

Keluarga Darma Cerdas

(Promosi Kesehatan Digital Berbasis Keluarga untuk Stunting)

Smart Darma Family

(Family-Based Digital Health Promotion for Stunting)

Supriadi¹, Nur Asiyah², Indri Maydani³, Sukmawati⁴, Ulfadira⁵

¹⁻⁵ Prodi Sarjana Keperawatan, STIKes Marendeng Majene, Indonesia

* Penulis Korespondensi: supriadi.ufvy.lnn@gmail.com

Article History:

Naskah Masuk: 28 Februari 2026;

Revisi: 25 Maret 2026;

Diterima: 29 April 2026;

Terbit: 30 April 2026.

Keywords: Digital Health Promotion; Family; Health Literacy; Stunting; Stunting Prevention.

Abstract: Stunting is a public health problem characterized by impaired growth and development of children due to chronic malnutrition, recurrent infections, and suboptimal parenting. The problem of stunting is still a concern in various regions, including Darma Village, Polewali District, Polewali Mandar Regency which requires family-based interventions through promotive and preventive approaches. Lack of family health literacy, suboptimal use of digital information, and low monitoring of children's growth and development are factors that can affect stunting prevention efforts. This community service activity aims to increase digital health literacy and family promotive-preventive behavior in stunting prevention through the Keluarga Darma CERDAS program. The method of implementing activities uses a participatory health promotion approach through family education, discussions, demonstrations of healthy menus based on local food, delivery of ABCDE messages to prevent stunting, the use of simple digital media such as WhatsApp and digital posters, and family assistance. The target of the activity was 20 families at risk of stunting in Darma Village, Polewali District, Polewali Mandar Regency. This activity is expected to increase family knowledge about stunting prevention, improve the family's ability to access correct health information, strengthen the role of the family in monitoring child growth and development, and form a family digital education group as a medium for continuous mentoring. The output of activities is in the form of increasing family health literacy, Darma Cerdas Sehat education modules, digital health promotion media, and family empowerment models in an effort to accelerate community-based stunting prevention.

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang ditandai dengan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, serta pola asuh yang belum optimal. Permasalahan stunting masih menjadi perhatian di berbagai wilayah, termasuk Kelurahan Darma Kabupaten Polewali Mandar yang membutuhkan intervensi berbasis keluarga melalui pendekatan promotif dan preventif. Kurangnya literasi kesehatan keluarga, pemanfaatan informasi digital yang belum optimal, serta rendahnya pemantauan tumbuh kembang anak menjadi faktor yang dapat mempengaruhi upaya pencegahan stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan digital dan perilaku promotif-preventif keluarga dalam pencegahan stunting melalui program Keluarga Darma CERDAS. Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan promosi kesehatan partisipatif melalui edukasi keluarga, diskusi, demonstrasi menu sehat berbasis pangan lokal, penyampaian pesan ABCDE cegah stunting, pemanfaatan media digital sederhana seperti WhatsApp dan poster digital, serta pendampingan keluarga. Sasaran kegiatan adalah 20 keluarga berisiko stunting di Kelurahan Darma Kabupaten Polewali Mandar. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan keluarga tentang pencegahan stunting, meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengakses informasi kesehatan yang benar, memperkuat peran keluarga dalam pemantauan tumbuh kembang anak, serta membentuk kelompok edukasi digital keluarga sebagai media pendampingan berkelanjutan. Luaran kegiatan berupa peningkatan literasi kesehatan keluarga, modul edukasi Darma Cerdas Sehat, media promosi kesehatan digital, dan model pemberdayaan keluarga dalam upaya percepatan pencegahan stunting berbasis masyarakat.

Kata kunci: Keluarga; Literasi Kesehatan; Pencegahan Stunting; Promosi Kesehatan Digital; Stunting.

1. PENDAHULUAN

Stunting Adalah Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang badan atau tinggi badan anak berada di bawah standar sesuai usianya. Definisi ini sejalan dengan Peraturan Presiden RI Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting.

Berdasarkan data SSGI 2024 yang dirilis Kementerian Kesehatan pada tahun 2025, prevalensi stunting nasional sebesar 19,8%, sedangkan Sulawesi Barat masih berada pada kategori tinggi yaitu 35,4%. Di Kabupaten Polewali Mandar, data SKI menunjukkan prevalensi stunting tahun 2023 sebesar 28,09%, sedangkan SSGI 2024 menunjukkan sebesar 31,5%. Sementara itu, data rutin e-PPGBM/Dinas Kesehatan Polewali Mandar tahun 2025 menunjukkan prevalensi stunting Triwulan III sebesar 26,99%.

