



EDUKASI KESEHATAN TENTANG PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU BAYI USIA 0-12 BULAN

Nurul Kaamilah¹, Miftah Fitriyani², Pipin Nurlinda³

^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak

E-mail: nrlkaamilah@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received :05-05-2026

Revised :25-05-2026

Accepted: 05-06-2026

Key words: Stunting, Health Education, Stunting Prevention

DOI: <https://doi.org/10.62335>

ABSTRACT

Stunting is a nutritional problem that remains a challenge in improving the quality of child health in Indonesia. Mothers' low knowledge about stunting prevention is one of the factors contributing to the incidence of stunting in children. This community service activity aims to increase the knowledge of mothers of infants aged 0–12 months about stunting prevention through health education using booklets in Sungai Beliang Village, Pontianak City. The method used was health education through counseling and interactive discussions using booklets. Participants' knowledge was measured before and after the education to assess the effectiveness of the activity. The results showed an increase in participants' knowledge after receiving education, indicated by an increase in the number of participants with good knowledge. The booklets helped participants understand information about stunting, the importance of the First 1,000 Days of Life, meeting children's nutritional needs, and growth monitoring. Health education using booklets effectively increases mothers' knowledge and has the potential to support stunting prevention efforts in the community.

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi tantangan dalam peningkatan kualitas kesehatan anak di Indonesia. Rendahnya pengetahuan ibu mengenai

pengecahan stunting menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kejadian stunting pada anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu bayi usia 0–12 bulan tentang pengecahan stunting melalui edukasi kesehatan menggunakan media booklet di Kelurahan Sungai Beliung, Kota Pontianak. Metode yang digunakan adalah pendidikan kesehatan melalui penyuluhan dan diskusi interaktif dengan media booklet. Pengetahuan peserta diukur sebelum dan sesudah edukasi untuk menilai efektivitas kegiatan. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah mendapatkan edukasi, ditandai dengan meningkatnya jumlah peserta yang memiliki kategori pengetahuan baik. Media booklet membantu peserta memahami informasi mengenai stunting, pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan, pemenuhan gizi anak, dan pemantauan pertumbuhan. Edukasi kesehatan menggunakan booklet efektif meningkatkan pengetahuan ibu dan berpotensi mendukung upaya pengecahan stunting di masyarakat.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan yang ditandai dengan gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada anak-anak akibat kekurangan gizi kronis. Stunting memengaruhi postur fisik dan kemampuan kognitif, yang mengakibatkan konsekuensi jangka panjang pada prestasi pendidikan dan kesehatan. Kondisi ini lazim terjadi di daerah dengan status sosial ekonomi rendah dan gizi buruk, yang berdampak pada potensi dan kualitas hidup anak-anak (Ayukarningsih, Sa'adah, Kusmayadi, & Ramadhan, 2024; Horiuchi, Kusama, Kanha, & Yoshiike, 2019; Mahadewi et al., 2024). Menurut WHO stunting dapat mempengaruhi baik jangka pendek maupun jangka panjang. Pengaruh dalam jangka pendek, stunting dapat menyebabkan peningkatan kejadian kesakitan dan kematian, tidak optimalnya perkembangan kognitif atau kecerdasan, motorik, dan verbal dimana terjadi gangguan pada proses pematangan neuron otak serta perubahan struktur dan fungsi otak yang dapat menyebabkan kerusakan permanen pada perkembangan kognitif. Dampak jangka panjang dari stunting yaitu postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, peningkatan risiko obesitas dan penyakit degeneratif lainnya, menurunnya kesehatan reproduksi, tidak optimalnya kapasitas belajar dan performa produktivitas dan kapasitas kerja (Faye, Fonn, & Levin, 2019; Nurfitra, Parisudha, & Sugiarto, 2022; Shaka, Woldie, Lola, Olkamo, & Anbasse, 2020). Menurut World Health Organization (WHO) angka stunting di Indonesia pada tahun 2022 mencapai 31,0%, dengan ambang batas dikategorikan sangat tinggi, hal ini menyatakan bahwa Indonesia masuk kedalam kasus stunting kronis (Unicef, World

