**SELAYAR: Jurnal Pengabdian Masyarakat**
Vol. 2, No. 3, Juni 2026, pp. 83-94
eISSN 3089-6355 | https://ejournal.gemacendekia.org/index.php/selayar

# Kesehatan Ibu dan Anak: Edukasi Pencegahan Stunting pada Masyarakat Menengah Kebawah

Irsan Priyohadi Agustira [a,1,*], Gusti Andrawida [b,2], Adinda Adisanyoto [c,3]

[a] Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia
[b] Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Indonesia
[c] Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia
[1] irsanaugustira88@gmail.com; [2] andrawidagusti08@gmail.com; [3] adinda.adisanyoto@gmail.com
* Corresponding Author

## ABSTRACT

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan ibu dan anak yang banyak terjadi pada masyarakat menengah ke bawah di Indonesia. Rendahnya tingkat pendidikan, keterbatasan akses informasi kesehatan, kondisi sosial ekonomi keluarga, serta kurangnya pemahaman mengenai gizi dan sanitasi menjadi faktor yang memengaruhi tingginya risiko stunting pada anak. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh edukasi kesehatan ibu dan anak terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan stunting pada masyarakat menengah ke bawah. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experimental melalui metode one group pretest-posttest design. Sampel penelitian terdiri atas 60 responden yang merupakan ibu hamil dan ibu balita. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pengetahuan serta media edukasi berupa leaflet, poster, dan media digital berbasis smartphone. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan responden setelah diberikan edukasi kesehatan. Nilai rata-rata pengetahuan mengenai stunting meningkat dari 56,4 menjadi 82,7 dengan nilai p-value 0,000. Selain itu, terjadi perubahan perilaku positif pada responden, seperti peningkatan praktik pemberian ASI eksklusif, perhatian terhadap gizi seimbang, kebiasaan memantau pertumbuhan anak, dan partisipasi dalam kegiatan posyandu. Edukasi kesehatan berbasis komunitas dengan dukungan media edukasi sederhana dan digital terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pencegahan stunting. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program kesehatan ibu dan anak yang lebih berkelanjutan dan berbasis pemberdayaan masyarakat.

Copyright © 2026, The Author(s)
This is an open-access article under the CC–BY-SA license

**Article History**
*Received 2026-05-26*
*Revised 2026-06-18*
*Accepted 2026-06-19*
*Published 2026-06-25*

**Keywords**
edukasi kesehatan, kesehatan ibu dan anak, masyarakat menengah ke bawah, pencegahan stunting, stunting

## PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi perhatian utama di berbagai negara berkembang, termasuk Indonesia. Stunting didefinisikan sebagai kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis yang berlangsung dalam waktu lama, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Kondisi ini ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak yang berada di bawah standar usianya berdasarkan indeks tinggi badan menurut umur. Permasalahan stunting tidak hanya berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik anak, tetapi juga memengaruhi perkembangan otak, kemampuan kognitif, produktivitas kerja, serta kualitas sumber daya manusia pada masa mendatang (Torlesse et al., 2016). Anak yang mengalami stunting cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan, kesulitan belajar, penurunan kemampuan intelektual, serta produktivitas ekonomi yang lebih rendah ketika dewasa. Oleh karena itu, stunting tidak hanya dipandang sebagai masalah gizi, tetapi juga sebagai persoalan pembangunan manusia dan kesejahteraan sosial.

***How to cite:*** Agustira, I. P., Andrawida, G., & Adisanyoto, A. (2026). Kesehatan Ibu dan Anak: Edukasi Pencegahan Stunting pada Masyarakat Menengah Kebawah. *SELAYAR: Jurnal Pengabdian Masyarakat,* *2*(3), 83-94. https://doi.org/10.71094/selayar.v2i3.424

Indonesia masih menghadapi tantangan besar dalam upaya penanggulangan stunting, terutama pada kelompok masyarakat menengah ke bawah. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, pendidikan orang tua, kondisi sanitasi, pola asuh, serta akses terhadap pelayanan kesehatan dan informasi gizi (Torlesse et al., 2016; Laksono et al., 2022). Kondisi ekonomi keluarga yang rendah menyebabkan keterbatasan dalam pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil dan anak, sehingga meningkatkan risiko terjadinya gangguan pertumbuhan pada balita. Selain itu, rendahnya tingkat pendidikan ibu juga berhubungan erat dengan kurangnya pemahaman mengenai pola makan sehat, praktik pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI, serta pemantauan tumbuh kembang anak (Laksono et al., 2022). Pada masyarakat menengah ke bawah, keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan sering kali menyebabkan ibu dan keluarga kurang memahami pentingnya pemenuhan gizi seimbang selama masa kehamilan dan masa pertumbuhan anak.