Kelurahan Dharma terletak di salah satu wilayah kerja Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar yang merupakan salah satu wilayah yang perlu mendapat perhatian dalam upaya peningkatan kesehatan komunitas, khususnya pada isu stunting. Berdasarkan Keputusan Bupati Polewali Mandar tentang desa/kelurahan prioritas intervensi percepatan penurunan stunting terintegrasi tahun 2024, Kelurahan Dharma Kecamatan Polewali tercatat memiliki 133 kasus stunting, prevalensi stunting 16,2%, dan 349 keluarga berisiko stunting (Rekam Medik Kelurahan Dharma: 2025). Data ini menunjukkan bahwa Dharma masih membutuhkan intervensi promotif dan preventif berbasis keluarga.

Kondisi tersebut menunjukkan perlunya pendekatan promosi kesehatan yang tidak hanya berupa penyuluhan sesaat, tetapi juga pendampingan keluarga, penguatan kader, pemanfaatan media digital sederhana, serta pembiasaan keluarga untuk memantau kesehatan secara mandiri. Hal ini sejalan dengan transformasi layanan primer Kementerian Kesehatan yang menekankan penguatan aktivitas promotif-preventif, skrining kesehatan, dan peningkatan kapasitas layanan primer.

Selama ini data stunting lebih banyak dilaporkan pada tingkat nasional, provinsi, dan kabupaten, sedangkan data rinci pada tingkat Kecamatan Polewali dan Kelurahan Dharma belum banyak tersedia dalam publikasi ilmiah maupun laporan terbuka. Padahal, masalah stunting sangat dipengaruhi oleh kondisi lokal seperti pola asuh, praktik pemberian makan anak, riwayat kesehatan ibu hamil, akses posyandu, sanitasi, ketahanan pangan keluarga, pengetahuan ibu, dan dukungan keluarga. Oleh karena itu, diperlukan penelitian berbasis wilayah lokal untuk mengidentifikasi

faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian stunting, sehingga intervensi yang dirancang lebih tepat sasaran sesuai karakteristik masyarakat Polewali Mandar.

Pemerintah Kabupaten Polewali Mandar sudah menjalankan kegiatan konvergensi stunting, termasuk pengukuran dan publikasi data sebagai bagian dari aksi konvergensi. Namun, pemerintah daerah sendiri masih menekankan perlunya perubahan strategi dan penguatan kolaborasi karena angka stunting masih jauh dari target nasional. Program yang berjalan sering berfokus pada anak yang sudah stunting, padahal pencegahan perlu dimulai sejak ibu hamil, pemberian ASI eksklusif, MPASI, PMT bila ada masalah gizi, dan imunisasi. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh yang ditandai dengan tinggi badan lebih pendek dari standar usia anak akibat kekurangan gizi kronis, terutama dalam masa 1.000 hari pertama kehidupan. Menurut data Kementerian Kesehatan RI (2022), angka stunting nasional masih mencapai 21,6%, melebihi batas ideal menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2020) yakni di bawah 20%. Pemerintah Indonesia menetapkan target penurunan angka stunting menjadi 14% pada tahun 2024–2025, namun tantangan besar masih harus dihadapi untuk mencapai target ini (Sumartini, 2022).

Program Keluarga Darma CERDAS merupakan inovasi promosi kesehatan digital berbasis keluarga yang bertujuan meningkatkan kemampuan keluarga dalam mencegah stunting melalui pemantauan tumbuh kembang, edukasi gizi, respons cepat terhadap risiko, pemanfaatan media digital, penguatan aksi keluarga pada masa 1000 HPK, serta penerapan sanitasi sehat. Program ini dirancang sederhana agar dapat diterapkan oleh keluarga di Kelurahan Darma dengan memanfaatkan teknologi yang dekat dengan masyarakat, seperti *WhatsApp*, poster digital, video edukasi, dan pesan pengingat posyandu.

