

## Edukasi peran keluarga dalam pencegahan stunting pada balita

*Education on the role of family in stunting prevention in toddlers*

Nordianiwati<sup>1</sup>, Nur Gilang Fitriana<sup>2\*</sup>, Lamria Situmean<sup>3</sup>, Indrawati Aris Tyarini<sup>4</sup>, Ari Setyawati<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Widya Gama Mahakam Samarinda, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Hakli Semarang, Indonesia

<sup>3</sup> Program Studi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jayapura Papua, Indonesia

<sup>4</sup> Program Studi Kebidanan, Universitas Sains Al-Qur'an Jawa Tengah di Wonosobo, Indonesia

\*Corresponden: Nur Gilang Fitriana, Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Hakli Semarang, Indonesia. Email: [gilangzana10@gmail.com](mailto:gilangzana10@gmail.com)

Received: 20 January 2024 ◦ Revised: 20 February ◦ Accepted: 1 Maret 2024

### ABSTRAK

Stunting pada balita merupakan masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian serius, terutama di negara-negara berkembang. Kegiatan Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengkaji peran keluarga dalam pencegahan stunting pada balita, dengan fokus pada aspek edukasi. Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan anak optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui; tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan Tahap Evaluasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi keluarga berkaitan erat dengan pencegahan stunting, melibatkan pemahaman tentang gizi, pola makan sehat, sanitasi, dan praktik kebersihan. Faktor-faktor seperti tingkat pendidikan keluarga, status sosial ekonomi, dan akses terhadap layanan kesehatan mempengaruhi kemampuan keluarga dalam mengimplementasikan praktik-praktik pencegahan stunting. Oleh karena itu, program edukasi yang sesuai dan mudah diakses perlu dikembangkan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga mengenai pentingnya tumbuh kembang anak. Kegiatan ini memberikan rekomendasi bagi pemerintah, lembaga kesehatan, dan praktisi kesehatan untuk mengintegrasikan pendekatan edukatif dalam program pencegahan stunting. Diperlukan upaya kolaboratif antara berbagai pihak untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan anak secara optimal dan mengurangi angka stunting pada tingkat populasi.

### ABSTRACT

Stunting in toddlers is a global health problem that requires serious attention, especially in developing countries. This community service activity aims to examine the role of families in stunting prevention in toddlers, focusing on educational aspects. The family has a significant role in ensuring optimal growth and development of children. This community service activity is carried out through the planning, implementation, and evaluation stages. The results showed that family education is closely related to stunting prevention, involving understanding nutrition, healthy eating, sanitation, and hygiene practices. Factors such as a family's education level, socioeconomic status, and access to health services affect a family's ability to implement stunting prevention practices. Therefore, appropriate, and easily accessible educational programs need to be developed to increase family knowledge and awareness about the importance of child growth and development. This activity recommends that the government, health institutions, and health practitioners integrate educational approaches in stunting prevention programs. Collaborative efforts between various parties are needed to create an environment that supports optimal child growth and reduces stunting at the population level.

**Keywords:** family roles; nutrition; stunting.

## PENDAHULUAN

Stunting pada balita menjadi tantangan serius dalam upaya meningkatkan kesejahteraan anak-anak di berbagai negara, terutama di wilayah yang masih berkembang. Stunting, yang merujuk pada pertumbuhan fisik yang tidak mencapai potensi optimal, dapat memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan dan perkembangan anak (Banul et al., [2022](#)). Oleh karena itu, peran keluarga dalam pencegahan stunting menjadi krusial dalam konteks pembangunan manusia yang berkelanjutan. Keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat memiliki pengaruh signifikan terhadap kondisi kesehatan dan nutrisi anak-anak, termasuk mencegah stunting (Marsia\_marsia et al., [2022](#)). Edukasi peran keluarga menjadi kunci penting dalam upaya mengubah perilaku dan meningkatkan pemahaman keluarga terhadap faktor-faktor yang dapat memengaruhi pertumbuhan anak. Pentingnya peran keluarga dalam pencegahan stunting tidak hanya mencakup aspek nutrisi, tetapi juga melibatkan pemahaman akan sanitasi, kebersihan, dan praktik hidup sehat. Pendidikan keluarga bukan hanya tentang memberikan informasi, tetapi juga membentuk perilaku positif yang berkelanjutan (Nita et al., [2023](#)).

