan lokal untuk pencegahan stunting secara berkelanjutan. Penelitian selanjutnya dianjurkan untuk menilai perubahan perilaku dan praktik pengelolaan gizi secara longitudinal.

### **PENDANAAN**

Pengabdian kepada Masyarakat ini didanai oleh Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (DPPM) Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains dan Teknologi

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (DPPM) Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi yang telah memberikan dukungan pendanaan terhadap kegiatan ini. Apresiasi juga diberikan kepada Kepala Desa Rantau Bujur, Kecamatan Aranio, beserta jajaran perangkat desa atas dukungan dan fasilitasi yang diberikan selama proses pelaksanaan, masyarakat Desa Rantau Bujur atas partisipasi aktif mereka, serta kepada seluruh pihak yang turut berkontribusi sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

### **KONFLIK KEPENTINGAN**

Para penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini Rahmah, A., Indra Yani, D., Eriyani, T., & Rahayuwati, L. (2023). Hubungan pendidikan ibu dan keterpaparan informasi stunting dengan pengetahuan ibu tentang stunting. *Journal of Nursing Care*, 6(1), 1–10.
- Bhattacharyya, D. S., Sarker, T., Akter, N., Shafique, S., Nabi, M. H., & Hawlader, M. D. H. (2023). Factors associated with fathers' involvement in infant and young child feeding and nurturing care in the urban slums of Bangladesh: A cross-sectional study. *Food Science & Nutrition*, 11(7), 4020–4032.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar. (2024). *Data status gizi anak bulan November 2024*. Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar.
- Fegita, P., Hikmah, M., & Malik, R. (2022). Relationship between education level, age, and knowledge of pregnant women with antenatal care status. *Scientific Journal*, 1(2), 158–166.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*. Kementerian Kesehatan RI.
- Marsia, K., Juniartati, E., Sulistyawati, D., & Singkawang, J. K. (2022). Efektivitas modul edukasi Suami Siaga terhadap pencegahan stunting. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 5(4), 760–771.
- Mukarramah, S., Syintia Ida, A., & Suriani, B. (2023). Program kelas ayah sebagai upaya mencegah stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Borneo*, 7(1).
- Qomah, I., Tazkiah, M., & Rahmayanti, R. (2024). The relationship between mother's knowledge and the incident of stunting in toddlers at the Mundar Village Polindes, South Labuan Amas District, Hulu Sungai Tengah Regency in 2024. *Journal of Health Management and Pharmacy Exploration*, 2(2), 33–42.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). *Stunting dan upaya pencegahannya*. CV Mine.
- Rahmawati, N., Sukmawati, I., & Rahayu, Y. (2024). The effect of health counseling on maternal knowledge regarding stunting: A pre-experimental study. *Genius Journal*, 5(2), 299–307.
- Rahman, F., Syamsul Arifin, M., Rosihan Adhani, F., Noor, F. M. S., & Shadiqi, M. A. (2024). *Kinerja tenaga pelaksana gizi: Strategi untuk menurunkan kasus stunting*. Uwais Inspirasi Indonesia.
- Ramadhan, M. F., Dimiati, H., Hidayaturrahmi, & Indah, R. (2024). Hubungan stunting dengan pengetahuan ibu dan asuhan gizi di Aceh, Indonesia. *Amerta Nutrition*, 8(4), 513–518.
- Sa'id, M., Noorrizki, R. D., & Avezahra, M. H. (2024). Psikoedukasi fathering untuk meningkatkan keterlibatan dan kompetensi ayah dalam pengasuhan anak. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 4(1), 39–47.
- Sa'pang, M., Harna, H., Swamilaksita, P. D., Tambunan, M., & Usman, S. (2024). Peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu rumah tangga sebagai manajer rumah tangga untuk pencegahan stunting melalui penerapan Program KASEP di Puskesmas Marga Jaya. *I-Com: Indonesian Community Journal*, 4(1), 481–490.
- Suparni. (2022). The correlations among age, education level, and occupation of women of childbearing age with knowledge regarding care during pregnancy. *University Research Colloquium*, 1–6.