Keluarga Darma CERDAS adalah model promosi kesehatan digital berbasis keluarga yang menekankan enam komponen utama, yaitu cek tumbuh kembang anak, edukasi gizi dan pola asuh, respons cepat terhadap risiko stunting, digitalisasi informasi kesehatan, aksi keluarga pada 1000 HPK, serta sanitasi sehat. Program ini diharapkan mampu meningkatkan literasi keluarga, memperkuat peran kader, dan mendorong perilaku pencegahan stunting yang lebih berkelanjutan di Kelurahan Darma Kecamatan Polewali.

2. METODE PENELITIAN

Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Pelaksanaan program kerja ini dimulai pada hari hari Senin tanggal 1 Juni 2026 – Rabu 1 Juli 2026 yang terhitung dari tahap observasi dan tahap pelaksanaan kegiatan yaitu selama 1 bulan. Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan langsung di Aula Kantor Kelurahan Darma pukul 07.30 WITA sampai selesai sesuai dengan agenda yang telah ditetapkan.

Khayalak Sasaran

Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat Kelurahan Darma Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar, khususnya pada keluarga berisiko stunting dengan jumlah 20 keluarga.

Metode Pengabdian

Kegiatan dilaksanakan menggunakan pendekatan **promosi kesehatan partisipatif**, edukasi kelompok, demonstrasi, skrining sederhana, dan pendampingan digital keluarga.

Sebagai persiapan, Koordinasi dengan kelurahan, puskesmas, kader posyandu, dan tokoh masyarakat, Identifikasi sasaran keluarga berisiko stunting dan sasaran PTM, Penyusunan modul “Darma Cerdas Sehat”, Penyusunan media edukasi: leaflet, poster digital, video pendek, dan pesan WhatsApp, Penyusunan instrumen pre-test dan post-test.

Tahap Pelaksanaan

Tabel 1. Tahap Pelaksanaan

Pertemuan	Kegiatan	Materi	Metode	Waktu
1	Sosialisasi dan pre-test	Pengenalan program, pengukuran awal pengetahuan	Ceramah interaktif, diskusi	30 sd 60 menit
2	Kelas keluarga cegah stunting dan	Stunting, gizi keluarga, ABCDE, posyandu	Edukasi, tanya jawab, simulasi	30 sd 60 menit
3	memberikan contoh menu sehat lokal	Protein hewani, MP-ASI, menu keluarga murah bergizi	pemaparan dan diskusi	30 sd 60 menit
5	Literasi kesehatan digital Evaluasi dan rencana tindak lanjut	Cara mencari informasi kesehatan yang benar melalui HP keluarga	Praktik HP, poster digital, WhatsApp	30 sd 60 menit

Tahap Pendampingan

Pendampingan dilakukan selama 4 minggu melalui grup WhatsApp “Darma Cerdas Sehat”. Isi pendampingan meliputi: Pesan mingguan cegah stunting, Pengingat posyandu, Edukasi konsumsi protein hewani, Tanya jawab kesehatan

Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test, observasi keaktifan peserta, daftar hadir, dokumentasi kegiatan, serta komitmen tindak keluarga.

Luaran

Luaran Pengabmas ini akan di publikasikan di OJS Sinta 5 di “Dedikasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat”

Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan dari Sosialisasi Gadget Sehat: Bijak Menggunakan Gadget dapat diukur melalui beberapa aspek yaitu:

- Dihadiri oleh minimal 20 Masyarakat yang mengikuti kegiatan hingga selesai pemaparan materi, sebagai bukti keterlibatan audiens secara penuh.
- Kemampuan Masyarakat dalam menjawab pertanyaan secara langsung selama sesi penyampaian materi, yang menunjukkan tingkat pemahaman dan keterlibatan kognitif peserta.
- Kemampuan Masyarakat dalam merangkum inti dari materi yang disampaikan, menandakan pemahaman kritis terhadap informasi yang diberikan.
- Tingkat partisipasi pengisian post-test oleh Masyarakat sebagai alat evaluasi formal untuk mengukur peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah penyuluhan.

Masyarakat menunjukkan peningkatan signifikan pada skor evaluasi, di mana minimal 70% peserta mengalami peningkatan nilai dari pre-test ke post-test setelah mengikuti pemaparan materi.

