

## ASUH CERDAS: Pemberdayaan Keluarga untuk Tumbuh Kembang Anak Optimal di Dusun 2 Desa Mekarwangi

Yakobus Lau De Yung Sinaga<sup>1</sup>, Linda Rosfiasari<sup>2</sup>, Diah Adni Fauziah<sup>3</sup>,  
Intan Yusita<sup>4</sup>, Suherdin<sup>5</sup>, Cici Valiani<sup>6</sup>

<sup>1, 2, 3, 4, 5, 6</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Bhakti Kencana University  
E-mail: [yakobus.sinaga@bku.ac.id](mailto:yakobus.sinaga@bku.ac.id)

### Abstrak

Program pengabdian masyarakat “ASUH CERDAS” dilaksanakan di Dusun 2 Desa Mekarwangi sebagai respons terhadap tingginya risiko stunting dan rendahnya literasi gizi di wilayah tersebut. Kegiatan ini bertujuan memberdayakan keluarga agar mampu mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, khususnya melalui edukasi tentang gizi seimbang dan sistem dukungan pemberian ASI. Dengan pendekatan partisipatif, program ini melibatkan tokoh masyarakat, kader posyandu, dan lembaga lokal sebagai mitra dalam memperkuat peran keluarga sebagai agen utama dalam pengasuhan anak. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui penyuluhan kesehatan yang mencakup materi tentang gizi ibu hamil dan menyusui serta pentingnya support system dalam pemberian ASI eksklusif. Metode ceramah, pretest-posttest, dan demonstrasi masak digunakan untuk meningkatkan pemahaman peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu hamil dan menyusui, dengan nilai rata-rata posttest lebih tinggi dibanding pretest ( $p=0,004$ ). Ini membuktikan efektivitas pendekatan edukatif yang interaktif dan berbasis kebutuhan lokal. Program ini tidak hanya memberikan dampak jangka pendek berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga membuka peluang untuk membangun ketahanan keluarga dan kualitas hidup anak secara berkelanjutan. Kendala seperti kurangnya fasilitas untuk anak selama penyuluhan menjadi catatan penting untuk perbaikan ke depan. Secara keseluruhan, ASUH CERDAS menjadi model pemberdayaan keluarga yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan tantangan serupa, sejalan dengan upaya nasional dalam percepatan penurunan stunting dan peningkatan kesehatan ibu dan anak.

**Kata Kunci:** Stunting, Literasi Gizi, Support System ASI, Pemberdayaan Keluarga

### Abstract

The community service program “ASUH CERDAS” was implemented in Dusun 2, Mekarwangi Village, as a response to the high risk of stunting and low nutrition literacy in the area. This initiative aimed to empower families to support optimal child growth and development, particularly through education on balanced nutrition and breastfeeding support systems. Using a participatory approach, the program engaged community leaders, posyandu cadres, and local institutions as partners to strengthen the role of families as primary agents in child care. The activities were carried out through health education sessions covering topics on maternal and child nutrition and the importance of support systems in exclusive breastfeeding. Lecture-based methods, pretest-posttest evaluations, and cooking demonstrations were employed to enhance participants’ understanding. Evaluation results showed a significant increase in knowledge among pregnant and breastfeeding mothers, with posttest scores notably higher than pretest scores ( $p = 0.004$ ). This indicates the effectiveness of an interactive, locally tailored educational approach. Beyond short-term knowledge gains, the program also opened opportunities to build family resilience and improve children's quality of life in a sustainable manner. Challenges such as the lack of child-friendly facilities during the sessions were noted for future improvement. Overall, ASUH CERDAS serves as a replicable model for family empowerment in other regions facing similar challenges, aligning with national efforts to accelerate stunting reduction and improve maternal and child health outcomes.

