

Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Stunting di Puskesmas Simpang Tiga Kelurahan Bukit Raya

Fitra Mayenti^{1*}, Agus Salim², Ika Permanasari³, Arya Ramadia⁴, Ripandra Duper⁵, Fiki Cahaya Putra Indra⁶, Marchelino Putra⁷

^{1,3,4,6,7}S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah, Jalan Parit Indah Pekanbaru, Indonesia

^{2,5}Persatuan Perawat Nasional Indonesia, Jalan kerinci Pekanbaru, Indonesia

*Email Korespondensi: fitramayenti19@gmail.com

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that has a significant impact on children's physical growth and cognitive development. One of the main determinants of stunting is the low level of maternal knowledge regarding balanced nutrition, parenting practices, and the early detection of growth disorders. This community service program was designed to improve mothers' knowledge of child nutrition through interactive health education.

The community service activity was conducted on April 29, 2025, involving 20 participants. The program included a pre-test to assess mothers' baseline knowledge, followed by health education on stunting, and concluded with a post-test to evaluate changes in knowledge after the intervention. The results of this community service activity showed an improvement in mothers' knowledge about stunting. The number of mothers with good knowledge increased from 6 participants (30%) before the intervention to 20 participants (100%) after the intervention. These findings indicate that the health education provided was effective in enhancing mothers' understanding of stunting and the importance of ensuring balanced nutrition for children.

Keywords: *health education, knowledge, stunting*

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak signifikan terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Salah satu faktor determinan utama stunting adalah rendahnya pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang, pola asuh, serta deteksi dini gangguan pertumbuhan. Pengabdian Masyarakat ini dirancang untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita melalui edukasi kesehatan yang interaktif. Metode Pelaksanaan IbM dilakukan pada tanggal 29 April 2025, dengan jumlah peserta IbM sebanyak 20 orang meliputi kegiatan pre test untuk mengukur pengetahuan ibu kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan tentang stunting dan setelah kegiatan dilakukan post test. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini didapatkan ada peningkatan pengetahuan pada ibu tentang stunting dari 6 orang (30%) ibu dengan pengetahuan baik meningkat menjadi 20 orang (100%) ibu dengan pengetahuan baik. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai stunting dan pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada anak.

Kata Kunci: *edukasi kesehatan, pengetahuan, stunting*

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius di Indonesia, termasuk di Provinsi Riau. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022, prevalensi stunting di Provinsi Riau mencapai sekitar 17%,

menurun dibandingkan tahun sebelumnya sebesar 22,3%¹. Meskipun demikian, angka tersebut masih menunjukkan adanya masalah gizi kronis yang berpotensi memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa depan^{2,3}.

Secara konseptual, stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang ditandai dengan tinggi badan menurut umur berada di bawah -2 standar deviasi dari standar pertumbuhan anak yang ditetapkan WHO². Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam waktu lama, terutama selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun³. Pemenuhan gizi yang optimal serta pola asuh yang tepat pada periode tersebut terbukti berperan penting dalam mencegah terjadinya stunting pada anak⁴.

Dampak stunting tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan kognitif dan produktivitas jangka panjang. Anak yang mengalami stunting berisiko memiliki kemampuan belajar dan prestasi akademik yang lebih rendah dibandingkan anak dengan pertumbuhan normal³. Selain itu, stunting dapat menurunkan kualitas sumber daya manusia dan produktivitas ekonomi suatu negara². Penelitian terbaru menunjukkan bahwa stunting pada masa kanak-kanak juga berkaitan dengan peningkatan risiko gangguan metabolik dan penyakit tidak menular pada usia dewasa⁵.

Menurut kerangka konseptual malnutrisi, penyebab stunting bersifat multifaktorial yang melibatkan faktor langsung maupun tidak langsung. Faktor langsung meliputi kurangnya asupan gizi dan tingginya kejadian penyakit infeksi, sedangkan faktor tidak langsung mencakup ketahanan pangan keluarga, pola asuh, pendidikan orang tua, akses pelayanan kesehatan, dan sanitasi lingkungan^{3,6}. Faktor sosial, lingkungan, dan perilaku keluarga juga diketahui berkontribusi signifikan terhadap kejadian stunting pada anak⁷. Oleh karena itu, pencegahan stunting memerlukan pendekatan yang komprehensif dan melibatkan berbagai sektor pembangunan.