Metode Evaluasi

Rancangan Evaluasi

Tabel 2. Rancangan Evaluasi

Aspek Evaluasi	Indikator	Alat Ukur	Target Keberhasilan
Pengetahuan stunting	Skor pre-test dan post-test	Kuesioner 10 soal	Skor meningkat minimal 20%
Keterampilan digital	Peserta mampu membuka/membaca poster digital dan pesan edukasi	Observasi	Minimal 70% peserta mampu
Keaktifan peserta	Kehadiran dan partisipasi diskusi	Daftar hadir	Minimal 80% hadir
Keberlanjutan	Grup WhatsApp edukasi terbentuk	Dokumentasi grup	Minimal 1 grup aktif

Pre-test

Pre-test digunakan untuk mengukur pemahaman awal Masyarakat mengenai faktor terjadinya Stunting dan pencegahan stunting sebelum pelaksanaan penyuluhan dimulai. Instrumen

berupa 13 pertanyaan yang dirancang untuk mengidentifikasi pengetahuan dasar dan persepsi peserta, sehingga dapat dijadikan acuan baseline dalam menilai efektivitas materi yang akan disampaikan.

Post-test

Post-test berfungsi untuk mengevaluasi perubahan pengetahuan dan kesadaran Masyarakat setelah mengikuti penyuluhan. Pertanyaan yang diajukan serupa dengan pre-test, memungkinkan analisis komparatif terhadap peningkatan pemahaman peserta tentang Faktor terjadinya Stunting dan pencegahan Stunting terhadap kesehatan, aspek hukum, dan pencegahan stunting. Pendekatan ini memberikan data kuantitatif untuk mengukur efektivitas intervensi edukasi yang dilakukan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan dengan judul “Keluarga Darma Cerdas: Promosi Kesehatan Digital Berbasis Keluarga Untuk Stunting” di Aula kantor kelurahan Darma dihadiri oleh Masyarakat. Seluruh peserta mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan antusiasme yang tinggi. Berdasarkan data hasil pre-test yang dilakukan sebelum penyuluhan, tingkat pemahaman masyarakat terkait Faktor terjadinya stunting. Selanjutnya, setelah materi disampaikan melalui metode *dekonstruksi*, *brainstorming*, penyampaian materi berbasis data, rekonstruksi pemahaman, dan diskusi tanya jawab, peserta mengisi post-test yang menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, sehingga Masyarakat mengalami peningkatan pemahaman yang cukup baik sesuai target yang ditetapkan.

Lampiran Modul Promosi Kesehatan yang Diusung

MODUL DARMA CERDAS SEHAT”

Identitas Modul

Nama Modul: Darma Cerdas Sehat

Tema: Promosi Kesehatan Digital Berbasis Keluarga

Sasaran: keluarga risiko stunting

Lokasi: Kelurahan Darma Kecamatan Polewali Kabupaten Polewali Mandar

Metode: Edukasi, diskusi, dan pendampingan WhatsApp

Modul 1. Keluarga Sadar Stunting

Setelah mengikuti modul ini, peserta diharapkan mampu: Menjelaskan pengertian stunting dan dampaknya, Menjelaskan cara mencegah stunting dengan pesan ABCDE, Menyusun contoh

menu sehat keluarga berbasis pangan lokal, Menggunakan HP keluarga untuk membaca informasi kesehatan yang benar. Mengikuti pesan edukasi kesehatan melalui grup *WhatsApp*

Pokok bahasan: Pengertian stunting, Penyebab stunting, Dampak stunting pada pertumbuhan, kecerdasan, dan produktivitas, Peran keluarga dalam mencegah stunting, Pentingnya posyandu setiap bulan.

Modul 2. ABCDE Cegah Stunting

Isi materi:

Tabel 3. Isi Materi Modul 2 ABCDE Cegah Stunting

Kode	Pesan	Contoh Praktik
A	Aktif minum tablet tambah darah	Remaja putri 1 tablet/minggu, ibu hamil sesuai anjuran tenaga kesehatan
B	Bumil periksa kehamilan	Minimal 6 kali selama kehamilan
C	Cukupi protein hewani	Telur, ikan, ayam, hati, daging, susu
D	Datang ke posyandu	Timbang dan ukur balita setiap bulan
E	Eksklusif ASI 6 bulan	ASI saja sampai bayi usia 6 bulan

Modul 3. Menu Sehat Lokal Keluarga Darma

Contoh menu murah bergizi:

Tabel 4. Contoh menu murah bergizi

Waktu	Menu
Pagi	Nasi/jagung, telur rebus, sayur kelor
Siang	Nasi, ikan, sayur bening, tempe
Malam	Nasi, ayam/ikan, tumis sayur, buah lokal
Selingan	Pisang, ubi rebus, kacang hijau, telur

Modul 4. Literasi Kesehatan Digital Keluarga

Materi utama: Cara mencari informasi kesehatan yang benar, Ciri informasi kesehatan yang tidak benar, Mengutamakan sumber resmi seperti Kementerian Kesehatan, puskesmas, dan tenaga Kesehatan, Pemanfaatan *WhatsApp* keluarga untuk pengingat posyandu, minum TTD, cek tekanan darah, dan konsumsi protein hewani, Cara menyimpan poster digital kesehatan di HP keluarga.