**Keywords:** Stunting, Nutrition Literacy, Breastfeeding Support System, Family Empowerment

### PENDAHULUAN

Menurut SSGI 2024, prevalensi stunting di Kabupaten Bandung sebesar 24,1%, lebih tinggi dari rata-rata Provinsi Jawa Barat (15,9%) dan target nasional 2024 (14%). Ini menunjukkan perlunya intervensi kolaboratif dan multisektor untuk percepatan penurunan stunting. Budaya gotong royong, peran aktif PKK, kader posyandu, dan tokoh masyarakat merupakan modal sosial yang kuat. Ini dapat dimanfaatkan untuk membangun gerakan pemberdayaan keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

Kegiatan pengabdian masyarakat "ASUH CERDAS: Pemberdayaan Keluarga Untuk Tumbuh Kembang Anak Optimal di Dusun 2 Desa Mekarwangi" dilandasi oleh kerangka konseptual yang mengintegrasikan konsep pemberdayaan keluarga dan teori tumbuh kembang anak secara optimal. Pemberdayaan keluarga merupakan proses pemberian kekuatan dan kemampuan kepada keluarga melalui peningkatan modal sosial, pengetahuan, dan keterampilan yang berorientasi pada penguatan peran keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh. Dalam hal ini, keluarga tidak hanya menjadi objek pemberdayaan, melainkan juga sebagai agen utama yang memiliki peranan strategis dalam mengoptimalkan potensi anak melalui pola asuh yang tepat dan suportif. Konsep ini selaras dengan teori perkembangan anak yang menekankan pentingnya stimulasi holistik meliputi aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial sebagai fondasi utama tumbuh kembang anak yang optimal. Nutrisi yang cukup, pola asuh yang responsif, serta lingkungan yang mendukung menjadi faktor utama yang harus diperhatikan dalam proses ini (Nuraini, 2020; Satriani & Dewi, 2021).

Kerangka pikir program pengabdian ini berangkat dari asumsi bahwa pemberdayaan keluarga akan mampu meningkatkan kapasitas orang tua dan anggota keluarga dalam memberikan dukungan yang sesuai bagi tumbuh kembang anak. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan pengasuhan diyakini akan memperbaiki praktik pengasuhan dalam keluarga sehingga anak menerima stimulasi yang optimal sesuai dengan fase perkembangan usianya. Selain itu, pemberdayaan juga ditujukan untuk mendorong kemandirian keluarga dalam mengatasi berbagai hambatan dalam tumbuh kembang anak, sekaligus memperkuat ketahanan keluarga dalam menyediakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan anak. Dalam pelaksanaan pemberdayaan ini, keluarga tidak berdiri sendiri tetapi didukung oleh lembaga-lembaga lokal seperti Posyandu, PKK, dan pemerintah desa yang berperan sebagai fasilitator dan mitra sinergis. Pendekatan ini menggunakan paradigma pemberdayaan partisipatif yang menempatkan masyarakat sebagai aktor utama perubahan sehingga mampu menyelesaikan masalah secara berkelanjutan dengan memanfaatkan potensi internal yang dimiliki.

Melalui pemberdayaan ini, diharapkan terjadi perubahan sosial dalam bentuk peningkatan kesadaran dan kapasitas keluarga sehingga mampu menjaga dan mendukung tumbuh kembang anak secara holistik dan berkelanjutan. Program ini juga menekankan pentingnya pemetaan kebutuhan dan potensi lokal sebagai dasar intervensi yang efektif dan berkelanjutan. Dengan demikian, pemberdayaan keluarga dalam konteks tumbuh kembang anak bukan hanya solusi jangka pendek, tetapi juga fondasi bagi kualitas hidup anak dan keluarga yang lebih baik di masa depan.

