



Pentingnya Pola Asuh Anak Dalam Perbaikan Gizi Guna Mencegah Stunting di Desa Aikmel Utara Kecamatan Aikmel Kabupaten Lombok Timur

Johan Hadi Saputra¹

¹*Program Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, FKIP, Universitas Mataram, Mataram, NTB, Indonesia;*

Article history

Received: 5 Maret 2025

Revised: 25 Maret 2025

Accepted: 15 Mei 2025

*Corresponding Author: Johan Hadi Saputra, University of Mataram, Mataram, NTB, Indonesia.

Email:

johansaputra1210@gmail.com

Abstrak: Stunting merupakan masalah gizi yang signifikan di Indonesia, terutama pada anak usia dini, yang disebabkan oleh kekurangan gizi dalam jangka panjang, yang berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan otak. Faktor-faktor utama yang berkontribusi terhadap stunting meliputi asupan gizi yang buruk dan pola asuh yang tidak memadai dari orang tua. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pentingnya pola asuh anak dan pemberian gizi yang seimbang dalam mencegah stunting di Desa Aikmel Utara, Kecamatan Aikmel, Kabupaten Lombok Timur. Melalui program Kuliah Kerja Nyata Pemberdayaan Masyarakat (KKN-PMD) Universitas Mataram, dilakukan sosialisasi mengenai stunting dan literasi gizi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Survei yang dilakukan mengungkapkan bahwa 42 dari 47 anak di desa tersebut mengalami stunting, dengan faktor utama penyebabnya adalah pola makan dan pola asuh orang tua. Sosialisasi ini melibatkan narasumber ahli yang memberikan informasi mengenai pentingnya pemberian makanan bergizi, kebersihan lingkungan, serta pemeriksaan kehamilan rutin. Melalui kegiatan sosialisasi dapat meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya orang tua, agar lebih peduli terhadap asupan gizi anak dan pola asuh yang baik untuk mencegah stunting, khususnya pada periode 1000 Hari Pertama Kelahiran.

Kata Kunci: Stunting, Pola Asuh, Gizi Seimbang, Kuliah Kerja Nyata, Pemberdayaan Masyarakat.

Pendahuluan

Dua komponen utama dalam pengembangan layanan kesehatan keluarga adalah pemerintah dan masyarakat. Tidak ada yang mudah dalam upaya ini, melainkan harus dipersiapkan sejak dini. Masa balita adalah periode penting untuk mendapatkan sumber daya manusia yang berkualitas tinggi, dan masa pertumbuhan adalah periode di mana pertumbuhan dan perkembangan otak mencapai tingkat terbaik. Kemampuan ibu dalam memberikan pengasuhan pada anak, termasuk latar belakang Pendidikan orang tua,

sangat penting untuk memastikan status gizi anak (Hamsa *et al.*, 2021).

Stunting merupakan masalah gizi buruk yang disebabkan oleh asupan gizi yang buruk dalam waktu lama yang menyebabkan anak memiliki masalah pertumbuhan, seperti tinggi badan yang lebih rendah atau pendek dari standar usia (Handayani, 2023). Banyak orang menganggap bahwa tubuh anak yang pendek disebabkan oleh faktor keturunan dari kedua orang tuanya, sehingga mereka cenderung pasrah dan tidak berupaya untuk mencegahnya. Padahal, genetika sebenarnya memiliki pengaruh yang jauh lebih kecil terhadap kesehatan dibandingkan dengan faktor lain seperti

perilaku, lingkungan, sosial, ekonomi, budaya, politik), serta akses terhadap pelayanan kesehatan. Dengan demikian, stunting sebenarnya adalah masalah yang dapat dicegah.