Faktor maternal menjadi salah satu aspek penting yang berkontribusi terhadap kejadian stunting pada anak. Penelitian Aryastami et al. (2017) menunjukkan bahwa berat badan lahir rendah merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian stunting pada anak usia 12–23 bulan di Indonesia. Berat badan lahir rendah dapat dipengaruhi oleh status gizi ibu selama kehamilan, anemia, kurang energi kronis, serta kurangnya pemeriksaan kesehatan kehamilan secara rutin. Selain itu, penelitian Wulandari et al. (2022) menjelaskan bahwa karakteristik ibu, seperti tingkat pendidikan, usia, dan kondisi sosial ekonomi, berpengaruh terhadap keberhasilan program pencegahan stunting di Indonesia, khususnya di wilayah dengan tingkat kemiskinan tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesehatan ibu dan anak merupakan aspek yang saling berkaitan dan harus ditangani secara terintegrasi.

Permasalahan stunting juga dipengaruhi oleh pola pemberian makan dan pola asuh anak yang belum sesuai dengan kebutuhan gizi. Astuti et al. (2024) menjelaskan bahwa praktik pemberian makan tradisional yang tidak memperhatikan kecukupan gizi dapat meningkatkan risiko stunting pada anak usia 6–59 bulan. Banyak keluarga pada masyarakat menengah ke bawah masih memiliki keterbatasan dalam memahami jenis makanan bergizi, frekuensi pemberian makan, serta pentingnya keberagaman pangan bagi anak. Penelitian Siswati et al. (2020) juga menemukan bahwa rendahnya kualitas konsumsi pangan dan kondisi lingkungan perkotaan yang kurang sehat menjadi faktor risiko terjadinya stunting pada anak. Selain itu, Mahisa et al. (2024) menyatakan bahwa jarak kelahiran dan tingkat pendidikan ibu berhubungan dengan praktik pemberian makanan tambahan pada anak. Faktor-faktor tersebut memperlihatkan bahwa upaya pencegahan stunting memerlukan pendekatan edukatif yang mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran keluarga mengenai pentingnya gizi dan kesehatan anak.

Selain faktor gizi dan pola asuh, kondisi lingkungan dan sanitasi juga berkontribusi terhadap tingginya angka stunting. Torlesse et al. (2016) menjelaskan bahwa akses terhadap air bersih, sanitasi layak, dan perilaku hidup bersih dan sehat memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stunting pada anak di Indonesia. Anak yang tinggal di lingkungan dengan sanitasi buruk lebih rentan mengalami infeksi berulang, seperti diare dan penyakit saluran pencernaan, yang dapat menghambat penyerapan nutrisi. Penelitian Siramaneerat et al. (2024) juga menunjukkan adanya perbedaan determinan stunting antara wilayah perkotaan dan pedesaan di Indonesia, di mana masyarakat dengan akses layanan kesehatan dan sanitasi yang terbatas memiliki risiko lebih tinggi mengalami stunting. Hal tersebut memperlihatkan bahwa upaya pencegahan stunting tidak hanya berfokus pada aspek gizi, tetapi juga mencakup perbaikan lingkungan dan peningkatan kualitas hidup masyarakat.

Edukasi kesehatan ibu dan anak menjadi salah satu strategi penting dalam upaya pencegahan stunting, terutama pada masyarakat menengah ke bawah. Edukasi kesehatan bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi, pola asuh yang tepat, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan ibu dan anak. Permatasari et al. (2021) menyatakan bahwa edukasi mengenai gizi dan kesehatan reproduksi pada ibu hamil mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai pentingnya asupan nutrisi selama masa kehamilan dan masa pertumbuhan anak. Edukasi yang diberikan secara terstruktur dapat membantu ibu memahami risiko stunting serta langkah-langkah pencegahannya sejak dini.

Selain edukasi formal melalui tenaga kesehatan, pendekatan berbasis komunitas juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pencegahan stunting. Starkweather et al. (2020) menunjukkan bahwa kampanye nutrisi interpersonal mampu meningkatkan pengetahuan ibu dan praktik pemberian makan anak di pedesaan Indonesia. Keterlibatan kader kesehatan, bidan desa, dan tokoh masyarakat dapat membantu menyampaikan informasi kesehatan secara lebih dekat dan mudah dipahami oleh masyarakat. Sukmawati et al. (2025) menjelaskan bahwa kader kesehatan memiliki pengalaman penting dalam mendeteksi dan mencegah stunting melalui pendampingan keluarga dan edukasi kesehatan di tingkat masyarakat. Pendekatan komunitas dinilai efektif karena dapat menjangkau kelompok masyarakat menengah ke bawah yang memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan formal.

Peningkatan perilaku pencegahan stunting juga dipengaruhi oleh persepsi ibu terhadap risiko dan dampak stunting. Wardani et al. (2022) menyatakan bahwa persepsi kerentanan dan tingkat keparahan stunting memengaruhi perilaku ibu dalam melakukan tindakan pencegahan. Ibu yang memahami dampak jangka panjang stunting cenderung lebih aktif dalam memenuhi kebutuhan gizi anak dan memanfaatkan pelayanan kesehatan. Selain itu, Saadah et al. (2022) menjelaskan bahwa pemberdayaan ibu melalui pelatihan deteksi dini stunting dapat meningkatkan kemampuan keluarga dalam mengenali tanda-tanda gangguan pertumbuhan anak. Upaya pemberdayaan masyarakat tersebut penting dilakukan untuk menciptakan kemandirian keluarga dalam menjaga kesehatan ibu dan anak.