Keluarga memiliki peran yang sangat signifikan dalam mencegah stunting pada balita. Kondisi kesehatan dan pola asuh yang diterapkan oleh keluarga dapat berpengaruh besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan optimal anak (Nurwahyuni et al., [2023](#)). Oleh karena itu, peran keluarga dalam konteks pencegahan stunting tidak bisa diabaikan. Pentingnya edukasi bagi keluarga menjadi kunci dalam upaya pencegahan stunting. Edukasi yang efektif dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada keluarga mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan anak, termasuk aspek-aspek gizi, pola makan sehat, sanitasi, dan praktik kebersihan (Herlianty et al., [2023](#)). Melalui pendekatan edukatif, diharapkan keluarga dapat meningkatkan kesadaran mereka terhadap pentingnya memberikan perhatian khusus terhadap gizi anak sejak dini dan mengimplementasikan praktik-praktik sehat dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini tidak hanya melibatkan penyampaian informasi, tetapi juga pembentukan sikap dan perilaku yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Perbaikan atau peningkatan gizi dapat dilakukan dengan memenuhi kebutuhan gizi pada anak dengan mengatur pola makan anak. Asupan gizi seimbang dari makanan memegang peranan penting dalam proses tumbuh kembang anak. Pengenalan dan pemberian MP-ASI harus dilakukan secara bertahap baik dari segi tekstur maupun jumlah dan harus disesuaikan dengan kemampuan pencernaan bayi (Setiawati et al., [2023](#)).

Pemberian MP-ASI yang tepat diharapkan tidak hanya dapat memenuhi kebutuhan nutrisi bayi, namun juga merangsang keterampilan makan dan pengenalan rasa pada bayi. Penerapan pola makan dengan gizi seimbang sangat penting untuk mencegah terjadinya masalah gizi, dalam hal ini adalah masalah stunting (Rasi Rahagia et al., [2023](#)). Kegiatan Posyandu yang dilaksanakan oleh masyarakat dan dibina oleh tenaga kesehatan di sekitar puskesmas menjadi salah satu upaya mendeteksi adanya stunting dan juga pencegahannya. Kegiatan Posyandu juga bertujuan untuk mengurangi angka kematian bayi dan balita (Sulistiani et al., [2023](#)). Kegiatan Posyandu biasanya dilakukan secara rutin setiap satu bulan sekali. Pada saat Posyandu, maka dilaksanakan penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, pengukuran lingkar kepala dan pemantauan imunisasi anak. Pencegahan stunting melalui Posyandu dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada ibu balita terkait stunting dan pencegahannya, mengingatkan ibu balita untuk memberikan ASI eksklusif, memberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita (Asmi, [2022](#)).

Meskipun kesadaran akan pentingnya pencegahan stunting semakin meningkat, masih terdapat sejumlah permasalahan yang menjadi hambatan dalam upaya mencapai pertumbuhan dan

perkembangan optimal pada balita. Beberapa permasalahan yang menjadi fokus meliputi: Kurangnya pengetahuan keluarga banyak keluarga, terutama di daerah-daerah dengan akses terbatas terhadap pendidikan, memiliki pengetahuan yang terbatas tentang gizi, pola makan sehat, dan praktik kebersihan yang dapat berdampak pada pertumbuhan anak. Kondisi Ekonomi yang Mempengaruhi Akses Terhadap Gizi; Tingkat sosial ekonomi yang rendah dapat menghambat akses keluarga terhadap makanan bergizi dan layanan kesehatan, yang merupakan faktor kritis dalam pencegahan stunting. Kurangnya Implementasi Praktik Gizi Sehat: Meskipun keluarga mungkin memiliki pengetahuan, implementasi praktik-praktik gizi sehat dalam kehidupan sehari-hari seringkali kurang konsisten. Ini bisa disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kebiasaan tradisional dan keterbatasan sumber daya.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menyelidiki secara mendalam peran keluarga dalam pencegahan stunting pada balita, dengan fokus khusus pada upaya edukatif. Analisis terhadap faktor-faktor seperti tingkat pendidikan keluarga, status sosial ekonomi, dan akses terhadap layanan kesehatan akan menjadi pokok bahasan untuk memahami kendala dan peluang dalam implementasi praktik pencegahan stunting. Melalui pemahaman yang lebih baik terhadap peran keluarga dan upaya edukatif yang efektif, diharapkan dapat dikembangkan strategi yang lebih holistik dan berkelanjutan dalam menanggulangi stunting pada balita. Penelitian ini tidak hanya menjadi kontribusi ilmiah, tetapi juga diharapkan dapat memberikan panduan bagi kebijakan kesehatan dan program intervensi yang lebih efektif dalam mewujudkan generasi yang sehat dan tangguh di masa depan.

