

Optimalisasi Peran Ibu Dalam Pencegahan Dan Penanggulangan Stunting Melalui Edukasi Gizi Dan Pola Asuh Sehat Di Desa Kersoharjo Geneng Ngawi

*Pariyem, Dhian Luluh Rohmawati, Dika Lukitaningtyas
Akademi Keperawatan Pemerintah Kabupaten Ngawi

*Corresponding Author
Email: pariyem.sst@gmail.com

Received:
12 Maret 2026.

Revised:
30 Maret 2026.

Accepted:
24 September 2026.

Published
30 September 2026

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi perhatian dalam pembangunan kesehatan karena dapat berdampak terhadap pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, kemampuan belajar, serta produktivitas anak pada masa mendatang. Pencegahan stunting tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan gizi, tetapi juga memerlukan penerapan pola asuh yang tepat, terutama pada periode awal kehidupan anak. Ibu sebagai pengasuh utama memiliki peran penting dalam menentukan praktik pemberian makan, kebersihan, kesehatan, stimulasi, serta pola pengasuhan balita. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu balita mengenai pentingnya gizi seimbang dan pola asuh sehat sebagai upaya mendukung pencegahan stunting di Desa Kersoharjo, Kecamatan Geneng, Kabupaten Ngawi. Kegiatan dilaksanakan oleh tim dosen Akper Pemkab Ngawi menggunakan pendekatan edukatif dan partisipatif melalui penyuluhan, diskusi interaktif, serta pemberian kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pengalaman dan permasalahan dalam pengasuhan balita. Kegiatan diikuti oleh 50 peserta yang terdiri atas ibu balita peserta program Sekolah Orang Tua Hebat (SOTH), petugas BKKBN, petugas puskesmas, kader kesehatan, dan perangkat desa. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi tahun 2024, prevalensi stunting mengalami penurunan dari 17,3% pada tahun 2023 menjadi 11,4% pada tahun 2024. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa peserta memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai kebutuhan gizi balita, pemilihan makanan bergizi seimbang, praktik pengasuhan yang mendukung tumbuh kembang, serta pentingnya pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak secara berkala. Tingginya partisipasi dan antusiasme peserta selama diskusi menunjukkan adanya keterlibatan aktif dalam proses edukasi. Kegiatan ini diharapkan dapat memperkuat peran ibu dan keluarga dalam pencegahan stunting serta mendukung keberlanjutan program kesehatan melalui kolaborasi antara keluarga, kader, tenaga kesehatan, pemerintah desa, dan lintas sektor.

Kata Kunci: Stunting, Peran Ibu, Edukasi Gizi, Pola Asuh Sehat, Balita

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi tantangan global yang signifikan dalam pembangunan sumber daya manusia, khususnya di negara-negara berkembang seperti Indonesia. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis yang terjadi terutama pada periode emas 1.000 hari pertama kehidupan, yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Anak yang mengalami stunting berisiko menghadapi berbagai dampak, baik jangka pendek maupun jangka panjang, seperti keterlambatan perkembangan kognitif dan motorik, penurunan kemampuan belajar, rendahnya produktivitas pada usia dewasa, serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit tidak

menular seperti hipertensi dan diabetes di kemudian hari (Kementerian Kesehatan RI, 2022; WHO, 2021).

Berdasarkan laporan bersama UNICEF, WHO, dan Bank Dunia (2023), diperkirakan sebanyak 148,1 juta anak balita di seluruh dunia mengalami stunting pada tahun 2022, dengan prevalensi tertinggi ditemukan di kawasan Asia Selatan dan Sub-Sahara Afrika. Di Indonesia, stunting menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi stunting nasional sebesar 21,6%, menurun dibandingkan tahun sebelumnya yang mencapai 24,4%. Meskipun demikian, angka tersebut masih berada di atas ambang batas maksimal yang ditetapkan WHO, yaitu kurang dari 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Secara regional, Provinsi Jawa Timur menunjukkan tren perbaikan signifikan. Prevalensi stunting di provinsi ini tercatat sebesar 19,2% pada tahun 2022, kemudian menurun menjadi 17,7% pada 2023, dan kembali membaik menjadi 14,7% pada tahun 2024. Dengan capaian tersebut, Jawa Timur menjadi provinsi terbaik pertama di Pulau Jawa dan menempati peringkat kedua secara nasional dalam upaya penurunan stunting (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Di tingkat kabupaten, Kabupaten Ngawi juga menunjukkan penurunan prevalensi stunting yang cukup signifikan, dari 17,3% pada tahun 2023 menjadi 11,4% pada 2024. Penurunan ini mencerminkan efektivitas intervensi gizi, edukasi kesehatan, serta penguatan peran keluarga khususnya ibu dalam pencegahan dan penanggulangan stunting (Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi, 2024).

