Journal of COMMUNITY SERVICE IN HEALTH (JCSH)
Volume 2, Nomor 1 , Tahun 2026

PEMBERDAYAAN IBU MELALUI EDUKASI GIZI ISLAMI CEGAH STUNTING DAN WASTING

Kirana Aulia Putri[1] , Nurwinda Saputri[2], Tyas Febriana[3], Hadi Kurniawan[4]

Corresponding author : kiranaauliaputri@umpri.ac.id

[1] Prodi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu, Indonesia
[2] Prodi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu, Indonesia
[3] Prodi Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu, Indonesia
[4] Prodi Manajemen Informasi Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu, Indonesia

Abstrak

Stunting dan wasting masih menjadi masalah gizi pada balita yang dipengaruhi oleh rendahnya literasi gizi, pola asuh, dan pengetahuan ibu. Pendekatan edukasi gizi berbasis nilai islami dipandang strategis untuk meningkatkan perilaku pemberian makan yang sehat. Kegiatan pengabdian ini bertujuan memberdayakan ibu balita melalui edukasi gizi islami untuk mencegah stunting dan wasting. Metode yang digunakan adalah pendekatan pemberdayaan dengan desain one group pre-post test pada 36 ibu balita usia 12–59 bulan di Posyandu Puskesmas Rejosari selama Januari–Februari 2026. Intervensi meliputi edukasi gizi islami dan demonstrasi olahan madu, susu, dan kurma, dengan instrumen kuesioner pengetahuan dan pengukuran antropometri. Hasil menunjukkan sebelum intervensi 58% responden berpengetahuan kurang, setelah intervensi meningkat menjadi 89% berpengetahuan baik dengan p-value 0,003. Status gizi awal ditemukan 11,1% stunting dan 8,3% wasting, dan belum terdapat perubahan antropometri signifikan setelah satu minggu, namun terjadi perbaikan pola makan balita. Pembahasan menunjukkan integrasi nilai islami efektif meningkatkan kesadaran dan perilaku ibu dalam pemberian nutrisi, didukung media edukasi dan demonstrasi langsung. Kesimpulannya, edukasi gizi islami secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu dan berpotensi sebagai upaya preventif penurunan stunting dan wasting, meskipun perubahan status gizi memerlukan waktu lebih panjang.

Kata Kunci : Edukasi Gizi Islami; Stunting; Wasting; Ibu; Pemberdayaan

EMPOWERING MOTHERS THROUGH ISLAMIC NUTRITION EDUCATION TO PREVENT STUNTING AND WASTING

Abstract

Stunting and wasting remain nutritional problems among children under five, influenced by low nutrition literacy, parenting practices, and maternal knowledge. Islamic-based nutrition education is considered a strategic approach to improve healthy feeding behavior. This community service aimed to empower mothers of under-five children through Islamic nutrition education to prevent stunting and wasting. The method used an empowerment approach with a one group pre-post test design involving 36 mothers with children aged 12–59 months at Posyandu Puskesmas Rejosari from January to February 2026. The intervention included Islamic nutrition education and demonstrations of honey, milk, and dates-based food processing, using knowledge questionnaires

Journal of
COMMUNITY SERVICE IN HEALTH (JCSH)
Volume 2, Nomor 1 , Tahun 2026

and anthropometric measurements. Results showed that prior to intervention, 58% of respondents had low knowledge, which increased to 89% with good knowledge after intervention, with a p-value of 0.003. Initial nutritional status identified 11.1% stunting and 8.3% wasting, with no significant anthropometric changes after one week, but improvements in children's dietary patterns were reported. The discussion indicates that integrating Islamic values effectively enhances maternal awareness and feeding practices, supported by educational media and direct demonstrations. In conclusion, Islamic nutrition education significantly improves maternal knowledge and has potential as a preventive strategy to reduce stunting and wasting, although longer observation is needed to impact nutritional status.

Keywords : Islamic Nutrition Education; Stunting; Wasting; Mothers; Empowerment .