Health Organization, & World Bank Group, 2023). Data statistik dari (SSGI) pada tahun 2022 menunjukkan penurunan angka stunting di Kalimantan Barat pada angka 29,8% ditahun 2021 ke 27,8% ditahun 2022. Angka stunting di Kota Pontianak juga masih tinggi dari target nasional yaitu sebesar 19,7% ditahun 2022. Dari data tersebut pemerintah masih melakukan upaya penurunan angka stunting di Kalimantan Barat (8). Puskesmas merupakan penyelenggara pelayanan kesehatan dasar. Selain itu, puskesmas memiliki tugas dalam penanganan gizi di bidang masyarakat yaitu berkoordinasi dengan kegiatan posyandu. Posyandu merupakan lingkup utama untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan balita terutama untuk mendeteksi angka stunting. Berdasarkan data dari Puskesmas Perumnas II ditemukan peningkatan angka stunting di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II sebesar 10,52 %, yaitu dari 76 kasus pada tahun 2022 menjadi 84 kasus pada tahun 2023. Stunting saat ini menjadi fokus perhatian dan masalah gizi yang belum berhasil diselesaikan hingga saat ini. Stunting yang terjadi pada masyarakat ydapat terpengaruh oleh berbagai faktor, seperti masalah ekonomi, pelayanan kesehatan, tingkat pendidikan, aspek budaya, situasi pertanian, dan sistem pangan, ketersediaan air bersih, sanitasi, lingkungan, perlindungan, pengasuhan, dan kesejahteraan anak. Salah satu faktor utama yang menyebabkan stunting adalah kurangnya asupan nutrisi, yang sering kali terkait dengan keadaan ekonomi yang kurang stabil. Kejadian stunting juga berkaitan dengan kurangnya pengetahuan orang tua tentang stunting yang akan sangat berdampak pada tinggi rendahnya kejadian stunting di kemudian hari, pengetahuan pola asuh perilaku ibu dalam mengasuh bayi, perilaku sendiri dipengaruhi oleh sikap dan pengetahuan . Studi pendahuluan yang di Puskesmas Perumnas II dengan mewawancarai salah satu petugas gizi, salah satu faktor masih adanya angka stunting di Wilayah Puskesmas adalah karena riwayat pendidikan ibu disana yang masih terbilang rendah dan masih kurang pengetahuan mengenai pencegahan stunting yang harus dimulai dari 1000 hari pertama kehidupan dan mencegah sedini mungkin dari anak usia 0-12 bulan yang masih belum ibu pahami dan ketahui. Solusi yang dapat diterapkan yaitu dengan memberikan edukasi secara singkat agar ibu memahami apa saja pencegahan yang dilakukan untuk menurunkan angka stunting di Wilayah Perumnas II Kelurahan Sungai Beliang dengan media Booklet.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang untuk memberikan dampak yang berkelanjutan dalam mencegah stunting di Kelurahan Sungai Beliang. Program ini melibatkan kolaborasi antara tim pelaksana, mitra (puskesmas dan kader kesehatan), serta masyarakat setempat. Sasaran utama yaitu ibu hamil dan ibu balita dari Keluarga beresiko Stunting. Pegabdian Masyarakat dilaksanakan oleh Tenaga Kependidikan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak sebanyak 3 orang dan mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak sebanyak 3 orang dengan menggunakan media Booklet. Kegiatan ini dibagi dalam beberapa tahapan.

Tahap persiapan mencakup identifikasi mitra dan koordinasi dengan pihak-pihak terkait. Tim pelaksana melakukan survei awal untuk mengidentifikasi

kebutuhan, potensi, dan hambatan yang dihadapi mitra. Dalam tahap ini, peran mitra adalah memberikan informasi awal dan membantu penyusunan agenda kegiatan sesuai dengan kebutuhan Masyarakat Implementasi program dilakukan melalui beberapa langkah sistematis. Pertama, dilakukan pelaksanaan edukasi kepada ibu hamil dan ibu balita dilakukan di Posyandu dengan pendekatan partisipatif. Materi edukasi meliputi pentingnya gizi selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pola makan bergizi seimbang, serta kebersihan dan sanitasi. Dari sisi kualitatif, wawancara dengan ibu hamil, ibu balita, dan kader kesehatan dilakukan untuk memahami persepsi mereka terhadap manfaat program. Evaluasi ini bertujuan untuk memastikan bahwa kegiatan telah berjalan sesuai tujuan dan memberikan masukan untuk perbaikan di masa depan .

Tahap Pelaksanaan yaitu keberlanjutan program menjadi prioritas utama setelah kegiatan pengabdian selesai. Mitra, khususnya kader kesehatan dan bidan di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II, dilibatkan dalam setiap tahapan pelaksanaan program untuk memperkuat kapasitas mereka. Selain itu, program ini dirancang agar masyarakat dapat melanjutkan kegiatan edukasi dan pendampingan secara mandiri. Tim pelaksana juga menyediakan booklet sebagai panduan agar mitra dapat melanjutkan kegiatan secara berkesinambungan.