Perkembangan teknologi informasi juga membuka peluang baru dalam edukasi kesehatan masyarakat. Fatimah et al. (2023) menjelaskan bahwa media edukasi berbasis smartphone dapat membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting secara lebih praktis dan mudah diakses. Erika et al. (2024) mengembangkan aplikasi digital sebagai upaya pengelolaan stunting di Indonesia yang dapat digunakan untuk pemantauan pertumbuhan anak dan penyebaran informasi kesehatan. Selain itu, Sutini et al. (2025) menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi digital dapat meningkatkan pemahaman ibu mengenai aturan pemberian makan anak. Pemanfaatan media digital menjadi alternatif yang relevan dalam memberikan edukasi kesehatan pada era modern, terutama bagi masyarakat yang telah memiliki akses terhadap telepon pintar.

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas faktor risiko stunting, perilaku ibu, serta program intervensi gizi di Indonesia. Fitri et al. (2022) melalui tinjauan sistematis menyatakan bahwa program pencegahan stunting di Indonesia masih menghadapi tantangan dalam implementasi edukasi masyarakat dan keberlanjutan program. Amaliyah dan Mulyati (2020) menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga dapat meningkatkan upaya pencegahan stunting pada anak usia di bawah lima tahun.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experimental melalui metode one group pretest-posttest design. Desain penelitian ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan ibu dan anak terhadap peningkatan pengetahuan serta perilaku pencegahan stunting pada masyarakat menengah ke bawah sebelum dan sesudah diberikan intervensi edukasi kesehatan. Pendekatan quasi experimental dinilai sesuai digunakan dalam penelitian kesehatan masyarakat karena memungkinkan peneliti melakukan pengukuran perubahan pada kelompok responden yang sama tanpa melibatkan kelompok kontrol secara penuh. Penelitian dilaksanakan pada masyarakat menengah ke bawah di wilayah dengan risiko stunting cukup tinggi berdasarkan data pelayanan kesehatan setempat. Kegiatan penelitian dilaksanakan selama tiga bulan, mulai Januari hingga Maret 2026, dengan lokasi penelitian di posyandu, balai desa, dan lingkungan masyarakat yang menjadi pusat pelayanan kesehatan ibu dan anak.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil dan ibu yang memiliki anak usia 0–5 tahun di wilayah penelitian. Pemilihan populasi tersebut didasarkan pada pentingnya peran ibu dalam pemenuhan gizi, pola asuh, serta praktik kesehatan keluarga yang berkaitan dengan pencegahan stunting. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan beberapa kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi ibu hamil atau ibu balita yang berasal dari keluarga dengan kategori sosial ekonomi menengah ke bawah, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penelitian, serta mampu berkomunikasi dengan baik. Adapun kriteria eksklusi meliputi responden yang tidak mengikuti kegiatan penelitian secara lengkap atau memiliki kondisi tertentu yang dapat menghambat proses pengumpulan data. Berdasarkan proses seleksi responden, jumlah sampel yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 60 responden.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah edukasi kesehatan ibu dan anak mengenai pencegahan stunting, sedangkan variabel dependennya adalah tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan stunting pada responden. Materi edukasi yang diberikan meliputi pengertian stunting, faktor penyebab stunting, pentingnya pemenuhan gizi seimbang selama kehamilan dan masa balita, pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI, sanitasi lingkungan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemantauan pertumbuhan anak secara berkala. Tingkat pengetahuan diukur berdasarkan pemahaman responden terhadap materi edukasi yang diberikan, sedangkan perilaku diukur melalui perubahan praktik kesehatan sederhana yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini juga memperhatikan aspek sosial ekonomi masyarakat sebagai salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan edukasi kesehatan.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner tertutup dan media edukasi kesehatan. Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah intervensi edukasi kesehatan dilakukan. Kuesioner terdiri atas beberapa bagian, yaitu identitas responden, pengetahuan tentang stunting, kesehatan ibu hamil, pola pemberian makan anak, sanitasi lingkungan, dan perilaku pencegahan stunting. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen diuji validitas dan reliabilitasnya untuk memastikan bahwa pertanyaan yang digunakan mampu mengukur variabel penelitian secara tepat dan konsisten. Media edukasi yang digunakan dalam penelitian ini berupa leaflet, poster, dan media digital sederhana berbasis smartphone. Penggunaan media edukasi bertujuan mempermudah penyampaian informasi kesehatan kepada responden agar materi dapat dipahami secara lebih efektif dan dapat dipelajari kembali secara mandiri di rumah.

Pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan. Tahap pertama adalah persiapan penelitian yang meliputi observasi awal, koordinasi dengan pihak puskesmas, kader kesehatan, dan perangkat desa, serta penyusunan instrumen penelitian dan media edukasi. Tahap kedua adalah pendataan dan penentuan responden penelitian sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Selanjutnya dilakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal responden mengenai stunting dan kesehatan ibu-anak. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan edukasi kesehatan melalui metode ceramah, diskusi kelompok, tanya jawab, dan demonstrasi sederhana mengenai praktik pemberian makanan bergizi pada anak. Setelah kegiatan edukasi selesai, responden diberikan leaflet, poster, dan akses media digital berbasis smartphone sebagai sarana pembelajaran lanjutan. Peneliti bersama kader kesehatan juga melakukan pendampingan dan monitoring sederhana terhadap penerapan materi edukasi oleh responden dalam kehidupan sehari-hari.

