

STRATEGI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI  
SOSIALISASI KESEHATAN DI PEDESAANIntan Nur Aini<sup>1</sup>, Solfema<sup>2</sup>, Lili Dasa Putri<sup>3</sup><sup>1-3</sup> Departemen Pendidikan Non Formal, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri padang  
Email: [Intannuraini9806@gmail.com](mailto:Intannuraini9806@gmail.com)

## ABSTRAK

Masalah kesehatan masyarakat seperti stunting masih menjadi tantangan yang belum teratasi di Indonesia, khususnya di wilayah pedesaan. Kondisi ini terjadi disebabkan oleh malnutrisi berkelanjutan yang dialami selama periode 1000 hari pertama kehidupan berlanjut hingga anak berusia 24 bulan, dan semakin diperparah oleh faktor lingkungan, sosial, ekonomi, serta budaya yang kurang mendukung. Anak yang menderita stunting tidak hanya menunjukkan tinggi badan yang kurang, tetapi juga menghadapi potensi masalah dalam perkembangan kognitif, motorik, serta kemampuan belajar yang berdampak pada kualitas hidup di masa depan. Dalam menghadapi permasalahan tersebut, pendidikan nonformal memiliki peran yang sangat penting, terutama melalui kegiatan sosialisasi kesehatan. Melalui sosialisasi kesehatan yang berperan sebagai media utama dalam menyebarkan informasi dan menumbuhkan pemahaman publik mengenai pentingnya gizi dan kesehatan anak sejak dini. Kegiatan ini melaksanakan peran ganda, yaitu tidak sekedar alat transfer pengetahuan, namun juga sebagai saluran informasi agar pola hidup masyarakat menjadi lebih sehat. Dengan melibatkan masyarakat secara aktif, pendidikan nonformal melalui sosialisasi kesehatan mampu menumbuhkan rasa tanggung jawab bersama dalam menjaga kesehatan keluarga serta mendorong kemandirian masyarakat dalam menerapkan kebiasaan sehari-hari yang lebih menyehatkan. Maka dari itu, upaya pencegahan stunting di pedesaan melalui pendidikan nonformal fokusnya bukan sekedar pada penyuluhan, melainkan pada pemberdayaan masyarakat agar mampu memahami, mengatasi, dan mencegah stunting secara berkelanjutan. Artikel ini akan membahas peran penting pendidikan nonformal dalam sosialisasi kesehatan, tantangan yang dihadapi dalam pelaksanaannya, serta strategi efektif untuk meningkatkan keterlibatan dan keberlanjutan program pencegahan stunting di tingkat lokal.

**Kata Kunci:** *Stunting, Pendidikan Non Formal, Sosialisasi Kesehatan, Gizi Anak, Pedesaan, Pencegahan*

## Article History

Received: November 2025

Reviewed: Desember 2025

Published: Desember 2025

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI :

10.8734/Sindoro.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Sindoro



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## PENDAHULUAN

Stunting atau gagal tumbuh merupakan masalah kesehatan yang serius dan memerlukan perhatian lintas sektor. Kondisi kekurangan gizi berkelanjutan dalam periode panjang mengakibatkan anak memiliki tinggi badan di bawah rata-rata untuk kelompok usianya. Menurut Rumlah (2022), kekurangan gizi tersebut umumnya berlangsung selama periode krusial 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu mulai dari konsepsi (kehamilan) hingga anak genap berusia dua tahun. Stunting memiliki implikasi yang meluas, tidak terbatas pada perkembangan fisik anak saja, namun juga memengaruhi perkembangan otak, tingkat kecerdasan, serta produktivitasnya di masa depan.

Menurut temuan Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, menunjukkan bahwa angka stunting pada balita di Indonesia masih tinggi, yaitu sebesar 24,4%, yang setara dengan sekitar 5,33 juta anak. Meskipun angka ini mengalami penurunan dari tahun-tahun sebelumnya, Indonesia masih memiliki prevalensi stunting yang relatif lebih tinggi bila dibandingkan dengan negara-negara tetangga di Asia Tenggara. Kondisi ini paling banyak ditemukan di wilayah pedesaan yang umumnya kekurangan atau kesulitan dalam menjangkau informasi, pendidikan, dan pelayanan di bidang kesehatan.

Martony (2023) menjelaskan bahwa masyarakat pedesaan menghadapi tantangan yang kompleks, mulai dari rendahnya kesadaran akan pentingnya gizi seimbang, kebiasaan makan yang tidak teratur, kondisi sanitasi lingkungan yang buruk, hingga minimnya fasilitas kesehatan. Sebagian besar wanita hamil cenderung tidak konsisten dalam menjalani pemeriksaan kehamilan secara berkala dan sebagian keluarga juga kurang kesadaran mengenai urgensi ASI eksklusif dan makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang kaya nutrisi.