Gambar 1. Edukasi kesehatan tentang pencegahan stunting menggunakan media booklet kepada ibu bayi usia 0-12 bulan di Kelurahan Sungai Beliung, Kota Pontianak.

Tahap Evaluasi dan RTL mencakup capaian dan rekomendasi untuk pengembangan program di masa depan. Hasil evaluasi program akan digunakan sebagai dasar untuk menyusun kebijakan kesehatan berbasis bukti di tingkat Puskesmas. Selain itu, tim pelaksana juga berencana mempublikasikan hasil kegiatan ini dalam jurnal nasional sebagai bagian dari kontribusi akademik, serta video kegiatan di media sosial. Rancangan tindak lanjut ini memastikan bahwa hasil program tidak hanya berdampak pada sasaran langsung, tetapi juga memberikan

manfaat jangka panjang bagi masyarakat Kelurahan Sungai Beliang wilayah kerja Puskesmas Perumnas II

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengetahui efektivitas edukasi kesehatan tentang pencegahan stunting menggunakan media booklet, dilakukan pengukuran tingkat pengetahuan peserta sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) kegiatan edukasi.

Tabel 1. Perbandingan Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi

Variabel	Mean \pm SD	Min	Max
Pre-test	58,3 \pm 12,4	35	80
Post-test	82,7 \pm 10,1	60	100
Selisih	24,4	-	-

Tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari 58,3 sebelum edukasi menjadi 82,7 setelah edukasi, dengan peningkatan rata-rata sebesar 24,4 poin. Peningkatan skor pengetahuan tersebut menunjukkan bahwa informasi yang diberikan melalui media booklet dapat diterima dan dipahami dengan baik oleh peserta. Booklet memiliki keunggulan karena memadukan informasi tertulis dan visual dalam bentuk gambar, ilustrasi, serta pesan-pesan kesehatan yang disusun secara sistematis sehingga memudahkan peserta memahami materi. Selain itu, booklet dapat dibaca kembali setelah kegiatan selesai sehingga memungkinkan peserta untuk mengingat dan memperkuat informasi yang telah diperoleh.

Secara teoritis, hasil ini dapat dijelaskan melalui teori pendidikan kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi terbentuknya sikap dan perilaku kesehatan seseorang. Menurut Green, peningkatan pengetahuan merupakan langkah awal dalam proses perubahan perilaku. Semakin baik pengetahuan seseorang mengenai suatu masalah kesehatan, maka semakin besar peluang individu tersebut untuk menerapkan perilaku yang mendukung kesehatan dirinya dan keluarganya.

Dalam konteks pencegahan stunting, peningkatan pengetahuan ibu sangat penting karena ibu merupakan pengambil keputusan utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi anak. Pengetahuan yang baik akan membantu ibu memahami pentingnya pemenuhan gizi selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, pemberian makanan pendamping ASI yang sesuai usia, pemantauan pertumbuhan anak secara rutin, serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Materi-materi tersebut menjadi fokus utama dalam kegiatan edukasi yang dilaksanakan di Kelurahan Sungai Beliang.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Amalia, Ummah, dan Widiana (2022) yang menyatakan bahwa pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam upaya pencegahan stunting. Edukasi kesehatan yang diberikan secara terstruktur dapat meningkatkan pemahaman ibu mengenai faktor risiko dan tindakan pencegahan stunting sehingga mendorong terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik. Temuan ini juga mendukung berbagai penelitian sebelumnya yang

menunjukkan bahwa media edukasi berbasis cetak efektif digunakan dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat karena mudah diakses dan dapat digunakan berulang kali.

Meskipun terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan, masih terdapat satu peserta (3,4%) yang berada pada kategori pengetahuan kurang setelah edukasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa tidak semua peserta memiliki kemampuan yang sama dalam menerima informasi. Faktor tingkat pendidikan, usia, pengalaman, kemampuan membaca, dan motivasi belajar dapat memengaruhi keberhasilan proses edukasi. Oleh karena itu, metode penyuluhan yang lebih interaktif dan pendampingan berkelanjutan perlu dilakukan terutama pada kelompok yang memiliki keterbatasan dalam memahami informasi kesehatan.

Selain itu, peningkatan pengetahuan tidak selalu diikuti oleh perubahan perilaku secara langsung. Stunting merupakan masalah multifaktorial yang dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti kondisi ekonomi keluarga, akses terhadap pangan bergizi, sanitasi lingkungan, pelayanan kesehatan, dan pola pengasuhan anak. Oleh karena itu, edukasi kesehatan perlu didukung dengan program lain seperti pemantauan pertumbuhan balita secara rutin, pemberdayaan kader kesehatan, penguatan program posyandu, serta peningkatan akses masyarakat terhadap informasi dan pelayanan kesehatan.