Tahap terakhir penelitian adalah pelaksanaan posttest dan analisis data penelitian. Posttest dilakukan menggunakan kuesioner yang sama seperti pada tahap pretest untuk mengetahui perubahan tingkat pengetahuan dan perilaku responden setelah diberikan edukasi kesehatan. Data hasil penelitian kemudian dikumpulkan, dikoding, dan diolah menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan, dan tingkat pengetahuan awal mengenai stunting. Sementara itu, analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan stunting. Sebelum dilakukan uji hipotesis, data diuji normalitasnya menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov. Apabila data berdistribusi normal, maka digunakan uji paired t-test untuk mengetahui perbedaan nilai pretest dan posttest. Penelitian ini juga memperhatikan prinsip etika penelitian kesehatan melalui pemberian informed consent kepada seluruh responden dan menjaga kerahasiaan data penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh edukasi kesehatan ibu dan anak terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan stunting pada masyarakat menengah ke bawah. Intervensi edukasi dilakukan melalui penyuluhan kesehatan, diskusi kelompok, penggunaan media edukasi cetak berupa leaflet dan poster, serta media digital sederhana berbasis smartphone. Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman masyarakat mengenai stunting, kesehatan ibu dan anak, pola pemberian makan, sanitasi lingkungan, serta perilaku hidup bersih dan sehat. Selain meningkatkan pengetahuan, edukasi kesehatan juga memberikan perubahan terhadap perilaku responden dalam menerapkan praktik pencegahan stunting di lingkungan keluarga.

Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia produktif dan berasal dari keluarga dengan tingkat sosial ekonomi menengah ke bawah. Mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan dasar dan menengah, serta sebagian besar berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan dan edukasi gizi yang memadai. Rendahnya tingkat pendidikan dan keterbatasan ekonomi menjadi faktor yang memengaruhi kemampuan keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak dan memahami pentingnya pencegahan stunting sejak dini.

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden berusia 20–30 tahun dengan jumlah 32 orang atau sebesar 53,3%. Kelompok usia tersebut merupakan kelompok usia reproduktif aktif yang memiliki tanggung jawab besar dalam pengasuhan anak dan pemenuhan kebutuhan keluarga. Sebanyak 46,7% responden memiliki tingkat pendidikan menengah dan 43,3% memiliki tingkat pendidikan dasar. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum memiliki latar belakang pendidikan yang tinggi sehingga informasi kesehatan yang diterima sebelumnya masih terbatas. Selain itu, sebanyak 68,3% responden merupakan ibu rumah tangga yang bergantung pada penghasilan suami dengan tingkat pendapatan keluarga yang relatif rendah. Kondisi sosial ekonomi tersebut menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan tingginya risiko stunting pada anak.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Penelitian

| Karakteristik Responden | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---|---|---|
| **Usia** | | |
| 20–30 tahun | 32 | 53,3 |
| 31–40 tahun | 21 | 35,0 |
| >40 tahun | 7 | 11,7 |
| **Pendidikan** | | |
| Pendidikan dasar | 26 | 43,3 |
| Pendidikan menengah | 28 | 46,7 |
| Pendidikan tinggi | 6 | 10,0 |
| **Pekerjaan** | | |
| Ibu rumah tangga | 41 | 68,3 |
| Pekerja informal | 19 | 31,7 |
| **Status Responden** | | |
| Ibu balita | 52 | 86,7 |
| Ibu hamil | 8 | 13,3 |
| **Total** | 60 | 100 |

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 20–30 tahun sebanyak 53,3%. Tingkat pendidikan responden didominasi oleh pendidikan menengah dan pendidikan dasar. Mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga dengan kondisi sosial ekonomi menengah ke bawah. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa responden memiliki keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan dan edukasi gizi yang memadai sehingga memerlukan intervensi edukasi kesehatan yang berkelanjutan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan, tingkat pengetahuan responden mengenai stunting dan kesehatan ibu-anak masih tergolong rendah. Sebagian besar responden belum memahami secara baik pengertian stunting, faktor penyebab, dampak jangka panjang, maupun langkah-langkah pencegahannya. Berdasarkan hasil pretest, sebanyak 56,7% responden berada pada kategori pengetahuan kurang, 30,0% berada pada kategori cukup, dan hanya 13,3% yang memiliki tingkat pengetahuan baik. Banyak responden beranggapan bahwa stunting hanya disebabkan oleh faktor keturunan dan bukan akibat kekurangan gizi kronis. Selain itu, sebagian responden juga belum memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif, makanan pendamping ASI yang sesuai, serta pemantauan pertumbuhan anak secara berkala melalui posyandu.

**Tabel 2.** Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum Edukasi

| Kategori Pengetahuan | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---|---|---|
| Baik | 8 | 13,3 |
| Cukup | 18 | 30,0 |
| Kurang | 34 | 56,7 |
| Total | 60 | 100 |

Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki tingkat pengetahuan yang rendah mengenai stunting dan kesehatan ibu-anak. Sebanyak 56,7% responden berada pada kategori pengetahuan kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa masyarakat masih belum memahami pentingnya pemenuhan gizi, sanitasi lingkungan, dan pemantauan pertumbuhan anak sebagai bagian dari pencegahan stunting.