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis, terutama selama periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Faktor utama yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi stunting antara lain adalah rendahnya asupan gizi ibu selama kehamilan, kurangnya pengetahuan tentang gizi, praktik menyusui yang tidak optimal, keterlambatan pemberian MP-ASI, buruknya sanitasi, serta keterbatasan akses layanan kesehatan. Faktor sosial ekonomi seperti pendidikan, pekerjaan orang tua, dan usia ibu juga turut berpengaruh (UNICEF, 2021; Kemenkes RI, 2023).

Stunting dapat dikenali melalui pengukuran antropometri dan sering kali disertai gejala seperti keterlambatan pertumbuhan gigi, minimnya kontak mata, serta respons sosial yang rendah. Anak dengan stunting cenderung mengalami kesulitan belajar dan memiliki performa akademik yang rendah (Sholecha, 2018). Dampak jangka pendek mencakup gangguan perkembangan otak dan metabolisme, sedangkan dampak jangka panjang meliputi peningkatan risiko penyakit tidak menular, keterlambatan pubertas, gangguan reproduksi, disabilitas, dan rendahnya produktivitas kerja (Kemenkes RI, 2016; Rahmandiani et al., 2018).

Studi lapangan di Desa Kersoharjo, Kecamatan Geneng, Kabupaten Ngawi, menunjukkan prevalensi stunting masih ditemukan. Dari 53 balita yang tercatat, 6 anak mengalami stunting. Temuan ini menegaskan pentingnya intervensi melalui edukasi kesehatan dan penguatan pola asuh yang sehat kepada ibu balita dan tokoh masyarakat sebagai bagian dari upaya penanggulangan stunting di tingkat desa.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 8 Mei 2025 di Desa Kersoharjo, Kecamatan Geneng, Kabupaten Ngawi. Kegiatan ini mendapat dukungan penuh dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Akper Pemkab Ngawi serta melibatkan partisipasi aktif dari para mahasiswa sebagai bagian dari implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan, yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan, mahasiswa turut berperan dalam menyiapkan berbagai sarana pendukung seperti LCD, laptop, banner, dan daftar hadir. Pada tahap pelaksanaan, mahasiswa membantu proses registrasi peserta serta aktif terlibat dalam kegiatan penyuluhan. Adapun materi

penyuluhan difokuskan pada penguatan peran ibu dalam pencegahan stunting, dengan menekankan edukasi kesehatan dan penerapan pola asuh yang sehat di lingkungan keluarga maupun masyarakat.

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diawali dengan pelaksanaan survei awal yang dilakukan oleh mahasiswa sebagai bentuk pengumpulan data primer. Survei dilaksanakan dengan mendatangi petugas desa serta ibu-ibu balita yang hadir dalam kegiatan Sekolah Orang Tua Hebat (SOTH) di Balai Desa Kersoharjo. Tujuan dari survei ini adalah untuk melakukan pendataan balita yang ada di wilayah tersebut. Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Mei 2025 sebagai langkah awal dalam merancang intervensi yang sesuai. Setelah data terkumpul, tim pengabdian melanjutkan kegiatan dengan melakukan penyuluhan kepada masyarakat pada tanggal 8 Mei 2025 di Balai Desa Kersoharjo. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran para ibu mengenai upaya pencegahan stunting. Materi yang disampaikan mencakup pemahaman dasar tentang stunting, termasuk definisi, faktor penyebab, dampak jangka pendek dan panjang, edukasi gizi serta strategi pencegahan melalui pola asuh yang sehat.

Selain itu, penyuluhan juga menekankan pentingnya peran ibu dan dukungan keluarga dalam mencegah stunting secara holistik. Penyampaian materi dilakukan secara menarik dan komunikatif dengan bantuan media visual berupa gambar-gambar ilustratif yang menggambarkan kondisi anak stunting dan cara pencegahannya.

Kegiatan ini dihadiri oleh 50 peserta dari warga masyarakat, khususnya para ibu balita yang menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi berlangsung. Antusiasme tersebut terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan dalam sesi diskusi. Berdasarkan hasil pengamatan, ditemukan masih ada beberapa ibu mengungkapkan kekhawatirannya terhadap kemungkinan terjadinya stunting pada anak-anak mereka, yang menunjukkan adanya kebutuhan mendesak akan edukasi berkelanjutan di bidang gizi dan pola asuh anak.



Gambar 1. Bersama petugas BKKBN dan ibu perangkat Desa



Gambar 2. Dokumen penyuluhan



Gambar 3. Diskusi dan tanya jawab



Berikut adalah hasil karakteristik peserta penyuluhan

Table 1 Karakteristik Responden

Responden	f	(%)
Usia (tahun)		
Remaja akhir	15	30 %
Dewasa awal	35	70 %
Dewasa akhir	0	00 %
Pendidikan		
SD-SMP	5	10 %
SMA	38	76 %
PT	7	14 %
Pekerjaan		
IRT	45	90 %
Swasta Wiraswasta	5	10 %

Berdasarkan Karakteristik responden ibu balita diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden berusia dewasa awal sebanyak (70%), dengan tingkat pendidikan mayoritas SMA (76 %), dan pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga (90 %).