Pemerintah Indonesia telah menetapkan stunting sebagai masalah prioritas nasional dengan mempertimbangkan dampaknya yang sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup dan pengembangan sumber daya manusia (Lestari, 2023). Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 yang diumumkan pada 25 April 2024, prevalensi stunting di Indonesia tercatat sebesar 21,5%, hanya turun 0,1% dari 21,6% pada 2022 (SKI, 2023). Provinsi dengan prevalensi stunting tertinggi yaitu Sulawesi Barat sebesar 35%, diikuti oleh Papua (34,6%), dan Nusa Tenggara Barat (32,7%). Sementara itu, Bali menjadi provinsi dengan angka stunting terendah yaitu sebesar 8% (Kemenkes, 2022). Tingginya angka stunting masih jauh dari target nasional sebesar 14% pada tahun 2024. Hal tersebut mencerminkan kesenjangan antarwilayah dalam akses gizi dan pelayanan kesehatan, serta menunjukkan perlunya intervensi yang lebih komprehensif untuk memutuskan siklus stunting di Indonesia.

Faktor yang berpengaruh langsung terhadap stunting adalah asupan makanan serta kondisi fisik atau tingkat kesehatan anak. Sementara itu, faktor tidak langsung pada balita terkait dengan cara orangtua dalam mengasuh anak, termasuk dalam pemberian gizi atau makanan yang diberikan (Cahyati & Islami, 2022). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Harahap et al., 2023) hasil yang ditemukan menunjukkan bahwa pola asuh ibu dalam memberikan makanan dengan gizi seimbang serta perhatian yang lebih kepada anak, memiliki dampak signifikan terhadap stunting. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa peran ibu memberikan pengaruh positif terhadap pertumbuhan anak, khususnya dalam hal asupan gizi yang seimbang.

Pola asuh orang tua yang kurang baik juga dapat berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Salah satu faktornya adalah minimnya pengetahuan ibu mengenai pemenuhan nutrisi selama kehamilan dan masa menyusui, yang berperan dalam meningkatkan produksi ASI. Jika asupan gizi anak tidak optimal, hal ini dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan otaknya, menurunkan sistem kekebalan tubuh, serta

membuatnya lebih rentan terhadap infeksi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko stunting (SB et al., 2025).

Ada tiga aspek utama yang perlu diperhatikan dalam upaya mencegah stunting, yaitu perbaikan pola makan, ketersediaan makanan yang cukup dan bergizi, serta keanekaragaman jenis makanan (Picauly et al., 2023). Rendahnya akses terhadap makanan berkualitas dengan gizi yang memadai sering kali menjadi penyebab utama stunting. Oleh karena itu, konsep “Isi Piringku” dengan gizi seimbang perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam satu porsi makanan, setengah bagian piring sebaiknya terdiri dari sayur dan buah, sementara setengah lainnya diisi dengan sumber protein, baik nabati maupun hewani, dengan porsi yang lebih besar dibandingkan karbohidrat (Majid *et al.*, 2022).

Permasalahan pola asuh dalam penanganan stunting masih kurang dipahami oleh sebagian besar masyarakat awam, karena keterbatasan pengetahuan orang tua mengenai kesehatan anak (Famarisa et al., 2025). Hal ini juga terjadi di Desa Aikmel Utara, Kecamatan Aikmel, Kabupaten Lombok Timur yang setiap tahunnya masih menghadapi kasus stunting di berbagai dusun dengan angka yang mengalami naik turun berdasarkan hasil observasi mengenai stunting di desa tersebut. Oleh karena itu, penulis mengangkat judul “Pentingnya Pola Asuh Anak Dalam Perbaikan Gizi Guna Mencegah Stunting Di Desa Aikmel Utara Kecamatan Aikmel Kabupaten Lombok Timur”.

Metode

Penelitian ini dilakukan sebagai bagian dari pengabdian masyarakat oleh Kelompok Kuliah Kerja Nyata Universitas Mataram, dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara, observasi langsung, sosialisasi, serta penyuluhan. Selain itu, penelitian ini juga didukung dengan pencarian bahan bacaan, dokumen, dan buku yang relevan dengan topik penelitian. Program pengabdian Masyarakat juga memberikan penyuluhan tentang stunting kepada masyarakat, khususnya ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita, di Desa Aikmel Utara, Kecamatan Aikmel, Kabupaten Lombok Timur.