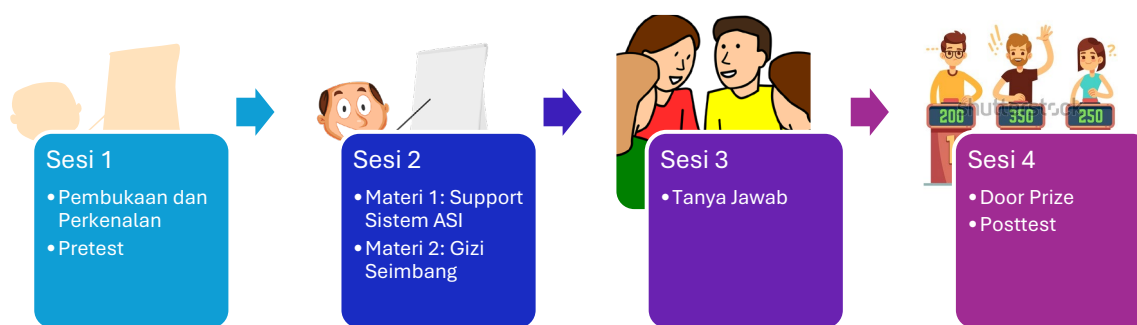
Referensi yang digunakan antara lain dari hasil kajian pemberdayaan masyarakat yang menegaskan bahwa pemberdayaan adalah proses yang menciptakan kemandirian dan penguatan kapasitas internal, bukan sekedar bantuan eksternal semata (Anwas, 2014; Dian Husada), konsep tumbuh kembang anak optimal yang meliputi aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial sebagai kesatuan yang sinergis (Nuraini, 2020; Satriani & Dewi, 2021), serta model pemberdayaan keluarga dalam pengasuhan anak yang meningkatkan kualitas pola asuh dan ketahanan keluarga (Nurmila et al., 2020; Studi Yogyakarta, 2023). Metode pengabdian menggunakan pendekatan partisipatif dan pemberdayaan yang secara signifikan mendorong keluarga untuk menjadi aktor utama perubahan melalui fasilitasi dan kolaborasi dengan berbagai pihak terkait (Kementerian Agama RI, 2011-2017).

Dengan landasan teori dan kerangka pikir tersebut, kegiatan "ASUH CERDAS" di Dusun 2 Desa Mekarwangi diharapkan mampu memberikan kontribusi signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga dan kualitas tumbuh kembang anak secara optimal, sekaligus membangun kemandirian dan ketahanan keluarga sebagai pondasi utama pembangunan sumber daya manusia unggul di tingkat komunitas. Pendekatan sistematis dan berkelanjutan ini menjadi model yang dapat direplikasi di wilayah lain dengan konteks sosial budaya yang serupa dalam rangka pencapaian tujuan pembangunan nasional terkait kesehatan dan pendidikan anak.

Permasalahan yang dihadapi oleh mitra di Dusun 2 Kampung Sindangwangi, Desa Mekarwangi, Kecamatan Ibum, Kabupaten Bandung, mencerminkan tantangan serius dalam bidang kesehatan masyarakat. Salah satu isu utama adalah tingginya angka risiko stunting yang masih terjadi di wilayah tersebut. Selain itu, masyarakat setempat menunjukkan keterbatasan pengetahuan mengenai gizi seimbang, pola asuh yang tepat, serta pentingnya pemenuhan nutrisi selama periode krusial 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang sangat menentukan tumbuh kembang anak secara optimal. Menanggapi permasalahan tersebut, program ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai pentingnya dukungan sistem (support system) dalam pemberian Air Susu Ibu (ASI). Selain itu, program ini juga berfokus pada peningkatan pengetahuan tentang pemberian gizi yang tepat bagi ibu hamil dan menyusui, sebagai upaya preventif terhadap stunting dan untuk mendukung kesehatan ibu dan anak secara menyeluruh.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan pendidikan kesehatan melalui metode ceramah interaktif. Tujuan utama dari pendekatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya support system dalam pemberian ASI serta pemenuhan gizi optimal bagi ibu hamil dan menyusui. Desain kegiatan mencakup empat tahapan utama:



