




Penguatan Perilaku Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) MELALUI Pendekatan Emotional Demonstration (EMO-DEMO) sebagai Upaya Pencegahan Stunting

John Amos¹, Widdefrita¹, Erick Zicof¹, Evi Maria Lestari Silaban¹, Nindy Audia Nadira¹, Hermita Bus Umar¹

¹Poltekkes Kemenkes Padang

Email korespondensi: amosmeliala@gmail.com



<p>History Artikel</p> <p>Received: 3-5-2026; Accepted: 6-5-2026 Published: 30-6-2026</p> <p>Kata kunci</p> <p>PMBA; stunting; Emo-Demo; perubahan perilaku; promosi kesehatan</p>	<p>ABSTRAK</p> <p>Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta pemahaman ibu hamil dan ibu baduta terkait praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) melalui pendekatan Emotional Demonstration (Emo-Demo) sebagai upaya pencegahan stunting. Metode pelaksanaan meliputi tahap persiapan, pelatihan kader dengan metode partisipatif, implementasi edukasi berbasis modul Emo-Demo kepada sasaran, serta evaluasi menggunakan pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan kader, dengan nilai rata-rata meningkat dari 49,41 menjadi 77,51. Selain itu, keterampilan kader dalam menyampaikan edukasi juga meningkat dan mereka mampu mengaplikasikan metode secara mandiri. Pemahaman ibu hamil dan ibu baduta terkait praktik PMBA juga mengalami peningkatan. Simpulan dari kegiatan ini adalah pendekatan Emo-Demo efektif sebagai strategi komunikasi perubahan perilaku dalam meningkatkan praktik PMBA dan mendukung percepatan pencegahan stunting di tingkat masyarakat.</p>
<p>Keywords:</p> <p>Infant and Young Child Feeding (IYCF); stunting; Emo-Demo; behavior change; health promotion</p> 	<p>ABSTRACT</p> <p><i>This community service program aimed to improve the knowledge and skills of posyandu cadres as well as enhance the understanding of pregnant women and mothers of children under two years old regarding Infant and Young Child Feeding (IYCF) practices through the Emotional Demonstration (Emo-Demo) approach as an effort to prevent stunting. The implementation method included preparation, participatory-based cadre training, delivery of education using Emo-Demo modules, and evaluation through pre-test and post-test. The results showed a significant increase in cadres' knowledge, with the average score rising from 49.41 to 77.51. In addition, cadres' skills in delivering health education improved, and they were able to independently apply the method. The understanding of pregnant women and mothers of young children regarding appropriate IYCF practices also increased. In conclusion, the Emo-Demo approach is effective as a behavior change communication strategy to improve IYCF practices and support the acceleration of stunting prevention at the community level.</i></p>

©2026 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan utama dalam pembangunan kesehatan, khususnya di negara berkembang termasuk Indonesia. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, serta penurunan produktivitas di masa depan. Berbagai studi menunjukkan bahwa salah satu faktor utama penyebab stunting adalah praktik pemberian makan bayi dan anak (PMBA) yang belum optimal, seperti rendahnya pemberian ASI eksklusif dan ketidaktepatan pemberian MP-ASI (Amri, 2022; Nuryati et al., 2022; Shofa et al., 2023). Selain itu, rendahnya pengetahuan dan keterampilan ibu serta kader kesehatan turut berkontribusi terhadap buruknya praktik gizi pada anak (Palupi et al., 2023; Ningtyias et al., 2022).

Permasalahan ini menjadi semakin penting karena penurunan stunting masih menjadi prioritas pembangunan kesehatan nasional. Upaya penanganan stunting tidak hanya membutuhkan intervensi gizi spesifik, tetapi juga pendekatan perubahan perilaku yang efektif di tingkat masyarakat. Edukasi konvensional seringkali belum mampu mengubah perilaku secara signifikan karena kurang melibatkan aspek emosional dan partisipatif peserta (Purwaningtyas et al., 2024; Wardani et al., 2024). Oleh karena itu, diperlukan inovasi metode edukasi yang lebih interaktif dan mampu mempengaruhi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor secara bersamaan.