PEMBAHASAN

Berdasarkan table 4.1 diperoleh data sebagian besar responden berusia dewasa awal. Individu pada usia ini memiliki peran strategis dalam pencegahan dan penanggulangan stunting, karena telah memiliki kematangan fisik, emosional, dan kognitif, serta umumnya menjalankan peran sebagai orang tua balita. Kematangan ini mendukung pengambilan keputusan yang tepat terkait pemenuhan gizi, pola asuh, dan akses layanan kesehatan pada anak. Hal ini sangat berpengaruh dalam menjamin tumbuh kembang anak secara optimal (UNICEF Indonesia, 2020; Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Selain itu, usia ibu saat melahirkan juga berkaitan erat dengan risiko stunting. Ibu yang melahirkan pada usia remaja memiliki risiko delapan kali lebih tinggi memiliki anak stunting dibandingkan ibu yang cukup umur. Hal ini disebabkan oleh ketidaksiapan fisik dan minimnya pengetahuan dalam pengasuhan serta pemenuhan gizi anak (Titaley et al., 2013; WHO, 2021).

Tingkat pendidikan responden sebagian besar sekolah menengah atas, hal ini berpengaruh terhadap pola pikir dan perilaku dalam menjalani kehidupan sehari-hari, termasuk dalam hal kesehatan dan pengasuhan anak. Oleh karena itu, dalam upaya penanganan stunting diperlukan kolaborasi lintas sektor yang menyeluruh dengan melibatkan partisipasi aktif masyarakat, terutama dalam edukasi dan perubahan perilaku. Menurut penelitian Titaley et al.

l. (2013) yang menunjukkan bahwa anak-anak yang diasuh oleh ibu dengan tingkat pendidikan menengah atas memiliki risiko stunting yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang diasuh oleh ibu yang tidak menyelesaikan pendidikan dasar. Ibu dengan pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya gizi, sanitasi, dan kesehatan anak, sehingga mampu mencegah stunting secara lebih efektif (Kemenkes RI, 2022; Titaley et al., 2013).

Pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada anak. Ibu yang tidak bekerja di sektor formal atau berprofesi sebagai IRT cenderung memiliki waktu yang lebih banyak untuk melakukan pengasuhan secara langsung, termasuk dalam hal pemberian ASI, pemantauan tumbuh kembang anak, serta pemberian makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Namun, status sebagai IRT juga dapat berkaitan dengan keterbatasan akses informasi dan penghasilan keluarga, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam menyediakan makanan bergizi dan mengakses layanan kesehatan, terutama jika tidak didukung oleh tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi yang memadai.

Penelitian oleh Titaley et al. (2013) menunjukkan bahwa status pekerjaan ibu berkorelasi dengan risiko stunting, di mana ibu yang tidak bekerja namun memiliki pengetahuan gizi yang baik cenderung lebih efektif dalam mencegah stunting dibandingkan ibu bekerja yang memiliki waktu terbatas untuk pengasuhan. Sementara itu, studi lain menegaskan bahwa bukan hanya status pekerjaan yang berpengaruh, tetapi juga kualitas pengasuhan dan akses terhadap informasi kesehatan yang dimiliki ibu (Rachmi et al., 2016).

SIMPULAN

Upaya pencegahan stunting di Desa Kersoharjo, dilaksanakan melalui tiga tahapan: survei awal, sosialisasi, dan penyuluhan kesehatan. Kegiatan ini melibatkan mahasiswa dan kader kesehatan desa, dengan fokus pada identifikasi kondisi balita serta edukasi kepada ibu balita. Penyuluhan dilakukan bersamaan dengan kegiatan Sekolah Orang Tua Hebat (SOTH) dan dihadiri oleh 100% sasaran. Materi mencakup edukasi gizi, pemahaman tentang stunting, penyebab, dampak, serta pencegahan dalam lingkup keluarga. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman ibu terhadap materi yang disampaikan. Disarankan agar orang tua menerapkan pola asuh sehat, memperhatikan asupan gizi anak, dan rutin mengikuti kegiatan posyandu untuk memantau pertumbuhan anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Bappenas. (2021). *Rencana Aksi Nasional Percepatan Penurunan Stunting Indonesia 2021–2024*. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi. (2024). *Laporan Profil Kesehatan Kabupaten Ngawi Tahun 2024*. Ngawi: Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi. (2024). *Laporan Tahunan Program*. Ngawi: Dinas Kesehatan Kabupaten Ngawi.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Capaian Penurunan Stunting Nasional 2024*. Jakarta: Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022–2024*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- UNICEF, WHO, & World Bank. (2023). *Levels and trends in child malnutrition: Joint child malnutrition estimates – 2023 edition*. Retrieved from <https://data.unicef.org>
- World Health Organization. (2020). *Stunting in a nutshell*. Geneva: WHO.