

Edukasi Stunting melalui Emo Demo “Camilan O’ke” pada Ibu Balita di Desa Bulak, Rowosari, Kendal

**Nafilah^{1*}, Ardian Candra Mustikaningrum¹, Eliyana², Ananda Desfa Syahrani¹,
Angela Putri Aprilliani¹**

Email: nafnafilah8@gmail.com

¹Prodi S1 Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kendal Batang, Indonesia

²Prodi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kendal Batang,
Indonesia

Jalan Pemuda No.42-46, Kendal

No.HP: 08562692694

Abstrak

DOI:
[10.37402/abdimaship.vol6.iss2.491](https://doi.org/10.37402/abdimaship.vol6.iss2.491)

History artikel:

Diterima
2025-08-16
Direvisi
2025-08-16
Diterbitkan
2025-08-21

Stunting pada balita masih menjadi perhatian khusus terutama di Kabupaten Kendal. Salah satu penyebab kejadian stunting yaitu pengetahuan ibu tentang pemberian MP-ASI yang kurang tepat. Padahal Kabupaten Kendal memiliki bahan pangan lokal berupa ikan kembung yang menjadi alternatif pencegahan stunting. Oleh sebab itu perlu peningkatan pengetahuan ibu mengenai pemanfaatan sumber pangan lokal dalam pencegahan stunting. Tujuan kegiatan PkM ini yaitu meningkatkan pengetahuan dengan pemberian Edukasi Stunting melalui Emo Demo Camilan "O'KE" Pada Ibu Balita di Desa Bulak, Rowosari, Kendal. Metode dalam kegiatan ini yaitu ceramah dan emo demo pembuatan camilan bakso berbahan dasar ikan kembung. Ibu balita juga diberikan kuesioner untuk mengetahui skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil dari pengumpulan data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon ($p \leq 0,05$). Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor yang signifikan sebelum ($81 \pm 9,1$) dan setelah kegiatan emo demo ($100 \pm 0,0$). Hasil ini membuktikan bahwa pemberian edukasi stunting melalui emo demo efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu balita. Emo demo yang diberikan diharapkan dapat melatih ibu dalam mengolah camilan berbahan pangan ikan untuk mencegah stunting pada balita. Dengan demikian, balita dapat tumbuh secara optimal.

Kata kunci: edukasi; stunting; emo demo; camilan.

Nafilah*
Ardian Candra Mustikaningrum
Eliyana
Ananda Desfa Syahrani
Angela Putri Aprilliani

Abstract

Stunting in toddlers is still a special concern, especially in Kendal Regency. One of the causes of stunting is the mother's knowledge about providing inappropriate complementary feeding. In fact, Kendal Regency has local food ingredients in the form of mackerel which is an alternative to prevent stunting. Therefore, it is necessary to increase the mother's knowledge about the use of local food sources in preventing stunting. The purpose of this Community Service activity is to increase knowledge by providing Stunting Education through the "O'KE" Snack Demo for Toddler Mothers in Bulak Village, Rowosari, Kendal. The method in this activity is a lecture and an emo demonstration of making meatball snacks made from mackerel. Mothers of toddlers were also given a questionnaire to determine the knowledge score before and after the activity. The results of the data collection were analyzed using the Wilcoxon test ($p \leq 0.05$). The results of the activity showed a significant increase in the average score before (81 ± 9.1) and after the emo demo activity (100 ± 0.0). These results prove that providing stunting education through emo demos is effective in increasing the knowledge of mothers of toddlers. The demo given is expected to train mothers in processing fish-based snacks to prevent stunting in toddlers. Thus, toddlers can grow optimally.

Keywords: education; stunting; emo demo; snack.

1. Pendahuluan

Status kesehatan adalah keadaan kesehatan seseorang dalam rentang kondisi sehat dan sakit. Kondisi ini bersifat dinamis yang dapat diakibatkan oleh perkembangan budaya, sosial, pengalaman masa lalu, harapan seseorang tentang dirinya, keturunan, lingkungan. Dinas Kesehatan Jawa Tengah menunjukkan prevalensi stunting masih tinggi yaitu sebesar 27,68%.⁽¹⁾ Prevalensi Stunting Kabupaten Kendal sebesar 11,4%.⁽²⁾ Salah satu wilayah yang cukup banyak ditemukan kejadian stunting adalah Desa Bulak sejumlah 47 anak.⁽³⁾

Stunting pada balita dapat mengakibatkan pertumbuhan fisik, perkembangan mental dan status kesehatan pada anak menjadi terganggu dan terhambat.⁽⁴⁾ Anak yang mengalami stunting dapat menurunkan prestasi di sekolah, tingkat pendidikan dan pendapatan yang rendah saat telah dewasa.⁽⁵⁾ Penyebab stunting yang ada di Desa Bulak salah satunya dipengaruhi oleh pola asuh dari orang tua yang minim, kurangnya pemberian ASI eksklusif, dan pemberian MP-ASI yang kurang tepat. Apabila dalam pemberian asupan gizi tidak tepat maka dapat mengakibatkan kekurangan gizi. Oleh sebab itu perlu peningkatan pemahaman kepada orang tua terutama dalam memberikan MP-ASI kepada anaknya.