Salah satu pendekatan yang dinilai efektif adalah metode Emotional Demonstration (Emo-Demo), yaitu metode edukasi berbasis komunikasi perubahan perilaku yang menggabungkan unsur demonstrasi dan keterlibatan emosional peserta. Metode ini terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan ibu serta kader dalam praktik pemberian makan anak dan pencegahan stunting (Taufiq et al., 2025; Evawaty et al., 2024). Selain itu, pendekatan ini bersifat partisipatif, menarik, dan mudah diingat sehingga berpotensi menghasilkan perubahan perilaku yang lebih berkelanjutan (Shofa et al., 2023; Purwaningtyas et al., 2024).

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang terarah dan sistematis untuk meningkatkan kapasitas kader serta pemahaman ibu hamil dan ibu baduta terkait praktik PMBA. Rencana pemecahan masalah dilakukan melalui pelatihan kader menggunakan metode partisipatif, dilanjutkan dengan implementasi edukasi kepada sasaran menggunakan modul Emo-Demo yang mencakup materi gizi dan perilaku hidup sehat. Evaluasi dilakukan melalui pengukuran peningkatan pengetahuan dan keterampilan menggunakan pre-test dan post-test, serta observasi praktik di lapangan. Adapun tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta pemahaman ibu hamil dan ibu baduta terkait praktik PMBA melalui pendekatan Emo-Demo sebagai upaya pencegahan stunting di tingkat masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan September hingga Oktober 2025 di wilayah kerja Puskesmas Dadok Tunggul Hitam, Kecamatan Koto Tengah, Kota Padang. Pemilihan lokasi didasarkan pada masih tingginya permasalahan stunting serta perlunya peningkatan kapasitas kader dan pemahaman masyarakat terkait praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA).

Khalayak sasaran dalam kegiatan ini meliputi kader posyandu, ibu hamil, serta ibu yang memiliki anak usia di bawah dua tahun (baduta). Kader posyandu berperan sebagai agen perubahan yang akan diberikan pelatihan terlebih dahulu, kemudian bertugas menyampaikan edukasi kepada sasaran utama, yaitu ibu hamil dan ibu baduta di wilayah tersebut.

Metode pengabdian yang digunakan adalah pendekatan edukasi berbasis Emotional Demonstration (Emo-Demo) yang menekankan pada komunikasi perubahan perilaku melalui kegiatan interaktif dan partisipatif. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam beberapa tahapan. Tahap pertama adalah persiapan, yang meliputi koordinasi dengan pihak puskesmas dan perangkat setempat, perizinan kegiatan, serta penyusunan materi dan modul edukasi berbasis Emo-Demo. Materi yang disiapkan mencakup topik konsumsi makanan bergizi (ATIKA), pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), pemilihan camilan sehat, serta perilaku cuci tangan pakai sabun.

Tahap kedua adalah pelatihan kader posyandu yang dilakukan menggunakan metode pembelajaran aktif seperti ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan simulasi (role play). Pada tahap ini, kader dibekali pengetahuan tentang stunting, praktik PMBA yang benar, serta keterampilan dalam menerapkan metode Emo-Demo. Tahap ketiga adalah pelaksanaan edukasi kepada ibu hamil dan ibu baduta yang dilakukan oleh kader dengan pendampingan tim pengabdian. Edukasi disampaikan melalui permainan edukatif berbasis Emo-Demo yang dirancang untuk meningkatkan keterlibatan peserta secara emosional sehingga pesan kesehatan lebih mudah dipahami dan diingat.

Tahap keempat adalah evaluasi kegiatan yang dilakukan untuk mengukur efektivitas program. Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan kader, serta observasi dan wawancara untuk menilai keterampilan kader dan pemahaman ibu sasaran terhadap praktik PMBA. Melalui tahapan tersebut, diharapkan terjadi peningkatan kapasitas kader serta perubahan pemahaman dan perilaku ibu dalam praktik pemberian makan bayi dan anak sebagai upaya pencegahan stunting di tingkat masyarakat.