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan responden pada kegiatan ini adalah ibu balita yang memiliki balita. Kegiatan yang dilaksanakan yaitu melakukan penyuluhan terkait pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita. Tahapan pelaksanaan penyuluhan yaitu terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi.

### **Tahap Perencanaan**

Pada tahap perencanaan, tim melakukan koordinasi dengan pihak puskesmas dan Posyandu, melakukan pengurusan surat izin yang diperlukan, membahas prosedur kegiatan lokasi kegiatan juga sarana prasarana yang diperlukan. Selain itu, tim juga mempersiapkan kuesioner pre-test dan post-test, MMT dan leaflet yang akan dipergunakan saat penyuluhan.

### **Tahap Pelaksanaan**

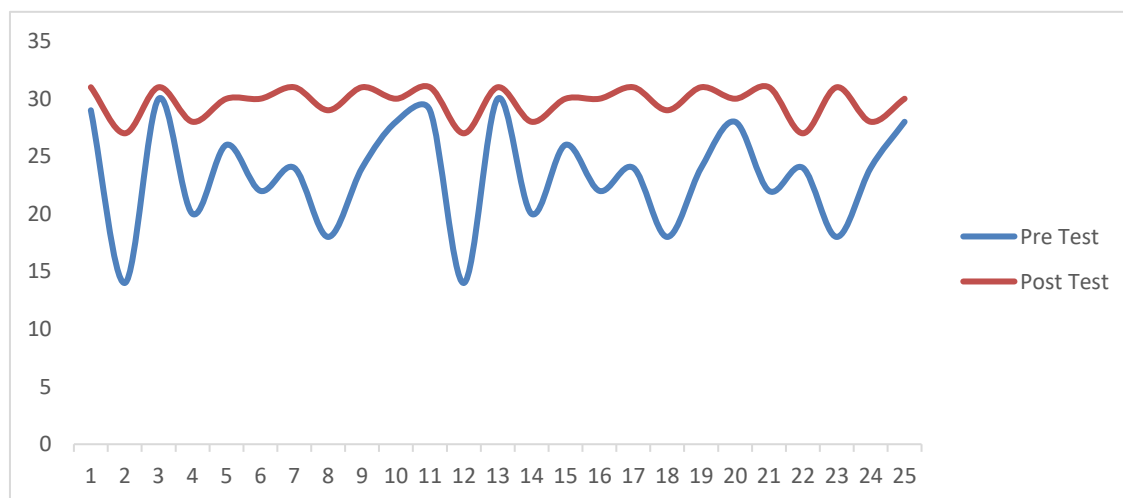
Pada tahap pelaksanaan, tim bersama Posyandu melakukan kegiatan Posyandu yang selanjutnya, ibu balita yang memiliki balita diberikan penyuluhan terkait pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita. Sebelum pemaparan materi, peserta terlebih dahulu diberikan pre-test untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal terkait pencegahan stunting melalui pemberian MP-ASI dengan gizi seimbang pada balita. Selanjutnya dilakukan penyuluhan dengan menayangkan presentasi, juga leaflet. Metode penyuluhan dilakukan melalui diskusi dan sharing session secara interaktif dan partisipatif. Setelah penyuluhan dan sharing session selesai, peserta diberikan posttest untuk mengetahui perubahan pengetahuan terkait pencegahan stunting melalui edukasi ibu dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita.

### **Tahap Evaluasi**

Pada tahap evaluasi, tim melakukan koordinasi dengan pihak puskesmas dan Posyandu untuk menilai proses kegiatan dan juga hasil dari kegiatan penyuluhan tersebut.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Perbandingan nilai pre-test & post-test