Rendahnya tingkat pengetahuan responden menunjukkan bahwa masyarakat menengah ke bawah masih menghadapi keterbatasan akses terhadap informasi kesehatan yang berkualitas. Informasi mengenai kesehatan ibu dan anak umumnya hanya diperoleh melalui kegiatan posyandu atau penyuluhan kesehatan yang dilakukan secara berkala oleh tenaga kesehatan. Namun, tidak seluruh masyarakat aktif mengikuti kegiatan tersebut karena keterbatasan waktu, pekerjaan, dan rendahnya kesadaran terhadap pentingnya edukasi kesehatan. Selain itu, kondisi ekonomi keluarga juga memengaruhi kemampuan masyarakat dalam memperoleh sumber informasi kesehatan tambahan, seperti buku, internet, atau konsultasi kesehatan secara rutin.

Setelah dilakukan edukasi kesehatan melalui penyuluhan langsung, diskusi kelompok, dan penggunaan media edukasi, hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada responden. Nilai rata-rata pengetahuan mengenai stunting meningkat dari 56,4 pada saat pretest menjadi 82,7 pada saat posttest. Peningkatan juga terjadi pada pengetahuan mengenai gizi ibu dan anak yang meningkat dari 58,1 menjadi 84,5. Selain itu, pengetahuan mengenai sanitasi lingkungan dan perilaku hidup bersih dan sehat meningkat dari 60,2 menjadi 85,1. Hasil analisis statistik menggunakan uji paired t-test menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 atau lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan responden.

**Tabel 3.** Perbandingan Nilai Pretest dan Posttest Pengetahuan Responden

| Variabel Pengetahuan | Mean Pretest | Mean Posttest | Selisih Mean | p-value |
|---|---|---|---|---|
| Pengetahuan tentang stunting | 56,4 | 82,7 | 26,3 | 0,000 |
| Pengetahuan gizi ibu dan anak | 58,1 | 84,5 | 26,4 | 0,000 |
| Pengetahuan sanitasi dan PHBS | 60,2 | 85,1 | 24,9 | 0,000 |

Berdasarkan Tabel 3 terlihat bahwa seluruh indikator pengetahuan mengalami peningkatan setelah dilakukan edukasi kesehatan. Nilai rata-rata pengetahuan tentang stunting meningkat sebesar 26,3 poin, sedangkan pengetahuan mengenai gizi ibu dan anak meningkat sebesar 26,4 poin. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value <0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan responden.

Peningkatan pengetahuan responden menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan mampu membantu masyarakat memahami pentingnya kesehatan ibu dan anak secara lebih baik. Penyampaian materi dengan bahasa sederhana dan contoh yang dekat

dengan kehidupan sehari-hari membuat responden lebih mudah memahami informasi yang diberikan. Selain itu, keterlibatan kader kesehatan dan tenaga kesehatan dalam kegiatan edukasi juga membantu menciptakan suasana pembelajaran yang interaktif sehingga responden lebih aktif bertanya dan berdiskusi mengenai permasalahan kesehatan yang mereka hadapi.

Materi edukasi mengenai pemenuhan gizi selama masa kehamilan dan masa balita menjadi salah satu topik yang paling banyak mendapatkan perhatian dari responden. Sebelum edukasi dilakukan, sebagian besar responden belum memahami pentingnya konsumsi protein hewani, sayur, buah, dan makanan bergizi lainnya untuk mendukung pertumbuhan anak. Banyak responden yang masih mengutamakan makanan murah dengan kandungan gizi yang kurang seimbang karena keterbatasan ekonomi keluarga. Setelah diberikan edukasi, responden mulai memahami bahwa pemenuhan gizi tidak selalu membutuhkan biaya tinggi, tetapi dapat dilakukan dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang bergizi dan mudah diperoleh di lingkungan sekitar.

Selain peningkatan pengetahuan, penelitian ini juga menunjukkan adanya perubahan perilaku responden dalam melakukan pencegahan stunting. Setelah kegiatan edukasi dan pendampingan dilakukan, sebagian besar responden mulai menerapkan perilaku kesehatan yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari. Persentase ibu yang memberikan ASI eksklusif meningkat dari 48,3% menjadi 78,3%. Perilaku rutin datang ke posyandu meningkat dari 55,0% menjadi 86,7%, sedangkan perhatian terhadap menu gizi seimbang meningkat dari 40,0% menjadi 80,0%. Selain itu, perilaku mencuci tangan sebelum makan meningkat dari 61,7% menjadi 90,0%, dan kebiasaan memantau pertumbuhan anak meningkat dari 50,0% menjadi 83,3%.