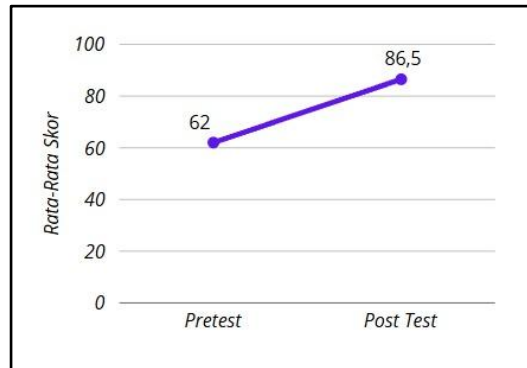
Hasil Pre-test dan Post-test

Tabel 5. Perbandingan Nilai Rata-Rata Pre-test dan Post-test

Tahapan	Nilai Rata-Rata	Presentasi Peningkatan
Pre-Test	53,3	-
Post-Test	86,9	33,6%

Tabel 6. Hasil pretest dan posttest berdasarkan tingkat pengetahuan

Pretest	Jumlah
Kurang baik	40%
Baik	60%
Posttest	Jumlah
Kurang baik	5%
Baik	95%



Gambar 1. Perbandingan Hasil Pre-test dan Post-test



Gambar 2. Foto Dokumentasi

4. KESIMPULAN

Program Keluarga Darma CERDAS merupakan upaya pengabdian masyarakat berbasis promosi kesehatan digital yang bertujuan meningkatkan literasi kesehatan keluarga dalam pencegahan stunting di Kelurahan Darma Kabupaten Polewali Mandar. Permasalahan stunting yang masih menjadi perhatian memerlukan pendekatan yang berkelanjutan melalui pemberdayaan keluarga, peningkatan pengetahuan gizi, pemantauan tumbuh kembang anak, penguatan peran kader, serta pemanfaatan media digital sebagai sarana edukasi kesehatan.

Melalui kegiatan edukasi, pendampingan keluarga, pemanfaatan media WhatsApp, poster digital, video edukasi, serta penerapan pesan pencegahan stunting berbasis ABCDE, diharapkan keluarga mampu meningkatkan kemampuan dalam mengenali risiko stunting, menerapkan pola

asuh dan pola makan sehat, serta memanfaatkan informasi kesehatan yang benar. Program ini juga diharapkan dapat memperkuat kolaborasi antara keluarga, kader posyandu, kelurahan, puskesmas, dan perguruan tinggi dalam mendukung percepatan penurunan stunting secara berkelanjutan.

Dengan adanya program ini, keluarga di Kelurahan Darma diharapkan menjadi lebih mandiri dalam menjaga kesehatan anak dan menerapkan perilaku promotif-preventif sehingga dapat berkontribusi terhadap peningkatan kualitas kesehatan masyarakat serta penurunan angka stunting di wilayah tersebut.

DAFTAR REFERENSI

- Atamou, L., Rahmadiyah, D. C., Hassan, H., & Setiawan, A. (2023). *Analysis of the Determinants of Stunting among Children Aged below Five Years in Stunting Locus Villages in Indonesia*. *Healthcare*, 11(6), 810. DOI: 10.3390/healthcare11060810.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Cegah Stunting Itu Penting: Pesan ABCDE Bebas Stunting*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *1000 HPK kunci cegah stunting*. Kementerian Kesehatan RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/1000-hpk-kunci-cegah-stunting>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Transformasi Layanan Primer*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *1000 HPK kunci cegah stunting*. Kementerian Kesehatan RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/1000-hpk-kunci-cegah-stunting>
- Satu Data Dinas Kesehatan Kabupaten Polewali Mandar. (2025).
- World Health Organization. (2019). *WHO guideline: Recommendations on digital interventions for health system strengthening*. World Health Organization. <https://iris.who.int/items/df396062-86b0-41c4-94c7-6e04e341bce2>