Kondisi kekurangan gizi dapat mengakibatkan beberapa masalah kepada anak. Hal tersebut antara lain daya tangkap anak kurang, aktivitas fisik anak kurang, konsentrasi belajar berkurang, sistem kekebalan tubuh menurun yang pada akhirnya mengakibatkan gangguan pertumbuhan berupa stunting.⁽⁶⁾ Penelitian sebelumnya

membuktikan bahwa balita stunting setelah dilakukan pengkajian, memiliki kategori kekurangan terutama protein, karbohidrat, dan lemak. Berbeda dengan balita tidak stunting memiliki asupan gizi yang cukup.^(7,8) Oleh sebab itu, perlu pemenuhan zat gizi terutama protein dalam memelihara pertumbuhan dan perkembangan tubuh.

Protein hewani menjadi salah satu zat gizi makro yang berfungsi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.⁽⁹⁾ Salah satu sumber protein hewani yang potensial berasal dari ikan. Jenis ikan kembung (*Rastrelliger sp.*) merupakan ikan yang banyak ditemukan di perairan Indonesia, termasuk Kabupaten Kendal.⁽¹⁰⁾ Ikan kembung dikenal sebagai ikan ekonomis yang mudah diperoleh, memiliki harga terjangkau, kaya akan zat gizi seperti protein, omega-3, kalsium, dan zat besi.⁽¹¹⁾ Kandungan inilah yang menjadikan ikan kembung sebagai salah satu sumber pangan lokal bergizi tinggi yang berpotensi untuk pencegahan stunting.⁽¹²⁾

Berdasarkan penjabaran diatas, diperlukan adanya upaya peningkatan pengetahuan ibu balita terutama dalam pencegahan stunting. Salah satu upaya yang bisa dilakukan adalah melalui kegiatan *emo demo* pembuatan camilan dengan bahan pangan lokal berupa ikan kembung.

2. Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Bulak, Kecamatan Rowosasi, Kabupaten Kendal pada 20 Desember Tahun 2023. Kegiatan ini merupakan penyuluhan kepada ibu balita di Posyandu Dahlia 2 yang dilakukan dengan metode ceramah dan *emo demo* dengan

memperagakan cara pembuatan camilan bakso ikan kembung. Pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk menambah informasi dan pengetahuan ibu terkait pencegahan stunting.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibagi menjadi dua tahap yaitu tahap perencanaan dan pelaksanaan kegiatan. Adapun kegiatan pada setiap tahap adalah sebagai berikut:

- a. Tahap Perencanaan
 - 1) Menentukan prioritas masalah berdasarkan data.
 - 2) Koordinasi dengan Bidan desa dan Kader.
 - 3) Mempersiapkan alat, bahan, dan media penyuluhan.
- b. Tahap Pelaksanaan
 - 1) Tim pengabdian kepada masyarakat membagikan kuesioner pretest tentang stunting kepada ibu balita.
 - 2) Penyampaian materi menggunakan leaflet yang berisi materi definisi

stunting, penyebab stunting, ciri-ciri stunting, cara pencegahan stunting, dan makanan yang dapat digunakan untuk pencegahan stunting.

- 3) Demo masak resep camilan tinggi protein “Camilan O’KE (Camilan Olahan KEmbung)”.
- 4) Diskusi tanya jawab.
- 5) Pengisian kuesioner posttest tentang stunting.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa “Edukasi dan Demo Masak “Camilan O’KE” Pada Ibu Balita di Desa Bulak” dihadiri oleh 20 ibu balita. Kegiatan ini berlangsung lancar dan terbukti dapat meningkatkan skor pengetahuan ibu tentang stunting (Tabel 1).