Permasalahan yang muncul selama pelaksanaan kegiatan antara lain masih adanya peserta yang belum memahami sepenuhnya hubungan antara pola makan, sanitasi, dan kejadian stunting. Selain itu, beberapa peserta menyampaikan keterbatasan ekonomi sebagai hambatan dalam menyediakan makanan bergizi secara optimal bagi keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan stunting tidak dapat hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga memerlukan dukungan lintas sektor untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

Secara praktis, hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penggunaan booklet dapat dijadikan salah satu media edukasi yang efektif dan berkelanjutan dalam program pencegahan stunting di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II. Booklet yang telah disusun dapat dimanfaatkan oleh kader kesehatan dan petugas puskesmas sebagai media penyuluhan pada kegiatan posyandu maupun kelas ibu balita. Dengan edukasi yang dilakukan secara berkesinambungan, diharapkan terjadi perubahan perilaku kesehatan yang pada akhirnya dapat berkontribusi terhadap penurunan angka stunting di Kelurahan Sungai Beliung.

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media booklet efektif meningkatkan pengetahuan ibu bayi usia 0-12 bulan mengenai pencegahan stunting. Namun, untuk menghasilkan dampak yang lebih optimal diperlukan tindak lanjut berupa pendampingan berkelanjutan, penguatan peran kader kesehatan, serta kolaborasi antara puskesmas, pemerintah kelurahan, dan institusi pendidikan dalam upaya pencegahan stunting secara komprehensif.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi kesehatan tentang pencegahan stunting menggunakan media booklet pada ibu bayi usia 0–12 bulan di Kelurahan Sungai Beliang terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta mengenai stunting dan upaya pencegahannya. Hasil pengukuran menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 58,3 sebelum edukasi menjadi 82,7 setelah edukasi, dengan peningkatan sebesar 24,4 poin. Selain itu, proporsi peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 20,0% menjadi 73,3%, sementara kategori pengetahuan kurang menurun dari 46,7% menjadi 3,4%.

Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi ($p=0,001$), sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan menggunakan media booklet efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya pencegahan stunting sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat menjadi dasar terbentuknya perilaku kesehatan yang lebih baik dalam pemenuhan gizi, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayukarningsih, Y., Sa'adah, H., Kusmayadi, M. A., & Ramadhan, M. Z. (2024). *STUNTING: EARLY DETECTION WITH ANTHROPOMETRIC MEASUREMENTS AND MANAGEMENT (STUNTING: DETEKSI DINI DENGAN PENGUKURAN ANTROPOMETRI DAN PENATALAKSANAANNYA)*. <https://doi.org/10.54052/jhds>
- Faye, C. M., Fonn, S., & Levin, J. (2019). Factors associated with recovery from stunting among under-five children in two Nairobi informal settlements. *PLoS ONE*, *14*(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0215488>
- Horiuchi, Y., Kusama, K., Kanha, S., & Yoshiike, N. (2019). Urban-rural differences in nutritional status and dietary intakes of school-aged children in Cambodia. *Nutrients*, *11*(1). <https://doi.org/10.3390/nu11010014>
- Mahadewi, K. J., Rusmana, I. P. E., Amalia, R., Sukadana, D. A. P., Sukmayanti, M. S., & Rama, B. G. A. (2024). Penerapan Pembangunan Berkelanjutan Dalam Upaya Peningkatan Pengelolaan Lingkungan. *Jurdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Royal*, *7*(3), 493–500. <https://doi.org/10.33330/jurdimas.v7i3.3123>
- Nurfita, D., Parisudha, A., & Sugiarto, S. (2022). STUNTING DETERMINANTS IN KULONPROGO DISTRICT, YOGYAKARTA YEAR 2019. *Epidemiology and Society Health Review (ESHR)*, *4*(1), 12–20. <https://doi.org/10.26555/eshr.v4i1.4039>
- Shaka, M. F., Woldie, Y. B., Lola, H. M., Olkamo, K. Y., & Anbasse, A. T. (2020). Determinants of undernutrition among children under-five years old in southern Ethiopia: Does pregnancy intention matter? A community-based unmatched case-control study. *BMC Pediatrics*, *20*(1). <https://doi.org/10.1186/s12887-020-2004-7>
- Unicef, World Health Organization, & World Bank Group. (2023). *Levels and Trends in Child Malnutrition*. 1–32. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>