Di Provinsi Riau, karakteristik wilayah yang heterogen turut memengaruhi variasi angka stunting antar kabupaten/kota. Wilayah perkotaan umumnya memiliki akses layanan kesehatan yang lebih baik dibandingkan wilayah pedesaan. Namun di wilayah perkotaan pun masih terdapat kelompok masyarakat dengan kondisi sosial ekonomi rendah yang rentan terhadap masalah gizi. Faktor pekerjaan orang tua, tingkat pendidikan, serta kepadatan penduduk dapat memengaruhi pola konsumsi makanan dan kualitas pengasuhan anak. Selain itu, perubahan gaya hidup dan pola konsumsi makanan instan yang rendah nilai gizi juga dapat memperburuk status gizi anak balita.

Salah satu faktor determinan yang sangat penting dalam pencegahan stunting adalah pengetahuan ibu. Ibu merupakan pengasuh utama yang memiliki peran sentral dalam menentukan praktik pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), pemilihan bahan makanan, serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin di posyandu atau puskesmas. Tingkat pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dan tanda-tanda gangguan pertumbuhan akan memengaruhi sikap dan perilaku dalam pengasuhan anak. Pengetahuan yang kurang memadai dapat menyebabkan kesalahan dalam praktik pemberian makan, seperti pemberian MP-ASI terlalu dini, komposisi makanan yang tidak seimbang, atau kurangnya variasi sumber protein dan mikronutrien

Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu dengan kejadian stunting pada balita². Ibu dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan yang rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi memiliki anak dengan status gizi kurang atau stunting². Hasil systematic review juga menyimpulkan bahwa pendidikan dan literasi kesehatan ibu merupakan faktor protektif terhadap kejadian stunting. Intervensi edukasi kesehatan yang dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan

terbukti mampu meningkatkan skor pengetahuan ibu serta mengubah perilaku pengasuhan ke arah yang lebih sehat³.

Selain faktor pengetahuan, dukungan keluarga dan lingkungan sosial juga memengaruhi keberhasilan penerapan praktik gizi yang baik. Dalam beberapa kasus, keputusan terkait pemberian makan anak tidak hanya ditentukan oleh ibu, tetapi juga dipengaruhi oleh anggota keluarga lain seperti nenek atau suami. Oleh karena itu, pendekatan edukasi yang melibatkan keluarga secara keseluruhan dapat memberikan dampak yang lebih optimal. Ketersediaan media edukasi yang sederhana, mudah dipahami, dan kontekstual dengan budaya lokal juga sangat penting dalam meningkatkan efektivitas intervensi.

Tingkat pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas dan posyandu, kegiatan penyuluhan gizi dan kelas ibu balita telah dilaksanakan secara rutin. Namun, efektivitas kegiatan tersebut sering kali belum dievaluasi secara sistematis dalam hal peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku. Beberapa kegiatan masih bersifat informatif tanpa adanya pengukuran dampak. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan edukasi yang lebih terstruktur, berbasis kebutuhan masyarakat, serta disertai evaluasi kuantitatif untuk mengukur peningkatan pengetahuan ibu secara objektif.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa stunting di Provinsi Riau masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang dipengaruhi oleh berbagai faktor kompleks, termasuk kondisi sosial ekonomi, sanitasi, akses layanan kesehatan, dan terutama pengetahuan ibu. Pengetahuan ibu merupakan determinan yang dapat dimodifikasi melalui intervensi edukasi yang tepat. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan dan deteksi dini stunting melalui program edukasi terstruktur di tingkat pelayanan kesehatan primer menjadi strategi yang relevan, berbasis bukti, dan berpotensi memberikan dampak signifikan terhadap penurunan risiko stunting di masyarakat.