PENDAHULUAN

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 prevelensi stunting nasional menunjukkan penurunan sebesar 19,8% angka ini merupakan suatu pencapaian karena berhasil meraih penurunan signifikan dibawah 20% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025). Kondisi gizi balita ditingkat lokal menunjukkan dinamika yang serupa. Provinsi Lampung dapat menekan prevalensi angka stunting menjadi 14,09% pada tahun 2024 (Julita & Murwiati, 2026). Sedangkan Di Kabupaten Pringsewu prevalensi stunting masih berada di angka 16,2% (Septiasari et al., 2025). Meskipun semua angka prevalensi tersebut dibawah rata – rata nasional kenyataan nya masih terdapat permasalahan lain pada indikator gizi dimana prevelensi *wasting* (berat badan kurang) justru mengalami peningkatan sebesar 0,9% (Arlovi et al., 2021). *Wasting* merupakan kondisi gizi buruk akut yang jika tidak ditangani dapat meningkatkan risiko kematian pada balita hingga tiga kali lipat (De Costa, n.d.).

Permasalahan gizi tidak hanya dipicu olehaktor ekonomi, tetapi juga rendahnya literasi gizi, asupan nutrisi, pola asuh yang belum optimal, serta keterbatasan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang (Atalia Pili Mangngi, 2026) (Wahyuni et al., 2023).

Pendekatan edukasi gizi yang terintegrasi dengan nilai-nilai keislaman dinilai strategis dalam mengubah perilaku ibu (Magdalena & Martiana, 2026). Penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis nilai agama efektif dalam meningkatkan kepatuhan ibu terhadap praktik pemberian makan yang sehat (Ayu & Wira, 2025). Mitra pengabdian yang digunakan yaitu ibu-ibu balita di wilayah binaan yang holistik. Tantangan utama yang dihadapi mitra adalah adanya hambatan budaya dan perilaku dalam pemberian nutrisi (Tessema & Yihune, 2025). Intervensi yang bersifat klinis instruksional seringkali kurang efektif jika tidak menyentuh aspek keyakinan masyarakat secara spiritual (Hutagaol & Marlinda, 2025). Oleh karena itu, kegiatan "Pemberdayaan Ibu Balita melalui Edukasi Gizi Islami Cegah Stunting dan Wasting" diharapkan dapat menjadi keseimbangan antara oengetahuan gizi berbasisi bukti (*evidance based*) dengan kesadaran spiritual untuk menekan angka stunting dan wasting di Kabupaten Pringsewu secara

berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini menggunakan pendekatan pemberdayaan berbasis edukasi dengan desain evaluasi *one group pre-posttest*. Kegiatan dilaksanakan selama 1 bulan dari Januari sampai bulan Februari 2026 yang berlokasi di Posyandu Puskesmas Rejosari Kabupaten Pringsewu Provinsi Lampung. Pemilihan lokasi didasarkan pada urgensi prevalensi *stunting* dan *wasting* di wilayah tersebut yang masih memerlukan intervensi pola asuh berbasis nilai islami dan holistik. Responden sasaran atau mitra dalam pengabdian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita usia 12 – 59 bulan yang terdaftar secara aktif di Posyandu Puskesmas Rejosari dengan jumlah populasi sebanyak 36 orang. Jumlah populasi yang relatif kecil sehingga memungkinkan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Kriteria inklusi meliputi ibu yang bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan dan menandatangani *informed consent*, sementara kriteria ekslusi adalah mitra yang tidak hadir saat edukasi atau pengukuran akhir berlangsung. Terdapat tiga tahapan dalam prosedur pelaksaan penelitian yaitu tahap persiapan meliputi perizinan dan koordinasi, tahap pelaksanaan meliputi pengukuran awal, pemberian edukasi gizi islami dan demonstrasi olahan pangan dari madu, susu, dan kurma, dan tahap evaluasi meliputi pengukuran akhir. Instrumen yang digunakan meliputi kuisioner pengetahuan gizi islami, lembar observasi antropometri sesuai standar WHO, dan media edukasi berupa leafleat serta modul. Keberhasilan program dianalisis secara univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam pengabdian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu balita berada pada rentang usia produktif (25 -25 tahun) dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 65%. Mayoritas ibu balita merupakan ibu rumah tangga dengan persentase 85%. Berdasarkan hasil evaluasi awal (*pre-test*) ditemukan bahwa 58% responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang terutamaterkait dengan pemahaman konsep pangan thayyib dan porsi pemberian madu serta kurma bagi balita. Pada pengukuran status gizi awal dari 36 responden ditemukan 4 balita (11,1%) dalam kategori stunting dan 3 balita (8,3%) dalam kondisi wasting. Setelah dilakukan intervensi berupa edukasi gizi islami, terjadi peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu. Hasil *post-test* menunjukkan terjadi peningkatan nilai pengetahuan sehingga sebanyak 89% responden mengalami pengetahuan baik. Data tersebut diperkuat dengan hasil analisis statistik menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*