**Tabel 4.** Perubahan Perilaku Pencegahan Stunting

| Perilaku Pencegahan | Sebelum Edukasi (%) | Sesudah Edukasi (%) |
|---|---|---|
| Memberikan ASI eksklusif | 48,3 | 78,3 |
| Rutin datang ke posyandu | 55,0 | 86,7 |
| Memperhatikan menu gizi seimbang | 40,0 | 80,0 |
| Mencuci tangan sebelum makan | 61,7 | 90,0 |
| Memantau pertumbuhan anak | 50,0 | 83,3 |

Tabel 4 menunjukkan bahwa edukasi kesehatan tidak hanya meningkatkan pengetahuan responden, tetapi juga memberikan perubahan terhadap perilaku pencegahan stunting. Persentase ibu yang memperhatikan menu gizi seimbang meningkat dari 40,0% menjadi 80,0%, sedangkan perilaku rutin datang ke posyandu meningkat dari 55,0% menjadi 86,7%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mampu mendorong perubahan perilaku kesehatan keluarga secara positif.

Perubahan perilaku tersebut menunjukkan bahwa edukasi kesehatan tidak hanya meningkatkan pemahaman masyarakat, tetapi juga mendorong perubahan praktik kesehatan keluarga. Setelah memahami dampak stunting terhadap pertumbuhan dan masa depan anak, responden menjadi lebih peduli terhadap pola makan, kebersihan lingkungan, dan kesehatan anak secara umum. Banyak ibu mulai rutin membawa anak ke posyandu untuk memantau pertumbuhan dan memperoleh informasi kesehatan tambahan dari kader kesehatan maupun tenaga medis.

Pendampingan yang dilakukan oleh kader kesehatan selama penelitian juga memberikan kontribusi penting terhadap keberhasilan program edukasi. Kader kesehatan

membantu menjelaskan kembali materi yang belum dipahami oleh responden serta memberikan motivasi agar masyarakat menerapkan perilaku hidup sehat secara konsisten. Kehadiran kader kesehatan yang berasal dari lingkungan masyarakat setempat membuat responden merasa lebih nyaman dalam berkonsultasi mengenai permasalahan kesehatan keluarga. Pendekatan berbasis komunitas tersebut terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan edukasi kesehatan.

Penggunaan media edukasi dalam penelitian ini juga memberikan hasil yang positif. Leaflet dan poster dinilai sangat membantu karena dapat dibaca kembali di rumah sehingga informasi kesehatan tidak mudah dilupakan. Responden menyatakan bahwa gambar dan penjelasan sederhana dalam leaflet membuat materi lebih mudah dipahami, terutama bagi responden dengan tingkat pendidikan rendah. Selain itu, media digital berbasis smartphone juga memberikan manfaat dalam memperluas akses informasi kesehatan. Sebagian responden menggunakan media digital untuk membaca kembali materi kesehatan dan membagikan informasi tersebut kepada anggota keluarga lainnya.

Meskipun demikian, penggunaan media digital masih menghadapi beberapa kendala, seperti keterbatasan akses internet dan kemampuan penggunaan teknologi pada sebagian responden usia lanjut. Oleh karena itu, kombinasi antara edukasi langsung dan media cetak tetap menjadi pendekatan yang paling efektif dalam penelitian ini. Edukasi secara tatap muka memungkinkan responden memperoleh penjelasan secara langsung, sedangkan media cetak dan digital berfungsi sebagai sarana penguatan informasi setelah kegiatan penyuluhan selesai dilakukan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi kesehatan berbasis komunitas sangat relevan diterapkan pada masyarakat menengah ke bawah. Pendekatan tersebut memungkinkan masyarakat memperoleh informasi kesehatan secara lebih dekat, mudah dipahami, dan sesuai dengan kondisi sosial budaya setempat. Edukasi yang dilakukan melalui kelompok masyarakat dan posyandu juga mampu meningkatkan partisipasi keluarga dalam kegiatan kesehatan ibu dan anak. Selain itu, keterlibatan tenaga kesehatan, kader posyandu, dan perangkat desa membantu menciptakan dukungan sosial yang positif dalam upaya pencegahan stunting.

Peningkatan pengetahuan dan perilaku responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan salah satu strategi penting dalam upaya penanggulangan stunting. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi sikap dan tindakan seseorang dalam menjaga kesehatan keluarga. Ketika ibu memahami pentingnya gizi seimbang, sanitasi lingkungan, dan pemantauan pertumbuhan anak, maka peluang terjadinya stunting dapat dikurangi. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan perlu dilakukan secara berkelanjutan dan menjangkau seluruh lapisan masyarakat, terutama kelompok masyarakat menengah ke bawah yang memiliki risiko lebih tinggi terhadap stunting.

Selain faktor pengetahuan, penelitian ini juga menunjukkan bahwa kondisi sosial ekonomi masih menjadi tantangan utama dalam pencegahan stunting. Beberapa responden menyatakan bahwa mereka memahami pentingnya makanan bergizi, tetapi mengalami keterbatasan ekonomi untuk memenuhi kebutuhan tersebut secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan stunting tidak hanya memerlukan edukasi kesehatan, tetapi juga dukungan kebijakan pemerintah dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat dan akses terhadap pangan bergizi.