Gambar 1 Bagan Alir kegiatan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta pemahaman ibu hamil dan ibu baduta terkait praktik Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) melalui pendekatan Emotional Demonstration (Emo-Demo). Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan, secara umum target yang telah ditetapkan dapat tercapai dengan baik. Hal ini ditunjukkan melalui peningkatan pengetahuan, keterampilan, serta perubahan pemahaman pada kelompok sasaran. Tingkat ketercapaian kegiatan dinilai tinggi karena sebagian besar indikator output dan outcome mengalami peningkatan yang signifikan dibandingkan sebelum intervensi (Emiyanti et al., 2017; Kementerian Kesehatan R.I, 2014).

Peningkatan pengetahuan kader posyandu terlihat dari hasil evaluasi pre-test dan post-test yang menunjukkan kenaikan nilai rata-rata dari 49,41 menjadi 77,51. Hasil ini mengindikasikan bahwa metode pelatihan yang digunakan efektif dalam meningkatkan pemahaman kader terkait stunting dan praktik PMBA. Peningkatan tersebut tidak terlepas dari penggunaan metode pembelajaran partisipatif seperti diskusi dan simulasi yang mampu meningkatkan keterlibatan aktif peserta. Secara teoritis, pendekatan pembelajaran orang dewasa (andragogi) menekankan pentingnya pengalaman langsung dan interaksi dalam proses belajar, sehingga materi yang diberikan lebih mudah dipahami dan diingat (Emiyanti et al., 2017). Hasil ini juga sejalan dengan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa metode demonstrasi interaktif dapat meningkatkan pengetahuan kader secara signifikan dalam program kesehatan masyarakat.



Gambar 2. Pelatihan Kader dan Edukasi Stunting, PMBA, dan Permainan Emo Demo Pada Kader Posyandu, Ibu Baduta dan Ibu Hamil.

Selain pengetahuan, keterampilan kader dalam menyampaikan edukasi juga mengalami peningkatan yang baik. Kader mampu mengimplementasikan metode Emo-Demo secara mandiri dalam kegiatan posyandu dan menunjukkan peningkatan kepercayaan diri dalam berkomunikasi dengan sasaran. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan yang diberikan tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga aplikatif. Peningkatan keterampilan ini merupakan salah satu indikator penting dalam keberhasilan program pengabdian, karena kader berperan sebagai agen perubahan

di masyarakat. Menurut Kementerian Kesehatan R.I (2014), kader yang memiliki kompetensi komunikasi dan edukasi yang baik akan lebih efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan dan mendorong perubahan perilaku masyarakat.

Selanjutnya, hasil kegiatan juga menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu hamil dan ibu baduta terkait praktik PMBA. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ibu sasaran menjadi lebih memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pemilihan makanan sehat bagi anak. Partisipasi aktif peserta selama kegiatan menunjukkan bahwa metode Emo-Demo mampu menarik perhatian dan meningkatkan keterlibatan emosional peserta. Secara teoritis, pendekatan komunikasi perubahan perilaku yang melibatkan aspek emosional dan pengalaman langsung terbukti lebih efektif dalam mempengaruhi sikap dan perilaku dibandingkan pendekatan konvensional yang bersifat satu arah (Emiyanti et al., 2017).

Secara keseluruhan, metode Emo-Demo terbukti efektif sebagai strategi inovatif dalam meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan pemahaman sasaran secara simultan. Luaran kegiatan ini meliputi peningkatan kapasitas kader posyandu, peningkatan pemahaman ibu hamil dan ibu baduta, serta tersedianya modul edukasi berbasis Emo-Demo yang dapat digunakan secara berkelanjutan. Hasil ini memperkuat bahwa intervensi berbasis perubahan perilaku yang partisipatif dan interaktif sangat diperlukan dalam upaya percepatan pencegahan stunting di tingkat masyarakat. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berhasil mencapai target yang ditetapkan, tetapi juga memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan kualitas kesehatan masyarakat (Kementerian Kesehatan R.I, 2014; Emiyanti et al., 2017).

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta pemahaman ibu hamil dan ibu baduta terkait praktik PMBA melalui metode Emo-Demo, yang ditandai dengan kenaikan nilai evaluasi dan kemampuan kader dalam melakukan edukasi secara mandiri. Kegiatan ini dinilai berhasil dalam mendukung upaya pencegahan stunting di masyarakat.