METODE

PkM dilakukan di Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru dengan jumlah peserta 20 orang. Metode PkM yang dilakukan adalah metode ceramah. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahapan yaitu:

- 1) Pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta mengenai stunting. Pengukuran tingkat pengetahuan peserta dilakukan menggunakan kuesioner pre-test yang disusun berdasarkan materi edukasi pencegahan stunting. Kuesioner terdiri atas 10 pertanyaan pilihan ganda yang mencakup pengertian stunting, penyebab stunting, periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), dampak stunting, pemberian ASI eksklusif, pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI), sumber gizi terutama protein hewani, pemantauan pertumbuhan anak melalui Posyandu, hubungan penyakit infeksi dengan kejadian stunting, serta pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dalam pencegahan stunting.
- 2) Penyuluhan kesehatan mengenai stunting yang meliputi pengertian stunting, faktor penyebab, dampak stunting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta upaya pencegahan stunting melalui pemenuhan gizi seimbang.
- 3) Diskusi dan tanya jawab antara peserta dengan narasumber terkait permasalahan gizi dan pertumbuhan anak yang sering terjadi di masyarakat.
- 4) Post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan materi edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita mengenai stunting setelah diberikan edukasi kesehatan. Hal ini terlihat dari perbandingan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan kepada seluruh peserta.

Tabel 1.1. Peningkatan Pengetahuan Ibu tentang Stunting

Kategori Pengetahuan	Pre Test	Post Test
Baik	6 orang (30 %)	20 orang (100%)
Cukup	8 orang (40%)	0
Kurang	6 orang (30%)	0
Total	20 orang (100%)	20 orang (100%)

Berdasarkan tabel tersebut dapat dilihat bahwa sebelum diberikan penyuluhan, sebagian besar peserta masih memiliki pengetahuan yang berada pada kategori cukup dan kurang mengenai stunting. Namun setelah dilakukan penyuluhan dan edukasi kesehatan, seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan sehingga 100% peserta berada pada kategori pengetahuan baik. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu balita mengenai stunting dan pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada anak. Peningkatan pengetahuan ini sangat penting karena ibu merupakan pihak yang berperan utama dalam pengasuhan anak dan pemenuhan kebutuhan gizi sehari-hari.



Gambar 1.1
Kegiatan Edukasi tentang Stunting pada Ibu Hamil dan Pembagian Sembako

Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan PkM ini juga menunjukkan antusiasme yang tinggi dari peserta. Hal ini terlihat dari keaktifan peserta dalam mengikuti diskusi serta banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait praktik pemberian makanan pada anak, pemberian ASI eksklusif, serta pemantauan pertumbuhan anak melalui kegiatan posyandu. Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang masih menjadi fokus utama dalam pembangunan kesehatan, khususnya di Indonesia. Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka panjang serta dipengaruhi oleh faktor lingkungan, pola asuh, dan pengetahuan ibu.

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi dalam periode 1000 hari pertama kehidupan⁴. Dampak stunting tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif dan kualitas sumber daya manusia di masa depan. Stunting berkaitan erat dengan rendahnya asupan gizi, pola asuh yang tidak optimal, serta kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi anak⁵.

Pengetahuan merupakan faktor dasar yang mempengaruhi terbentuknya perilaku seseorang, termasuk dalam praktik pemberian gizi pada anak. Semakin tinggi pengetahuan ibu, maka semakin baik pula perilaku kesehatan yang diterapkan⁶. Dalam buku pedoman gizi disebutkan bahwa salah satu strategi utama percepatan penurunan stunting adalah peningkatan edukasi kepada ibu dan keluarga mengenai gizi seimbang dan pola asuh anak⁷. Pemenuhan kebutuhan gizi anak sangat dipengaruhi oleh pengetahuan ibu dalam memilih dan mengolah makanan yang bergizi⁸. Edukasi gizi merupakan intervensi penting dalam meningkatkan status gizi masyarakat⁹. Status gizi anak sangat dipengaruhi oleh faktor langsung seperti asupan makanan dan penyakit infeksi, serta faktor tidak langsung seperti pendidikan dan pengetahuan ibu. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu menjadi kunci dalam pencegahan stunting¹⁰.