Penelitian ini dilakukan dalam rangka kegiatan Pengabdian Masyarakat oleh Kelompok Kuliah Kerja Nyata Universitas Mataram, dengan tujuan memberikan pemahaman serta informasi yang lebih mendalam mengenai pentingnya pola asuh anak dalam mencegah stunting pada anak usia dini di Desa Aikmel Utara, Kecamatan Aikmel, Kabupaten Lombok Timur.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata Pemberdayaan Masyarakat Universitas Mataram (KKN-PMD UNRAM) periode 23 Desember 2024 sampai 06 Februari 2025 dilakukan oleh mahasiswa KKN-PMD UNRAM di Desa Aikmel Utara, Kecamatan Aikmel, Kabupaten Lombok Timur. Salah satu program Kerja Utama Kelompok KKN Sosialisasi Stunting dan Literasi Gizi diadakan sebagai upaya untuk menurunkan angka stunting pada anak di Desa Aikmel Utara, serta meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pada masyarakat mengenai permasalahan stunting pada anak di Desa Aikmel Utara. Sosialisasi ini diadakan pada Selasa, 28 Januari 2025 di Aula Kantor Desa Aikmel Utara.

Dalam acara sosialisasi ini, peserta terdiri dari puluhan orang yang mewakili setiap dusun di Desa Aikmel Utara. Sebelum mengadakan sosialisasi, kami melakukan survei untuk mengumpulkan data terkait anak-anak yang teridentifikasi stunting di Desa Aikmel Utara. Tujuan dari survei ini adalah untuk memperoleh informasi yang akurat mengenai prevalensi stunting, serta untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kondisi tersebut. Setelah data terkumpul, dilakukan analisis untuk menggali lebih dalam penyebab utama stunting pada anak-anak di desa ini. Hasil survei menunjukkan bahwa dari 47 anak yang dilakukan pengecekan, 42 di antaranya teridentifikasi mengalami stunting dengan persentase 55% anak laki-laki dan 45% anak perempuan.



Gambar 1. Survei Lapangan

Analisis lebih lanjut mengungkapkan bahwa 90% penyebab stunting di Desa Aikmel Utara disebabkan oleh kurangnya pemahaman orang tua tentang pola makan dan pola asuh yang diterapkan. Meskipun kondisi ekonomi keluarga anak-anak tersebut tercukupi, masalah gizi yang tidak seimbang serta kurangnya pemahaman dalam merawat anak secara optimal menjadi faktor dominan yang menyebabkan stunting. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Hariati & Aprianti, 2025) yang memaparkan bahwa rendahnya pengetahuan orang tua, keterbatasan akses pangan yang bergizi, serta pola makan tidak seimbang menjadi faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kasus stunting. Temuan ini memberikan gambaran penting yang akan dijadikan dasar dalam merancang program sosialisasi untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi dan pola asuh yang tepat bagi tumbuh kembang anak.

Setelah melakukan observasi dan analisis terkait penyebab stunting, selanjutnya dilakukan kegiatan sosialisasi untuk memberikan pemahaman lebih lanjut mengenai masalah tersebut. Pemateri dalam kegiatan sosialisasi ini adalah Kepala Pusat Studi Gender dan Anak Universitas Mataram, Prof. Dr. Ir. Ruth Stella Petrunella Thei, MS, serta Mitra STIKES Graha Edukasi Makassar, Bdn. Yudiarsi Eppang, S.ST., M.Kes. Acara sosialisasi ini dihadiri oleh kepala wilayah dari setiap dusun serta anggota kader kesehatan, yang nantinya akan menyebarkan informasi mengenai penyebab stunting dan langkah-langkah penanganannya kepada masyarakat di sekitar mereka.