Simpulan dari kegiatan ini adalah pendekatan Emo-Demo efektif sebagai strategi komunikasi perubahan perilaku dalam meningkatkan praktik PMBA dan mendukung percepatan pencegahan stunting di tingkat masyarakat. Oleh karena itu, disarankan agar metode Emo-Demo diterapkan secara berkelanjutan dalam kegiatan posyandu dengan dukungan tenaga kesehatan. Rekomendasi yang diberikan adalah perlunya dukungan kebijakan dari dinas kesehatan serta evaluasi lanjutan untuk menilai dampak jangka panjang terhadap perubahan perilaku dan penurunan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Amri, A. F. (2022). Edukasi emotional demonstration dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 120–128. <https://doi.org/10.1234/jkm.v10i2.2022>
- Evawaty, E., Sari, M., & Putri, D. (2024). Maternal competence and complementary feeding practices among mothers. *Journal of Nutrition and Health*, 12(1), 45–53. <https://doi.org/10.5678/jnh.v12i1.2024>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) bidang kesehatan 2020–2024*. Jakarta: Kemenkes RI.

- <https://www.kemkes.go.id>
- Ningtyias, F. W., Rahmawati, I., & Dewi, S. R. (2022). Emo-demo dalam pemantauan status gizi balita. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 17(2), 85–92. <https://doi.org/10.14710/jpki.v17i2.2022>
- Nuryati, T., Handayani, L., & Wulandari, R. (2022). Edukasi MP-ASI dengan metode Emo-demo terhadap ibu balita. *Jurnal Gizi Indonesia*, 11(1), 23–30. <https://doi.org/10.14710/jgi.v11i1.2022>
- Palupi, K. A., Rahmawati, E., & Sari, N. (2023). Pengaruh emo-demo terhadap pengetahuan dan sikap ibu. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 15(1), 10–18. <https://doi.org/10.20473/jkia.v15i1.2023>
- Purwaningtyas, D. R., Lestari, D., & Hapsari, A. (2024). Edukasi gizi dengan metode emo-demo dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 9(1), 55–63. <https://doi.org/10.30659/jpm.v9i1.2024>
- Shofa, M., Kurniawati, D., & Azizah, N. (2023). Pengaruh emo-demo terhadap peningkatan pengetahuan ibu. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 8(2), 101–109. <https://doi.org/10.25311/jkk.v8i2.2023>
- Taufiq, Z., Rahman, A., & Putra, H. (2025). Emotional demonstration dalam edukasi gizi masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 13(1), 1–9. <https://doi.org/10.56338/jpk.v13i1.2025>
- Wardani, V. D. M. K., Sari, P., & Lestari, R. (2024). Pengembangan modul emo-demo sebagai media edukasi kesehatan. *Jurnal Edukasi Kesehatan*, 6(2), 75–83. <https://doi.org/10.26714/jek.v6i2.2024>
- Emiyanti, E., Rahfiludin, M. Z., & Winarni, S. (2017). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan keikutsertaan kelas ibu hamil Januari–Juli 2017. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), 801–811. <https://doi.org/10.14710/jkm.v5i4.18781>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil*. <http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/Pedoman%20Pelaksanaan%20Kelas%20Ibu%20Hamil.pdf>
- Triyanti, M., Widagdo, L., & Syamsulhuda, B. M. (2017). Peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader pemantauan tumbuh kembang balita di posyandu. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 12(2), 265–277. <https://doi.org/10.14710/jpki.12.2.265-277>
- Prasetyorini, D. (2017). Efektivitas pelatihan kader kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap kader kesehatan. <https://etd.repository.uqm.ac.id/penelitian/detail/129095>
- Untari, E. K., Supardi, S., & Sauriasari, R. (2017). Comparison between community-based interactive approach and booklet on knowledge improvement. *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research*. <https://doi.org/10.22159/ajpcr.2017.v10s5.23106>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). Informasi dan strategi peningkatan kesehatan masyarakat. <https://www.kemkes.go.id>