Komunitas sasaran dalam kegiatan ini adalah masyarakat Dusun 2 Kampung Sindangwangi, Desa Mekarwangi, Kecamatan Ibum, Kabupaten Bandung. Sebanyak 35 peserta hadir dalam kegiatan penyuluhan, yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, kader kesehatan, serta tokoh masyarakat setempat. Mitra lokal turut berperan aktif dalam pelaksanaan kegiatan, mulai dari mobilisasi peserta, penyediaan tempat, hingga dukungan logistik. Kegiatan ini juga melibatkan dua narasumber utama dari bidang kesehatan masyarakat, serta mahasiswa Universitas Bhakti Kencana yang berkontribusi dalam pelaksanaan demo masak dan dokumentasi kegiatan. Peran mitra sangat penting dalam memastikan keberlangsungan dan efektivitas kegiatan, terutama dalam membangun kepercayaan dan partisipasi aktif dari komunitas sasaran. Kolaborasi antara akademisi, mahasiswa, dan masyarakat menjadi kekuatan utama dalam pelaksanaan program ini.

Ilmu pengetahuan yang ditransfer dalam kegiatan ini mencakup dua aspek utama: edukasi gizi dan edukasi support system menyusui. Materi gizi menekankan pentingnya pemenuhan nutrisi sejak masa kehamilan hingga balita, sebagai upaya preventif terhadap stunting dan gangguan tumbuh kembang. Pengetahuan ini disampaikan melalui ceramah dan diskusi interaktif, serta diperkuat dengan demo masak bergizi yang mudah diterapkan oleh peserta di rumah. Sementara itu, materi support system menyusui memperkenalkan konsep dukungan sosial dari keluarga, lingkungan, dan tenaga kesehatan sebagai faktor penentu keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Kedua materi ini dirancang untuk menjawab langsung permasalahan mitra, yaitu rendahnya pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang dan pola asuh yang tepat. Transfer metode dilakukan secara partisipatif agar peserta tidak hanya memahami teori, tetapi juga mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk mengukur efektivitas kegiatan, digunakan instrumen berupa kuesioner pretest dan posttest yang terdiri dari 20 pertanyaan pilihan ganda. Pertanyaan dirancang untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta terkait support system ASI dan gizi optimal bagi ibu hamil dan menyusui. Teknik pengumpulan data dilakukan secara langsung sebelum dan sesudah penyuluhan. Indikator keberhasilan kegiatan meliputi peningkatan skor rata-rata pengetahuan peserta, partisipasi aktif

dalam diskusi, serta antusiasme dalam demo masak. Analisis data dilakukan secara kuantitatif menggunakan analisis univariat untuk melihat perubahan skor rata-rata, dan analisis bivariat dengan uji t berpasangan (paired t-test) untuk menguji signifikansi peningkatan pengetahuan. Tingkat kepercayaan yang digunakan adalah 95% ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan peserta setelah kegiatan memiliki signifikansi statistik yang kuat.



Gambar 1. Materi 1 & 2

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan Pendidikan kesehatan ini dilakukan selama satu hari, pretest dan posttest diberikan juga pada hari yang sama. Dari hasil pretest dan post-test maka didapatkan bahwa nilai paling kecil sebelum penyuluhan Adalah 55 dan nilai paling tinggi adalah 95. Hasil ini menunjukkan bahwa rata-rata nilai pretest adalah 85,19 dimana ini mnunjukkan Tingkat pengetahuan cukup baik. Setelah penyuluhan dilakukan didapati bahwa nilai paling keci adalah 70 sedangkan nilai paling tinggi adalah 100 dengan rata-rata 88,15.

Kemudian uji statistic t-berpasangan dilakukan dan hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata nilai yang signifikan pada responden (Ibu hamil dan menyusui) setelah dilakukan edukasi melalui penyuluhan ( $85,19 \pm 11,599$ , vs  $88,15 \pm 9,522$ ) seperti yang terlihat di table 1.