Hasil pengabdian masyarakat sejalan dengan penelitian yang menemukan bahwa edukasi gizi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu dalam pencegahan stunting¹¹. Penelitian lain menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan ibu dengan kejadian stunting pada balita¹². Penelitian juga menunjukkan bahwa program edukasi berbasis masyarakat mampu meningkatkan pengetahuan dan praktik ibu dalam pencegahan stunting¹³. Selain itu, intervensi penyuluhan di puskesmas terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu terkait gizi seimbang dan pencegahan stunting¹.

Penelitian Kartini (2025) menyatakan bahwa edukasi kesehatan mengenai stunting memiliki efektivitas yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat. Edukasi kesehatan merupakan intervensi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat, terutama pada ibu balita sebagai pengasuh utama anak. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi dan kesehatan anak berhubungan dengan penurunan risiko stunting pada balita².

Berdasarkan hal tersebut di atas terlihat bahwa pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam membentuk perilaku kesehatan, khususnya dalam pencegahan stunting. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga sangat memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan ibu mengenai stunting. Peningkatan pengetahuan tersebut diharapkan dapat berkontribusi terhadap perubahan perilaku dalam praktik pemberian makan dan pengasuhan anak, sehingga dapat membantu upaya pencegahan stunting pada balita di masyarakat.

KESIMPULAN

Pengabdian Masyarakat dengan pemberian edukasi kesehatan memberikan dampak positif yakni meningkatkan pengetahuan ibu tentang stunting dan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat berkontribusi terhadap perubahan perilaku dalam pemenuhan gizi seimbang pada anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak puskesmas Simpang Tiga yang telah mendukung sepenuhnya kegiatan ini dan organisasi Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Almtsier S. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama; 2016.
2. Badan Perencanaan Pembangunan Nasional. *Strategi Nasional Percepatan Penurunan Stunting 2021–2024*. Jakarta: Bappenas; 2021.
3. Freer J, Orr J, Walton R, Storr HL, Dunkel L, Prendergast AJ. Does stunting still matter in high-income countries? *Ann Hum Biol*. 2023;50(1):267–273.
4. Hardinsyah, Supariasa IDN. *Ilmu Gizi: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: EGC; 2017.
5. Has EMM, Krisnana I, Efendi F. Enhancing maternal caregiving capabilities model to prevent childhood stunting: A UNICEF-inspired model. *SAGE Open Nurs*. 2024;10:1–11.
6. Hidayat R, et al. Hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan kejadian stunting pada balita. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2020;23(3):150–158.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.
8. Notoatmodjo S. *Prinsip Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
9. Nurul A, et al. The interlink between chrono-nutrition and stunting: Current insights and future perspectives. *Front Nutr*. 2023;10:1303969.
10. Organization WH. *Nutrition landscape information system (NLiS) country profile indicators: Interpretation guide*. Geneva: World Health Organization; 2019.
11. Putri A, et al. Pengaruh penyuluhan gizi terhadap peningkatan pengetahuan ibu balita tentang stunting. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*. 2021;16(2):89–96.
12. Rahmawati L, et al. Efektivitas edukasi berbasis masyarakat dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 2023;11:67–75.
13. Sari M, et al. Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2022;10(2):123–130.
14. Supariasa IDN. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC; 2016.
15. UNICEF. *UNICEF Nutrition Strategy 2020–2030*. New York: United Nations Children’s Fund; 2021.
16. World Health Organization, UNICEF, World Bank Group. *Levels and Trends in Child Malnutrition: Key Findings of the 2023 Edition*. Geneva: WHO; 2023.
17. Wulandari D, et al. Edukasi gizi dan pengaruhnya terhadap pengetahuan ibu dalam pencegahan stunting. *Jurnal Gizi Indonesia*. 2021;9(1):45–52.