Selain faktor ekonomi, aspek sosial dan budaya juga berpengaruh besar terhadap pola asuh dan kebiasaan makan anak di pedesaan. Masih terdapat kepercayaan tradisional yang keliru tentang pantangan makanan bagi ibu hamil dan balita, sehingga anak kekurangan asupan gizi penting. Tingkat pendidikan yang rendah memperparah situasi ini karena masyarakat kurang memahami pentingnya kesehatan ibu dan anak (Khasanah & Sumarmi, 2024). Karena itu perlu ada langkah-langkah yang terencana dan terus-menerus guna mengubah pandangan dan tingkah laku masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang.

Dalam hal ini, pendidikan non formal melalui kegiatan sosialisasi kesehatan memiliki peran penting untuk membangun kesadaran masyarakat pedesaan. Ginting & Zebua (2024) menyatakan bahwa sosialisasi berfungsi sebagai jembatan antara pengetahuan ilmiah tenaga kesehatan dengan pemahaman masyarakat lokal yang sering kali terbatas. Melalui kegiatan sosialisasi yang komunikatif, partisipatif, dan berkesinambungan, masyarakat diharapkan dapat memahami faktor penyebab stunting serta langkah-langkah pencegahannya secara mandiri.

## PEMBAHASAN

Pencegahan stunting memerlukan strategi yang menyeluruh serta terpadu, yang melibatkan beragam sektor seperti aspek kesehatan, pendidikan, sosial, ekonomi, dan budaya. Dalam kerangka ini, pendidikan non formal memiliki peranan strategis sebagai sarana pemberdayaan masyarakat, fokus utamanya adalah kawasan pedesaan, dimana penduduknya masih kesulitan dalam menjangkau informasi serta layanan kesehatan. Melalui pendidikan non formal, masyarakat tidak hanya memperoleh pengetahuan mengenai pentingnya gizi dan kesehatan, tetapi juga dilatih untuk memiliki keterampilan praktis dalam menerapkan perilaku hidup sehat di lingkungan sehari-hari. Firdaus et al. (2024) menegaskan bahwa pendidikan kesehatan berbasis masyarakat terbukti

efektif dalam menurunkan prevalensi stunting melalui peningkatan kesadaran gizi dan perubahan perilaku.

Salah satu bentuk nyata pelaksanaan pendidikan non formal adalah melalui kegiatan sosialisasi kesehatan, yang berfungsi sebagai media pembelajaran di luar sistem pendidikan formal. Sosialisasi ini tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga menumbuhkan kesadaran dan mendorong perubahan perilaku masyarakat agar lebih peduli terhadap kesehatan ibu dan anak. Dengan menggunakan pendekatan yang partisipatif dan kontekstual, masyarakat didorong untuk menjadi pelaku aktif dalam upaya pencegahan stunting, bukan sekadar penerima informasi. Dengan demikian, pendidikan non formal melalui sosialisasi kesehatan berperan penting dalam membangun kapasitas masyarakat desa untuk memahami, menerapkan, dan menjaga pola hidup sehat secara mandiri dan berkelanjutan. Langkah-langkah yang dilakukan dalam kegiatan pencegahan stunting meliputi:

#### 1. Pentingnya Pendidikan Non Formal melalui Sosialisasi Kesehatan di Pedesaan

Di pedesaan, pendidikan non formal berperan strategis sebagai sarana penyebaran informasi kesehatan yang mudah dipahami oleh masyarakat. Sosialisasi kesehatan menjadi bentuk nyata pendidikan non formal yang berfungsi memberikan pengetahuan praktis tentang gizi seimbang, PHBS, serta pola asuh yang tepat. Kegiatan ini ditargetkan kepada wanita yang sedang mengandung, ibu yang sedang menyusui, serta keluarga yang memiliki anak di bawah usia lima tahun (balita) untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang diakui sebagai periode emas yang sangat menentukan bagi perkembangan optimal anak.

Fabanyo & Abdullah (2024) menyatakan bahwa kegiatan sosialisasi dilaksanakan oleh tenaga kesehatan seperti bidan, perawat, dan kader posyandu, bekerja sama dengan tokoh masyarakat dan organisasi perempuan desa. Bentuknya beragam penyuluhan di posyandu, kunjungan rumah, diskusi kelompok, hingga kegiatan sosial seperti pertemuan PKK atau arisan warga. Dengan pendekatan langsung dan partisipatif, masyarakat lebih mudah memahami dan menerapkan pesan kesehatan yang disampaikan.

Selain aspek gizi, sosialisasi juga menekankan pentingnya kebersihan lingkungan dan PHBS. Kebiasaan tidak mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah sembarangan, atau menggunakan air yang tidak bersih masih sering dijumpai di desa dan menjadi faktor risiko infeksi seperti diare atau cacingan yang dapat menghambat penyerapan gizi anak. Melalui pendidikan non formal yang aplikatif dan kontekstual, masyarakat dapat memahami hubungan erat antara lingkungan yang bersih dan pertumbuhan anak yang sehat.