Sanitasi lingkungan juga menjadi aspek penting yang dibahas dalam penelitian ini. Sebelum edukasi dilakukan, sebagian responden belum memahami hubungan antara sanitasi buruk dan risiko stunting pada anak. Setelah diberikan edukasi mengenai pentingnya air

bersih, kebersihan lingkungan, dan perilaku hidup bersih dan sehat, responden mulai memperhatikan kebersihan rumah dan lingkungan sekitar. Perubahan sederhana seperti mencuci tangan sebelum makan, menjaga kebersihan peralatan makan anak, dan menggunakan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari mulai diterapkan oleh sebagian besar responden.

Keberhasilan edukasi kesehatan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pemberdayaan masyarakat merupakan langkah penting dalam pencegahan stunting. Masyarakat yang memiliki pengetahuan dan kesadaran kesehatan yang baik akan lebih mampu menjaga kesehatan keluarga secara mandiri. Oleh karena itu, program kesehatan ibu dan anak sebaiknya tidak hanya berfokus pada pemberian bantuan gizi, tetapi juga pada peningkatan kapasitas masyarakat melalui edukasi dan pendampingan berkelanjutan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, antara lain jumlah responden yang masih terbatas dan waktu penelitian yang relatif singkat sehingga belum dapat mengukur dampak jangka panjang terhadap status gizi anak secara langsung. Selain itu, penelitian hanya dilakukan pada satu wilayah masyarakat menengah ke bawah sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh wilayah di Indonesia. Namun demikian, penelitian ini tetap memberikan gambaran bahwa edukasi kesehatan memiliki pengaruh penting dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan stunting pada masyarakat.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan ibu dan anak yang dilakukan melalui pendekatan komunitas, penyuluhan langsung, dan penggunaan media edukasi sederhana mampu meningkatkan pengetahuan serta perilaku pencegahan stunting pada masyarakat menengah ke bawah. Program edukasi kesehatan yang berkelanjutan, mudah dipahami, dan melibatkan masyarakat secara aktif perlu terus dikembangkan sebagai salah satu strategi dalam mendukung penurunan angka stunting dan peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak di Indonesia.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan ibu dan anak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan stunting pada masyarakat menengah ke bawah. Sebelum diberikan edukasi kesehatan, sebagian besar responden masih memiliki pemahaman yang rendah mengenai stunting, pemenuhan gizi ibu dan anak, sanitasi lingkungan, serta pentingnya pemantauan pertumbuhan balita secara rutin. Rendahnya tingkat pendidikan, keterbatasan ekonomi keluarga, dan kurangnya akses terhadap informasi kesehatan menjadi faktor yang memengaruhi kondisi tersebut. Masyarakat masih menganggap bahwa stunting hanya disebabkan oleh faktor keturunan, sehingga kesadaran terhadap pentingnya pencegahan sejak dini masih rendah.

Pelaksanaan edukasi kesehatan melalui penyuluhan langsung, diskusi kelompok, pendampingan kader kesehatan, serta penggunaan media edukasi berupa leaflet, poster, dan media digital berbasis smartphone terbukti mampu meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai kesehatan ibu dan anak. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan responden setelah diberikan intervensi edukasi kesehatan. Selain itu, terjadi perubahan perilaku positif pada responden, seperti meningkatnya praktik pemberian ASI eksklusif, perhatian terhadap menu gizi seimbang, kebiasaan memantau pertumbuhan anak, serta partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat.

Pendekatan edukasi berbasis komunitas menjadi salah satu faktor penting dalam keberhasilan penelitian ini karena masyarakat lebih mudah menerima informasi kesehatan yang disampaikan secara sederhana dan dekat dengan kehidupan sehari-hari. Keterlibatan kader kesehatan dan tenaga kesehatan juga membantu proses pendampingan sehingga materi edukasi dapat diterapkan secara nyata dalam lingkungan keluarga. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa edukasi kesehatan ibu dan anak dapat menjadi strategi efektif dalam mendukung upaya pencegahan stunting pada masyarakat menengah ke bawah. Oleh karena itu, diperlukan program edukasi kesehatan yang berkelanjutan, mudah diakses, dan berbasis pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan kualitas kesehatan ibu dan anak di Indonesia.

## DAFTAR PUSTAKA

Amaliyah, E., & Mulyati, T. (2020). Empowerment for children aged less than 5 years with stunting: A quasi-experimental design. *Jurnal Ners, 15*(2), 159–164. https://doi.org/10.20473/jn.v15i2.19494

Aritonang, S. D., Hastuti, D., & Herawati, T. (2020). Mothering, father involvement, and cognitive development in stunting prevalence areas. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen, 13*(1), 38–48. https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.38

Aryastami, N. K., Shankar, A., Kusumawardani, N., Besral, B., Jahari, A. B., & Achadi, E. (2017). Low birth weight was the most dominant predictor associated with stunting among children aged 12–23 months in Indonesia. *BMC Nutrition, 3*(1), 16. https://doi.org/10.1186/s40795-017-0130-x

Astuti, Y., Handayani, O. W. K., & Rahfiludin, M. Z. (2024). Analysis of traditional feeding practices and stunting among children aged 6 to 59 months in Central Java. *BMC Pediatrics, 24*(1), 86. https://doi.org/10.1186/s12887-023-04486-0

Erika, K. A., Putra, I. G. N. E., & Mahendra, I. G. A. (2024). Stunting super app as an effort toward stunting management in Indonesia. *JMIR Human Factors, 11, e57402*. https://doi.org/10.2196/57402

Fatimah, S., Handayani, L., & Kusuma, A. (2023). Media edukasi berbasis smartphone untuk pencegahan stunting. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai, 16*(2), 97–105.