Gambar 2. Sosialisasi Kesehatan Mengenai Stunting dan Literasi Gizi

Dalam sosialisasi tersebut, Prof. Stella dan Bidan Yudiarsi menekankan pentingnya intervensi sensitif dari orang tua untuk mencegah dan menangani stunting. Beberapa intervensi sensitif

yang disarankan meliputi menghindarkan anak dari paparan asap rokok, menjaga kebersihan lingkungan, mencegah pernikahan dini pada anak, memberikan dua butir telur setiap hari kepada anak selama tiga bulan, serta memastikan ibu hamil memeriksakan kehamilannya minimal enam kali selama masa kehamilan. Pemateri juga menyarankan agar pemerintah desa memberikan edukasi kepada ayah, memanfaatkan sumber daya lokal untuk membuat makanan bergizi, dan mengoptimalkan peran kader kesehatan sebagai pendorong utama kesehatan masyarakat.

Lebih lanjut, Prof. Stella menekankan bahwa pola asuh yang baik memiliki peran yang sangat penting dalam penanganan stunting. Penerapan pola asuh yang tepat sangat diperlukan untuk mencegah stunting, karena pemberian makanan yang kurang baik dan kurangnya perhatian terhadap tumbuh kembang anak dapat memperburuk kondisi gizi dan meningkatkan risiko stunting. Oleh karena itu, pengetahuan dan pemahaman orang tua mengenai gizi sangat penting dalam upaya mencegah gangguan pertumbuhan akibat kekurangan gizi. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan informasi dan pemahaman kepada orang tua mengenai pentingnya pola asuh anak usia dini dan asupan gizi yang baik, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kelahiran, agar mereka dapat lebih sadar dan proaktif dalam upaya mencegah atau menangani stunting pada anak.

Kesimpulan

Program Kuliah Kerja Nyata Pemberdayaan Masyarakat (KKN-PMD) Universitas Mataram di Desa Aikmel Utara, Kecamatan Aikmel, Kabupaten Lombok Timur, berhasil melaksanakan sosialisasi mengenai stunting dan literasi gizi. Program ini bertujuan untuk menurunkan angka stunting pada anak di desa tersebut serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai masalah stunting. Berdasarkan survei yang dilakukan, ditemukan bahwa 42 dari 47 anak di desa tersebut mengalami stunting, dengan penyebab utama terkait pola makan dan pola asuh orang tua. Sosialisasi yang melibatkan narasumber ahli memberikan pemahaman tentang pentingnya intervensi dari orang tua, seperti pemberian makanan bergizi, kebersihan lingkungan, dan pemeriksaan kehamilan yang rutin. Program ini juga menekankan pentingnya pendidikan gizi bagi orang tua serta

peran pola asuh yang baik dalam mencegah dan menangani stunting. Dengan adanya sosialisasi ini, diharapkan masyarakat, khususnya orang tua, dapat lebih sadar dan bertindak untuk mencegah stunting pada anak-anak mereka, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kelahiran.

Saran

Beberapa saran yang dapat diberikan untuk meningkatkan efektivitas program sosialisasi stunting dan literasi gizi di Desa Aikmel Utara adalah dengan melibatkan peran serta ayah dalam edukasi mengenai stunting, karena pola asuh yang baik melibatkan seluruh anggota keluarga. Selain itu, penting untuk memperkuat peran kader kesehatan di tingkat desa sebagai agen perubahan yang dapat memberikan edukasi berkelanjutan kepada masyarakat, terutama mengenai pola makan bergizi dan kebersihan lingkungan. Mengingat potensi besar sumber daya lokal, pemerintah desa disarankan untuk mengembangkan menu makanan bergizi berbahan lokal yang lebih terjangkau dan mudah didapat. Untuk mendukung keberlanjutan program, perlu ada sistem monitoring dan evaluasi secara berkala untuk melihat perkembangan dan dampak dari sosialisasi yang telah dilakukan. Selain itu, penyuluhan mengenai pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin dan pemberian asupan gizi yang cukup selama 1000 Hari Pertama Kelahiran harus terus diperkuat agar masyarakat semakin sadar akan pentingnya pencegahan stunting sejak dini.