**Gambar 1 Diagram Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Responden**

Grafik di atas menunjukkan bahwa pengetahuan keluarga balita terhadap stunting dan penyebabnya sudah cukup baik. Juga pengetahuan ibu balita terhadap pemberian MP-ASI dengan gizi seimbang dan perhatian ibu kepada perkembangan dan gizi anak juga cukup baik. Hal ini ditunjukkan bahwa setiap item pertanyaan yang diberikan melalui questioner pre-test, responden telah menjawab dengan rerata benar antara 60%-100%. Setelah dilakukan penyuluhan dan dievaluasi melalui pemberian post-test, dapat dilihat bahwa pengetahuan ibu balita meningkat antara 90%-100%. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sudah terlaksana dengan baik. Hal ini ditunjukkan oleh besarnya dukungan dan partisipasi aktif pihak puskesmas, kader Posyandu dan peserta pada kegiatan ini. Kegiatan bisa berjalan tepat waktu, kehadiran peserta juga sesuai target, yaitu 30 ibu balita dan sarana prasarana juga tidak ada kendala. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga tercapai, yaitu meningkatnya pengetahuan ibu balita terkait pencegahan stunting melalui pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dengan gizi seimbang pada balita (Utami et al., 2023). Pentingnya edukasi bagi keluarga menjadi kunci utama dalam upaya pencegahan stunting. Edukasi tidak hanya berperan sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga sebagai instrumen untuk membentuk sikap, pengetahuan, dan perilaku yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak (Suprpto, 2022).

Dengan merangkul pendekatan edukatif yang holistik, pencegahan stunting dapat menjadi lebih efektif dan berkelanjutan. Dengan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman keluarga, upaya pencegahan stunting dapat menyebar secara lebih luas dalam masyarakat (Wulandari & Kusumastuti, 2020). Edukasi memberdayakan keluarga untuk menjadi agen perubahan dalam komunitas mereka sendiri. Dengan pengetahuan yang diperoleh, keluarga dapat berbagi informasi dengan tetangga dan anggota komunitas lainnya, menciptakan efek domino yang positif dalam masyarakat (Suprpto et al., 2022). Peningkatan kesadaran dan partisipasi edukasi meningkatkan kesadaran keluarga terhadap pentingnya peran mereka dalam pencegahan stunting. Kesadaran ini dapat mendorong partisipasi aktif dalam kegiatan-kegiatan pencegahan, seperti pemeriksaan kesehatan rutin anak, mengikuti program gizi, dan melibatkan diri dalam kampanye-kampanye kesehatan (Hanisa Yuliam & Mariyani, 2023). Pemahaman tentang gizi dan kebutuhan nutrisi

edukasi memberikan keluarga pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya gizi dan kebutuhan nutrisi untuk pertumbuhan optimal anak (Kartikawati et al., [2023](#)). Dengan mengetahui makanan yang kaya nutrisi dan memahami dampaknya pada perkembangan fisik dan kognitif, keluarga dapat membuat keputusan yang lebih baik terkait pola makan anak (Dali et al., [2023](#)). Pemahaman yang mendalam edukasi memberikan keluarga pemahaman yang mendalam mengenai stunting, termasuk penyebabnya, dampaknya, dan langkah-langkah pencegahannya. Pemahaman ini merupakan dasar yang penting untuk mengadopsi praktik-praktik sehat dalam kehidupan sehari-hari. Perubahan perilaku edukasi tidak hanya menyediakan informasi, tetapi juga bertujuan untuk mengubah perilaku. Dengan pemahaman yang kuat, keluarga dapat lebih mungkin untuk mengadopsi perubahan-perubahan dalam pola makan, sanitasi, dan kebersihan yang mendukung pertumbuhan optimal anak.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Peran keluarga dalam pencegahan stunting pada balita adalah sangat penting, dan edukasi memegang peranan kunci dalam upaya tersebut. Pemahaman keluarga tentang stunting, penyebabnya, dan langkahpencegahannya memainkan peran utama dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak-anak. Edukasi tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membentuk sikap dan perilaku yang mendukung pencegahan stunting. Hal ini mencakup perubahan dalam pola makan, praktik sanitasi, dan kebersihan lingkungan. Pemberdayaan keluarga melalui edukasi memungkinkan mereka untuk mengambil peran aktif dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan anak-anak mereka. Meskipun pengetahuan keluarga terhadap stunting mungkin sudah cukup baik, penting untuk memastikan bahwa pengetahuan tersebut diaplikasikan secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Evaluasi terus-menerus terhadap implementasi praktik-praktik pencegahan stunting perlu dilakukan untuk memastikan dampak yang berkelanjutan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Asmi, A. S. (2022). Urgensi MP-ASI Pada Ibu Balita Sebagai Upaya Peningkatan Status Gizi Balita. *Abdimas Polsaka*, 61–66. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i2.19>
- Banul, M. S., Manggul, M. S., Halu, S. A. N., Dewi, C. F., & Mbohong, C. C. Y. (2022). Pemberdayaan Keluarga dalam Pencegahan Stunting di Desa Rai Kabupaten Manggarai, Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(8), 2497–2506. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i8.6525>
- Dali, D., Bau, A. S., Samsuddin, S., & Mashar, H. M. (2023). Peningkatan Partisipasi Orangtua Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Bokori Kecamatan Soropia. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 194–197. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i1.207>
- Hanisa Yuliam, T., & Mariyani, M. (2023). Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Pencegahan Stunting 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 4(2), 190–198. <https://doi.org/10.36590/kepo.v4i2.684>
- Herlianty, H., Setyawati, A., Lontaan, A., Limbong, T., Tyarini, I. A., & Putri, S. Z. (2023). Determinants Influence the Incidence of Stunting in Toddlers Aged 6-59 Months. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 73–79. <https://doi.org/10.61099/junedik.v1i2.18>
- Kartikawati, S. L., Dinata, D. I., Nurakilah, H., Fatmawati, F., Suherdin, S., & Lutfi, B. (2023). The Edukasi Pendampingan Pola Asuh Keluarga Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada

- Balita. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(2), 328–337. <https://doi.org/10.30653/jppm.v8i2.349>
- Marsia\_marsia, Juniartati, E., & Sulistyawati, D. (2022). Efektivitas Modul Edukasi Suami Siaga (Ess) terhadap Pencegahan Stunting. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 760–771. <https://doi.org/10.33096/woh.v5i04.180>
- Nita, F. A., Ernawati, E., Sari, F., Kristiarini, J. J., & Purnamasari, I. (2023). The influence of parenting on the incidence of stunting in toddlers aged 1-3 year. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 399–405. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.1107>
- Nurwahyuni, N., Nurlinda, A., Asrina, A., & Yusriani, Y. (2023). Socioeconomic Level of Mrs. Baduta Stunting. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 12(2), 331–338. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v12i2.1080>
- Rasi Rahagia, Nour Sriyanah, Indrawati Aris Tyarini, Anita Lontaan, & Muh Yunus. (2023). Upaya Pencegahan Stunting Berbasis Edukasi dan Sosialisasi. *Abdimas Polsaka*, 76–81. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v2i1.38>
- Setiawati, A., Arda, D., Nordianiwati, N., Aris Tyarini, I., & Indryani, I. (2023). Factors associated with nutritional status in children under five. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(3), 99–106. <https://doi.org/10.61099/junedik.v1i3.24>
- Sulistiani, W., Mustami'ah, D., & Mahastuti, D. (2023). Edukasi Pengetahuan Ibu Tentang Optimalisasi Perkembangan Dan Pencegahan Stunting Pada Ibu Dengan Anak Balita Di Kelurahan Tambak Wedi Surabaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Pesisir*, 14–19. <https://doi.org/10.30649/jpmp.v2i1.91>
- Suprpto, S. (2022). Pengaruh Edukasi Media Kartun Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu dan Status Gizi Anak. *Journal of Health (JoH)*, 9(2), 81–87. <https://doi.org/10.30590/joh.v9n2.500>
- Suprpto, S., Mulat, T. C., & Hartaty, H. (2022). Edukasi Gizi Seimbang Menggunakan Media Video terhadap Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 3(1), 96–102. <https://doi.org/10.36590/kepo.v3i1.303>
- Utami, R. A., Ernawati, & Saragih, D. B. (2023). Efektifitas Video Edukasi Pembuatan Mpasi 4 Bintang Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Orang Tua Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 6(2), 008–018. <https://doi.org/10.36984/jkm.v6i2.405>
- Wulandari, H. W., & Kusumastuti, I. (2020). Pengaruh Peran Bidan, Peran Kader, Dukungan Keluarga dan Motivasi Ibu terhadap Perilaku Ibu dalam Pencegahan Stunting pada Balitanya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(02), 73–80. <https://doi.org/10.33221/jikes.v19i02.548>

**How to cite this article.** Nordianiwati, N. ., Gilang Fitriana, N., Situmean, L. ., Aris Tyarini, I. ., & Setyawati, A. . (2024). Education on the role of family in stunting prevention in toddlers. *Abdimas Polsaka*, 3(1), 14–19. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v3i1.62>