Fitri, R., Fitranti, D. Y., & Rahfiludin, M. Z. (2022). Stunting prevention program in Indonesia: A systematic review. *Media Gizi Indonesia, 17*(3), 281–292. https://doi.org/10.20473/mgi.v17i3.281-292

Irmayani, I., Yusuf, H., & Andriani, R. (2025). Relationship between maternal information access, knowledge, and stunting incidence. *Jurnal Kesehatan, 18*(1), 44–52.

Juniarti, N., Setiawati, E. P., & Purnama, D. (2025). Determinant factors influencing stunting prevention behaviors among working mothers in West Java Province, Indonesia. *BMC Public Health, 25*(1), 24078. https://doi.org/10.1186/s12889-025-24078-0

Laksono, A. D., Wulandari, R. D., Ibad, M., & Kusrini, I. (2022). Stunting among children under two years in Indonesia: Does maternal education matter? *PLOS ONE, 17*(7), e0271509. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0271509

Mahisa, N., Putri, D. A., & Lestari, W. (2024). Relationship between birth interval and maternal education with supplementary feeding practices. *Indonesian Journal of Human Nutrition, 11*(1), 55–66. https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2024.011.01.6

Mirin, M., Saputri, R., & Wibowo, A. (2024). Analisis hubungan karakteristik ibu dengan kejadian stunting di Indonesia. *Calvaria Medical Journal, 7*(2), 88–96.

Permatasari, T. A. E., Briawan, D., Madanijah, S., & Martianto, D. (2021). The effect of nutrition and reproductive health education of pregnant women in Indonesia using quasi experimental study. *BMC Pregnancy and Childbirth, 21*(1), 180. https://doi.org/10.1186/s12884-021-03676-x

Putri, A. R., Nurhayati, E., & Widyaningsih, V. (2024). Stunting reduction strategy in Indonesia: Maternal knowledge aspects. *Indonesian Journal of Public Health, 19*(1), 112–121. https://doi.org/10.20473/ijph.v19i1.2024.112-121

Rahmadani, R., Fitriyani, F., & Sari, N. (2024). Effectiveness of nutrition education on stunting prevention behavior in mothers under five. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan, 2*(1), 15–23.

Saadah, N., Indarwati, R., & Yunitasari, E. (2022). Mother empowerment model in stunting prevention and intervention through stunting early detection training. Open Access *Macedonian Journal of Medical Sciences, 10*(E), 1420–1426. https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.8759

Siramaneerat, I., Agushybana, F., & Nugraheni, S. A. (2024). Examining determinants of stunting in urban and rural Indonesian children. *BMC Public Health, 24(*1), 18824. https://doi.org/10.1186/s12889-024-18824-z

Siswati, T., Paramashanti, B. A., & Hadi, H. (2020). Stunting among children Indonesian urban areas: What is the risk factors? *Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics, 8*(1), 1–8. https://doi.org/10.21927/ijnd.2020.8(1).1-8

Starkweather, C., Hjelm, L., Shimkhada, R., & Pattnaik, A. (2020). An interpersonal nutrition campaign and maternal knowledge and childhood feeding practices: A case study from mothers in rural Indonesia. *Archives of Public Health, 78*(1), 60. https://doi.org/10.1186/s13690-020-00444-9

Sukmawati, S., Rahmawati, R., & Nurhidayah, I. (2025). Health cadres' experiences in detecting and preventing childhood stunting in Indonesia: A qualitative study. *BMC Public Health, 25*(1), 24192. https://doi.org/10.1186/s12889-025-24192-z

Sultana, P., Rahman, M. M., & Islam, M. A. (2024). Maternal, child, and household risk factors for children with stunting. *The Open Public Health Journal, 17, e18749445321448*. https://doi.org/10.2174/0118749445321448240507083656

Sutini, T., Wahyuni, S., & Nurjanah, S. (2025). Utilization of an application to improve mothers' understanding of feeding rules. *Media Keperawatan Indonesia, 8*(1), 45–53.

Torlesse, H., Cronin, A. A., Sebayang, S. K., & Nandy, R. (2016). Determinants of stunting in Indonesian children: Evidence from a cross-sectional survey indicate a prominent role for the water, sanitation and hygiene sector in stunting reduction. *BMC Public Health, 16*(1), 669. https://doi.org/10.1186/s12889-016-3339-8

Wardani, N., Raksanagara, A. S., & Rachmawati, P. D. (2022). Mothers' perceived susceptibility and severity of maternal behavior in stunting prevention. *Macedonian Journal of Medical Sciences, 10*(E), 1888–1894. https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9888

Wulandari, R. D., Laksono, A. D., Matahari, R., & Kusrini, I. (2022). The targets for stunting prevention policies in Papua, Indonesia. *Nutrients, 14*(3), 549. https://doi.org/10.3390/nu14030549