Ucapan Terima Kasih

Kami ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam kelancaran dan keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih khusus kami sampaikan kepada pihak Desa Aikmel Utara, mulai dari perangkat desa hingga tokoh masyarakat, yang telah memberikan dukungan penuh, baik dalam hal koordinasi maupun fasilitas yang dibutuhkan selama pelaksanaan program. Tanpa kerjasama yang baik dari pihak desa, kegiatan ini tentu tidak akan berjalan dengan lancar dan efektif. Selain itu, kami juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh masyarakat Desa Aikmel Utara yang telah menyambut kami dengan hangat dan penuh antusiasme. Partisipasi aktif masyarakat

dalam berbagai kegiatan sosialisasi dan program yang kami jalankan sangat berarti dan memberikan dampak positif dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran mengenai pentingnya gizi dan pola asuh yang baik. Kami berharap kerja sama yang telah terjalin ini dapat terus berlanjut dan memberi manfaat bagi masyarakat Desa Aikmel Utara ke depannya.

Daftar Pustaka

- Cahyati, N., & Islami, C. C. (2022). PEMAHAMAN IBU MENGENAI STUNTING DAN DAMPAK. *BUHUTS AL-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Dan Anak Usia Dini*, 2(2), 175–191.
- Faramarisa, F. N., Manaanu, Y. Al, Katsir, S. K., Zidane, Y., Althafa, M. R., Utama, M. H. S., Putra, M. F. Sp., Setyawan, N. F., Rahmatillah, A., Farhat, M., & Iman, A. (2025). Penyuluhan Edukasi Pencegahan Stunting melalui Pemberian Makanan Tambahan di Desa Tugurejo Slahung Ponorogo. *Bima Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 412–422.
- Hamsa, I. B. A., Hermawan, A., & Muhajir, A. M. (2021). *Strategi menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita*. Yogyakarta: Deepublish.
- Handayani, S. (2023). SAVE THE NATION ' S GENERATION FROM THE DANGERS OF STUNTING. *JMSWH Journal of Midewifery Science and Women's Health*, 3, 87–92. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v3i2.1082>
- Harahap, N., Sudirman, R., Ali, M., & Hadi, A. J. (2023). Open Access. *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 6(11), 2304–2314.
- Hariati, N. W., & Aprianti, A. (2025). Analisis Pola Asuh dan Ketidakseimbangan Asupan Gizi sebagai Faktor Risiko Stunting pada Balita. *JIKA: Jurnnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 111–127.
- Lestari, T. R. (2023). Stunting di Indonesia: akar masalah dan solusinya. *Info Singkat: Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual Dan Strategis*, XV (14), 21-25.
- Majid, M., Tharihk, A. J., & Zarkasyi, R. (2022). *Cegah stunting melalui perilaku hidup sehat*. Penerbit NEM.
- Picauly, I., Tira, D. S., & Pellokila, M. R. (2023). PENTINGNYA POLA MAKAN BERAGAM, BERGIZI, SEIMBANG, DAN AMAN DALAM UPAYA PERCEPATAN PENURUNAN STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUMLILI, KECAMATAN KUPANG BARAT KABUPATEN KUPANG. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat Kepulauan Lahan Kering*, 4(1), 9–17.
- SB, S. A., Hipni, R., & Kristiana, E. (2025). HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PARITAS DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA UMUR 1-3 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BATULICIN TAHUN 2024. *Integrative Perspectives of Social and Science Journal (IPSSJ)*, 2(1), 265–277.
- SKI (2023) Survei Kesehatan Indonesia (SKI), Kota Kediri Dalam Angka.