yang menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,003 (*p* < 0,05). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi islami. Setelah

1 minggu dilakukan pengukuran ulang antropometri didapatkan hasil belum ada perubahan status gizi yang drastis pada balita yang mengalami permasalahan gizi, tetapi terdapat perbaikan pola makan harian balita berdasarkan laporan evaluasi dari ibu dan keluarga.

Terjadi peningkatan pengetahuan ibu secara signifikan setelah dilakukan intervensi berupa pemberian edukasi tentang gizi islami madu, susu, dan kurma sehingga menunjukkan bahwa integrasi nilai – nilai islami dalam edukasi kesehatan memiliki efektivitas yang tinggi pada masyarakat. Pendekatan melalui gizi islami tidak hanya memberikan pemahaman klinis mengenai nutrisi, tetapi juga membangun kesadaran spiritual bahwa memberikan asupan bergizi adalah bagian dari ibadan dan tanggung jawab orang tua dalam menjaga keturunan (Major-smith et al., 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Hasanah dan Rahmayanti (2023) yang menyatakan bahwa intervensi kesehatan yang menyertakan aspek islami terbukti lebih efektif dalam mengubah perilaku kesehatan dibandingkan dengan pendekatan instruksional konvensional.

Penggunaan media berupa leafleat dan demonstrasi langsung konsumsi pangan Thibbun Nabawi yang meliputi madu, susu, dan kurma menjadi faktor pendukung keberhasilan pemberdayaan ini (Akram et al., 2022). Pangan tersebut secara ilmiah memiliki kandungan mikronutrien yang essensial untuk pertumbuhan balita dan pencegahan infeksi (Ismayanty et al., 2025). Pola asuh makan yang berbasis gizi islami berkontribusi positif terhadap perbaikan status gizi balita karena menekankan pada kualitas dan keamanan pangan (Wasilat, 2025). Pengetahuan yang baik akan membentuk efikasi diri ibu dalam praktik pemberian makanan yang tepat (Trimaja et al., 2024). Hal tersebut merupakan determinan utama dalam mencegah kegagalan pertumbuhan kronis dan stunting.

Pada pengukuran antropometri meskipun tidak mengalami perubahan status gizi yang signifikan, tetapi perubahan perilaku ibu dalam memberikan makanan tambahan berbasis gizi islami menjadi langkah awal yang positif dalam percepatan penurunan angka stunting Di Kabupaten Pringsewu yang selaras dengan target pencapaian SSGI nasional.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian ini dapat membuktikan bahwa edukasi gizi berbasis islami secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu balita di Puskesmas Rejosari dengan nilai *p-value* 0,003 (p < 0,005). Integrasi nilai – nilai islami dengan konsep penerapan Thibbun Nabawi terbukti efektif

menjadi upaya bagi ibu balita dalam mengoptimalkan pola asuh makan. Meskipun dampak terhadap status gizi antropometri memerlukan waktu observasi yang lebih lama, namun terjadi peningkatan literasi gizi sebagai upaya preventif penurunan risiko *stunting* dan *wasting*.

Pihak puskesmas dan kader posyandu disarankan menjadikan materi gizi islami sebagai edukasi rutin dalam kelas ibu balita. Saran untuk pengabdian selanjutnya adalah melakukan pendampingan panjang mitra yang sudah dilakukan pengabdian, serta mengembangkan media edukasi yang lebih inovatif seperti video tuorial menu gizi islami dan dilakukan pemantauan berkala status gizi balita

DAFTAR PUSTAKA

Akram, A., Robbi, M., Faiq, M., Sharin, M., Subri, I. M., Islam, P., Sarjana, C., Islam, U., Sains, U., & Progress, A. (2022). *Analisis ' Illah Hukum Terhadap Hadis Perubatan Nabawi Berkaitan Habbatussauda , Madu , Susu*. *7*(1), 32–40.