Tabel 1. Hasil Analisis Emo Demo Pada Ibu Balita

Variabel	Min.	Maks.	Mean±SD	r	p value
Skor Pretest	70	90	81±9,1	-3,985	0,000
Skor Posttest	100	100	100±0,0		

Keterangan: Uji Wilcoxon ($p \leq 0,05$)

Berdasarkan Tabel 1, hasil *pretest* dan *posttest* menggunakan kuesioner tentang stunting yang telah diisi oleh ibu balita mengalami peningkatan rata-rata skor dari 81 menjadi 100. Hasil ini membuktikan bahwa edukasi menggunakan dua metode berupa ceramah dan emo demo efektif dalam meningkatkan skor pengetahuan ibu balita. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan metode ceramah dan emo demo

untuk meningkatkan skor pengetahuan.^(13,14)

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Nafilah dan Palupi (2021) menunjukkan adanya keefektifan metode emo demo dalam meningkatkan skor pengetahuan ibu tentang pencegahan hipertensi. Emo demo yang diberikan berupa alternatif cara pengolahan tempe menjadi minuman dalam mencegah hipertensi.⁽¹³⁾

Kegiatan emo demo yang dilakukan oleh Palupi et al (2024)

menunjukkan adanya pengaruh emo demo terhadap pengetahuan dan sikap ibu baduta di Posyandu Wortel 2 Pasanggahan.⁽¹⁴⁾ Emo demo tentang struktur MP-ASI berhasil meningkatkan skor pemahaman ibu. Informasi yang diperoleh melalui metode ini lebih efektif karena menggunakan alat peraga sehingga memudahkan ibu dalam menerima dan mengingat informasi yang diperoleh. Hal ini membantu seorang ibu dalam mengoptimalkan kesehatan anak.⁽¹⁴⁾

Emo demo adalah salah satu jenis komunikasi untuk mengubah perilaku seseorang dengan modifikasi *behaviour communication change* (BCC).

Strategi ini bertujuan untuk mencapai perubahan perilaku ke arah yang positif. Strategi komunikasi dengan menggunakan modifikasi BCC secara langsung memengaruhi psikologis individu melalui pendekatan perasaan dan kebutuhan. Oleh sebab itu, metode ini banyak digunakan karena fungsinya yang lebih efektif.⁽¹⁵⁾

Fenomena stunting adalah salah satu yang harus segera ditangani karena akan mengakibatkan dampak merugikan dalam jangka pendek dan jangka panjang. (Poltekkes Kemenkes Denpasar dalam laporan KKN). Dampak jangka pendek berupa terganggunya perkembangan motorik, verbal, dan kognitif pada anak, meningkatkan angka kesakitan, peningkatan biaya kesehatan, hingga kematian. Dampak jangka panjang yaitu postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, risiko obesitas, gangguan kesehatan reproduksi, dan produktifitas dan kapasitas kerja yang tidak optimal.⁽¹⁶⁾ Oleh sebab itu, penyuluhan yang disertai dengan emo demo menjadi salah satu upaya

yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesadaran tentang dampak stunting pada balita.⁽¹⁷⁾

Emo demo tentang camilan ikan kembung yang diolah menjadi bakso menjadi alternatif upaya pemberian makanan tinggi protein hewani. Ikan berperan penting menjadi sumber protein hewani sekitar 20% dari total protein hewani. Protein ikan kembung dapat menjadi komponen zat gizi yang diberikan untuk memenuhi kecukupan protein.⁽¹⁸⁾ Penelitian Fetowin et al (2025) membuktikan bahwa fortifikasi mie kering menggunakan ikan kembung dapat meningkatkan kandungan zat gizi.⁽¹⁹⁾

Kegiatan edukasi tentang stunting melalui emo demo camilan sehat menjadi salah satu upaya pencegahan stunting. Emo demo camilan O'KE ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku ibu dalam memberikan camilan sehat bagi anaknya. Camilan sehat merupakan makanan ringan yang padat gizi sehingga dapat membantu memenuhi kebutuhan zat gizi anak.⁽²⁰⁾

4. Kesimpulan

Hasil Evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah berhasil meningkatkan skor pengetahuan ibu balita tentang stunting. Luaran dari kegiatan ini adalah adanya peningkatan skor pengetahuan dan pemahaman ibu balita tentang stunting.

5. Daftar Pustaka

- [1] Dinkes Jateng. Profil Kesehatan Jawa Tengah 2022. Jawa Tengah: Dinas Kesehatan Jawa Tengah; 2022.