**Tabel 1. Analisis uji T berpasangan**

Nilai	N	Mean	Standar Deviasi	Mean Difference	p-value
Pre-test	27	85,19	2,225	2.963	0.004
Post-test	27	88,15	9,522		

Berdasarkan hasil pretest dan posttest dalam kegiatan pendidikan kesehatan pada ibu hamil dan menyusui di Dusun 2 Desa Mekarwangi, terlihat adanya peningkatan rata-rata nilai pengetahuan dari 85,19 menjadi 88,15 setelah pemberian penyuluhan. Hasil uji statistik t-berpasangan menunjukkan perbedaan yang signifikan dengan  $p=0,004$ , mengindikasikan bahwa edukasi yang diberikan berkontribusi signifikan dalam meningkatkan pengetahuan responden mengenai sistem dukungan ASI dan gizi optimal. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian oleh Riski Hedianti et al. (2024) yang menunjukkan bahwa metode edukasi yang dikombinasikan dengan demonstrasi dan penggunaan media visual efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan menyusui tentang ASI eksklusif dan gizi.

Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini merupakan bukti bahwa penyuluhan gizi dan dukungan sistem ASI sangat penting untuk meningkatkan kesiapan ibu dalam mendukung pemberian ASI eksklusif serta menjaga status gizi yang optimal selama kehamilan dan menyusui. Studi oleh Puspitasari et al. (2023) pun menguatkan bahwa penyuluhan dengan pendekatan interaktif mampu memperbaiki pemahaman ibu terhadap pentingnya ASI eksklusif dan memberikan dampak positif terhadap perilaku pemberian ASI. Dukungan informasi yang lengkap dan metode penyampaian yang bervariasi dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri ibu dalam menjalankan pola asuh yang sehat.

Namun, standar deviasi posttest yang lebih tinggi dibanding pretest menunjukkan terdapat variasi respons yang cukup besar antar individu terkait pemahaman materi yang diberikan. Fenomena ini dilaporkan juga dalam penelitian oleh Wulandari et al. (2021) yang menyatakan bahwa perbedaan latar belakang pendidikan, pengalaman, dan dukungan sosial ikut memengaruhi efektivitas edukasi kesehatan. Dengan demikian, diperlukan pendekatan lebih personal dan pendampingan lanjutan untuk memastikan seluruh ibu hamil dan menyusui dapat memahami dan mengimplementasikan informasi yang diperoleh dengan baik.

Secara keseluruhan, hasil ini memperlihatkan bahwa kegiatan pendidikan kesehatan yang terstruktur dengan materi relevan dan metode pembelajaran yang interaktif dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan menyusui secara signifikan. Oleh karena itu, penyuluhan serupa perlu terus dilakukan secara rutin dengan dukungan lembaga kesehatan dan kader masyarakat agar tercipta kesadaran yang berkelanjutan mengenai pentingnya dukungan ASI dan gizi optimal demi kesehatan ibu dan optimalisasi tumbuh kembang anak sejak usia dini (Sari & Santoso, 2022).

### SIMPULAN

Hasil dari kegiatan ASUH CERDAS ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan responden mengenai sistem dukungan ASI dan gizi optimal. Nilai rata-rata pretest yang sudah cukup baik sebesar 85,19 meningkat menjadi 88,15 setelah pemberian penyuluhan, dengan hasil uji t-berpasangan yang signifikan ( $p=0,004$ ). Hal ini membuktikan bahwa penyuluhan yang diberikan selama satu hari tersebut efektif dalam menambah pemahaman ibu hamil dan menyusui tentang pentingnya dukungan ASI dan gizi yang tepat untuk kesehatan ibu dan bayi. Meskipun terdapat variasi respons individu, secara umum penyuluhan mampu meningkatkan kesiapan dan kemampuan ibu untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal sejak masa kandungan hingga menyusui.