Arlovi, I. S., SRW, D. W., Angraini, D. I., & Imanto, M. (2021). *Hubungan Faktor Sosiodemografi terhadap Status Gizi Anak SD Negeri 1 Pringsewu Selatan*. *Medula*, *11*(1), 157–161.

Atalia Pili Mangngi. (2026). *Childhood Stunting as a Public Health Problem and its Prevention Interventions: A Literature Review*. *International Journal of Health and Medicine*, *3*(1), 39–48. https://doi.org/10.62951/ijhm.v3i1.595

Ayu, I., & Wira, D. (2025). *Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Berbasis Adat dan Agama dalam Pencegahan Stunting di Desa Adat di Bali*. *5*(1), 48–57.

De Costa, A. (n.d.). *A Trial Of Different Nutritional Supplements And Subsequent Support To Secure And Sustain The Recovery Of Moderately Undernourished Young Children Recovering From An Illness*. In *http://isrctn.com/*. https://doi.org/10.1186/ISRCTN53213318

Hutagaol, R., & Marlinda, E. (2025). *Improving Specific Nutrition : The Role of Social and Religious Factors in Rural Areas of South Kalimantan Province in Indonesia*.

Ismayanty, D., Mahmudah, R., & Avicenna, E. (2025). *Perbandingan Efektivitas Pemberian Madu Randu dan Sari Kurma terhadap Peningkatan Nafsu Makan Balita Stunting Comparison of the Effectiveness of Giving Randu Honey and Date Juice in Increasing Appetite of Stunting Toddlers*. *12*(2), 205–212.

Julita, & Murwiati, A. (2026). *Socio-Economic Determinants of Stunting Prevalence Toddlers in Regencies/Cities on Lampung Province 2018- 2024*. *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis (JEBS)*, *6*(1), 131–138. https://doi.org/10.47233/jebs.v6i1.4366

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, B. K. P.K. (BKPK). (2025). *Data Prevalensi Stunting Nasional Tahun 2024*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (BKPK). https://kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi- stunting-nasional-turun-menjadi-198

Magdalena, M., & Martiana, S. (2026). *The Effect of Islamic Spiritual-Based Education on Mothers Attitudes About Overcoming Stunting in Gegerbitung*



Village , Sukabumi Regency. *7*(2), 670–681.

Major-smith, D., Morgan, J., Emmett, P., Golding, J., & Northstone, K. (2023). *Associations between religious / spiritual beliefs and behaviours and dietary patterns : analysis of the parental generation in a prospective cohort study (ALSPAC) in Southwest England*. *26*(12), 2895– 2911. https://doi.org/10.1017/S1368980023001866

Septiasari, Y., Saputri, N., & Hasyim, D. I. (2025). *Riwayat Anemia Dan Usia Kehamilan Dengan Kejadian Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Pringsewu*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, *14*(2), 245–255. https://doi.org/10.52657/jik.v14i2.3028

Tessema, K. F., & Yihune, M. (2025). *Socio-Cultural Barriers Affecting Women ' s Decision on Child Feeding in Rural South Ethiopia : Perspectives of Caregivers and Key Figures*. *June*, 1–15. https://doi.org/10.1177/21582440251339887

Trimaja, N. T., Mahmudiono, T., & Indriani, D. (2024). *Factors Related To Feeding Practices Of Mothers To Prevent Stunting Based On Social-Cognitive Theory Construct : A Scoping Review*. *28*(October), 282–292. https://doi.org/10.29063/ajrh2024/v28i10s.32

Wahyuni, F. C., Karomah, U., Basrowi, R. W., Sitorus, N. L., Lestari, L. A. (2023). *Hubungan Literasi Gizi dan Pengetahuan Gizi terhadap Kejadian Stunting : A Scoping Review The Relationship between Nutrition Literacy and Nutrition Knowledge with the Incidence of Stunting : A Scoping Review*. *7*(3), 71–85. https://doi.org/10.20473/amnt.v7i3SP.2023.71- 85