- [2] Kemenkes KKRI. Survei Kesehatan Indonesia (SKI). Kemenkes. Jakarta: Kemenkes RI; 2023. 1–965 p.
- [3] Dinas Kesehatan Kabupaten Kendal D. Laporan Hasil Penimbangan Serentak. Kabupaten Kendal: Dinas Kesehatan Kabupaten Kendal; 2021.
- [4] Handika DO. Keluarga Peduli Stunting Sebagai Family Empowerment Strategy Dalam Penurunan Kasus Stunting di Kabupaten Blora. Din J Pengabd Kpd Masy. 2020;4(4):685–92.
- [5] Nugroho MR, Sasongko RN, Kristiawan M. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Usia Dini di Indonesia. J Obs J Pendidik Anak Usia Dini. 2021;5(2):2269–76.
- [6] Afandy US., Fanny L, Mustamin M. Asupan Zat Gizi Antenatal dan Kejadian Stunting Pada Anak: Systematic Review. J Ris Gizi. 2024;12(2):240–9.
- [7] Sari EM, Juffrie M, Nuraini N, Sitaresmi MN. Protein, Calcium and Phosphorus Intake of Stunting and Non Stunting Children Aged 24-59 Months. J Gizi Klin Indones. 2016;12(4):152–9.
- [8] Femidio M, Muniroh L. Perbedaan Pola Asuh dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non-Stunting di Wilayah Pesisir Kabupaten Probolinggo. Amerta Nutr. 2020;4(1):49–57.
- [9] Sholikhah A, Dewi RK. Peranan Protein Hewani dalam Mencegah Stunting pada Anak Balita. JRST (Jurnal Ris Sains dan Teknol. 2022;6(1):95–100.
- [10] Leiwakabessy IM, Manurung M, Penda J, Yanti DIW, Masengi M. Diversifikasi Pangan Melalui Dinas Ketahanan Pangan. Solideo J Pengabd Masy. 2023;1(2):74–80.
- [11] Al-adawiyah W, Sumartini S, Sekarini DA, Sahzali S. Fortifikasi Ikan Kembung (Rastrelliger Kanagurta) terhadap Karakteristik Sensori Mie Kering. Semin Nas Teknol Sains dan Hum. 2022;2022(SemanTECH):137–47.
- [12] Supardi N, Asjur AV, Jusriani R. Peningkatan Gemar Makan Ikan Pada Balita Melalui Pelatihan Diversifikasi Ikan Kembung Sebagai Strategi Pencegahan Stunting. JMM (Jurnal Masy Mandiri). 2024;8(1):103.
- [13] Nafilah N, Palupi FD. Penyuluhan Gizi Melalui Metode Emo Demo Untuk Mengubah Pengetahuan Kader Tentang Hipertensi. Abdimasku J Pengabd Masy. 2021;4(3):197.
- [14] Palupi KA, Umami Z, Rahmawati LA, Ramadhayanti AR, Komala ER, Ekaroza AJ, et al. Pendidikan Gizi Menggunakan Emotion-Demonstration (Emo-Demo) kepada Ibu Baduta di Posyandu Wortel 2 Pesanggrahan Jakarta Selatan. Pros Semin Nas Pemberdaya Masy. 2024;3(1):114.

- [15] Silfia NN, Yanti Kusika S, Widyayanti A, Kebidanan PDI, Kebidanan J, Palu K. Optimalisasi Peran Keluarga Dalam Pencegahan Stunting Melalui Pendekatan Emotional Demonstration (Emo Demo) Dengan Cemilan Sembarangan. *J EMPATHY Pengabdi Kpd Masy.* 2022;3(2):179–93.
- [16] Rusliani N, Hidayani WR, Sulistyoningsih H. Literature Review: Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Bul Ilmu Kebidanan dan Keperawatan.* 2022;1(01):32–40.
- [17] Andarwulan S, Hubaedah A. Pencegahan Stunting Balita Melalui Emotional Demonstration “Jadwal Makan Bayi dan Anak” di Kelurahan Siwalankerto Kecamatan Wonocolo Kotamadya Surabaya. *Dedication J Pengabdi Masy.* 2020;4(2):119–24.
- [18] Prasasti TD, Pusparini P, Rosmana D, Sulaeman A. Nugget Ikan Kembung dan Daun Kelor Sebagai Makanan Selingan Tinggi Protein Untuk Anak Sekolah Dasar. *J Gizi dan Diet.* 2024;3(2):82–90.
- [19] Fetowin MM, Kamo MC, Putri NP, Embisa E, Demena SP, Astuti NB. Formulasi Mie Kering Bahan Dasar Ikan Kembung dan Bayam Hijau sebagai Pangan Balita Stunting. *J Ris Rumpun Ilmu Kedokt.* 2025;4(1).
- [20] Lulianthy E, Febrianti E, Asnawati A, Nurdianti N, Aulia NV. Edukasi Inovasi Lempok Ubi Jalar Sebagai Camilan Sehat Cegah Stunting. *J Inov Terap Pengabdi Masy.* 2024;4(1):42–9.