Penyuluhan yang menggunakan pendekatan interaktif dan media yang variatif berperan penting dalam meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri ibu dalam menerapkan pola asuh yang sehat. Pendampingan dan edukasi secara rutin perlu dilakukan untuk mengoptimalkan penerapan ilmu yang didapat serta meminimalisasi perbedaan pemahaman antar individu. Kegiatan ini tidak hanya memberikan manfaat jangka pendek berupa peningkatan pengetahuan, tetapi juga membuka peluang untuk meningkatkan kualitas hidup ibu dan anak secara berkelanjutan melalui pola asuh dan gizi yang baik.

### SARAN

Saran yang dapat diberikan adalah agar penyuluhan dan edukasi tentang dukungan ASI dan gizi optimal untuk ibu hamil dan menyusui dilakukan secara berkala dengan melibatkan tenaga kesehatan, kader posyandu, dan tokoh masyarakat setempat sebagai fasilitator. Pendekatan personal dan pemanfaatan media edukasi yang mudah diakses serta komunikasi dua arah akan mendukung efektivitas penyuluhan. Selanjutnya, ada baiknya dilakukan evaluasi lanjutan untuk mengukur perubahan perilaku dan dampak jangka panjang terhadap kesehatan ibu dan tumbuh kembang anak di Dusun 2 Desa Mekarwangi guna memastikan keberlanjutan program pengabdian masyarakat ini.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada semua pihak yang terlibat dalam kegiatan ini baik mahasiswa, perangkat desa dan dusun, kader, dan juga partisipasi Masyarakat di Dusun 2 Mekarwangi. Kami juga berterima kasih atas dukungan finansial yang diberikan oleh Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat Universitas Bhakti Kencana.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, F. & Sari, P. D. (2024). Penerapan edukasi kesehatan berkelanjutan untuk pencegahan penyakit di kalangan pelajar. *Jurnal Kesehatan Sekolah*, 12(1), 30-37.
- Diah, N. M., & Kemenkes RI. (2023). Indonesia Kurang Protein Hewani, Berkolerasi pada Tingginya Stunting. *Kumparan*. <https://kumparan.com/kumparannews/kemenkes-indonesia-kurang-protein-hewani-berkolerasi-pada-tingginya-stunting-1zfpk6Ztb8S>
- Festival Ayam, Telur, dan Susu (FATS). (2025). FATS 2025 Tekankan Peran Protein Hewani untuk Indonesia Emas. *Tirto.id*. <https://tirto.id/fats-2025-tekanan-peran-protein-hewani-untuk-indonesia-emas-heBg>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 dalam Angka. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5861>

- Pratiwi, R. A., & Sari, D. P. (2022). Asupan Protein Hewani Berhubungan dengan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Minggir. *Amerta Nutrition*, 6(3), 215–222. <https://e-journal.unair.ac.id/AMNT/article/view/49747>
- Puspitasari, N., Wahyuni, S., & Haryanto, A. (2023). Efektivitas penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan menyusui. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 11(1), 45-53.
- Puspitasari, N., Wahyuni, S., & Haryanto, A. (2023). Efektivitas penyuluhan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan remaja: Studi intervensi. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 11(1), 45-53.
- Riski Hediarti, D., Varera, Y. E., & Rachmah, Q. (2024). Edukasi dan Demo Masak pada Ibu Hamil dan Menyusui Tentang ASI Eksklusif dan Stunting di Kelurahan Rungkut Tengah Kota Surabaya. *Jurnal Abdimas Kesehatan*, 6(3), 422-428.
- Sari, R. & Santoso, B. (2022). Pendekatan partisipatif dalam penyuluhan kesehatan remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(2), 112-119.
- Wulandari, E., Prasetyo, H., & Nugroho, A. (2021). Variasi respons edukasi kesehatan pada ibu hamil dan menyusui: Analisis faktor determinan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(3), 78-85.
- Yusita, I., Valian, C., Sinaga, Y., Rofiasari, L., Fauziah, D. (2025). Peningkatan Kapasitas Kader Dalam Edukasi Pola Hidup Sehat dan Penanganan Masalah Keluarga di Desa Cibiru Wetan. *Jurnal Pengabdian Dharma Wacana*, 5(4), 392-401.