#### 2. Peran Tenaga Kesehatan dan Pemerintah Desa

Tenaga kesehatan memiliki peranan sentral dalam pelaksanaan pendidikan non formal melalui sosialisasi kesehatan. Mereka bertindak sebagai pendidik, motivator, dan pendamping masyarakat. Bidan desa menjadi ujung tombak dalam memberikan edukasi tentang gizi ibu hamil, pentingnya ASI eksklusif, dan pencegahan penyakit infeksi. Kader posyandu juga berperan aktif karena berasal dari masyarakat setempat dan lebih mudah diterima oleh warga. Desmita, et al (2025).

Pemerintah desa berperan dalam mendukung keberlanjutan kegiatan melalui kebijakan dan dukungan anggaran. Menurut Putri (2020), keberhasilan pelaksanaan pemberdayaan sangat ditentukan oleh keterlibatan berbagai pihak dan pemangku kepentingan sehingga program yang dijalankan mampu berkelanjutan dalam jangka panjang. Dengan menyediakan sarana posyandu, air bersih, sanitasi layak, dan penyediaan makanan atau bahan pangan yang memiliki gizi tinggi untuk keluarga dengan keterbatasan ekonomi, pemerintah desa dapat memperkuat efektivitas sosialisasi. Kolaborasi antara pemerintah desa, tenaga medis dan seluruh lapisan masyarakat

sebagai faktor penentu keberhasilan serta memastikan program pencegahan stunting berjalan efektif dan berkelanjutan.

### 3. Tantangan dalam Pelaksanaan Sosialisasi Kesehatan

Meskipun banyak kegiatan sosialisasi telah dilakukan, pelaksanaannya masih menghadapi sejumlah kendala. Keterbatasan tenaga kesehatan di pedesaan sering menyebabkan sosialisasi tidak merata dan tidak rutin. Selain itu, rendahnya tingkat pendidikan masyarakat menghambat penerimaan informasi kesehatan. Sebagian masyarakat masih memilih makanan berdasarkan ketersediaan, bukan nilai gizinya.

Sudargo, et al. (2022) mengatakan kepercayaan tradisional yang keliru juga menjadi tantangan tersendiri. Misalnya, larangan bagi ibu hamil untuk mengonsumsi ikan karena dianggap menyebabkan asi berbau amis, padahal ikan merupakan sumber protein penting untuk mencegah stunting. Rendahnya dukungan keluarga, terutama dari suami, memperburuk situasi ini. Oleh karena itu, sosialisasi harus melibatkan seluruh anggota keluarga dan masyarakat agar perubahan perilaku dapat terjadi secara kolektif.

### 4. Strategi Efektif Pencegahan Stunting melalui Pendidikan Non Formal

Peranan Pendidikan Non Formal memberikan kontribusi yang mendukung upaya pencegahan stunting di masyarakat. Melalui pendekatan yang fleksibel dan langsung menyentuh kehidupan masyarakat, pendidikan non formal dapat meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang urgensi asupan gizi yang seimbang, praktik pengasuhan yang tepat, dan lingkungan yang higienis dan sehat.

Salah satu pendekatan yang bisa diterapkan adalah melalui penyuluhan dan sosialisasi gizi untuk seluruh masyarakat, khususnya untuk kelompok wanita hamil, ibu menyusui dan keluarga yang memiliki anak di bawah lima tahun (balita). Kegiatan ini bertujuan agar masyarakat memahami keharusan untuk memenuhi kebutuhan gizi anak sejak awal masa kehamilan berlangsung. Selain itu, pelatihan keterampilan mengolah makanan bergizi juga dapat dilakukan untuk membantu masyarakat memanfaatkan bahan pangan lokal yang bergizi tinggi dengan cara yang sehat dan aman. (Junus & Mamu, 2022).

Pendidikan non formal juga dapat dilakukan melalui kelas ibu dan kegiatan posyandu, di mana para ibu bisa belajar mengenai perawatan anak, pemberian ASI eksklusif, imunisasi, serta pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. Pemberdayaan kader masyarakat menjadi bagian penting dari strategi ini, karena kader dapat berperan sebagai agen perubahan yang aktif menyebarkan informasi dan memberikan pendampingan kepada masyarakat.

Selain itu, kerjasama lintas sektor antara lembaga pendidikan non formal, tenaga kesehatan, dan pemerintah daerah juga diperlukan agar program pencegahan stunting berjalan lebih optimal. Dengan penerapan strategi tersebut secara berkelanjutan, pendidikan non formal dapat menjadi sarana efektif dalam membentuk masyarakat yang lebih awas dan tanggap akan pentingnya gizi dan kesehatan anak, sehingga angka stunting dapat ditekan secara signifikan.

## KESIMPULAN

Pencegahan stunting di wilayah pedesaan memerlukan pendekatan yang menyeluruh, terpadu, dan berkelanjutan, salah satunya melalui pendidikan non formal. Pendidikan non formal berperan penting sebagai sarana penyebaran informasi, peningkatan kesadaran, dan pembentukan perilaku hidup sehat masyarakat. Melalui kegiatan sosialisasi kesehatan, masyarakat dibimbing untuk memahami urgensi asupan nutrisi yang proporsional, metode pengasuhan yang optimal, penjagaan kebersihan di sekitar serta pentingnya pemantauan tumbuh kembang anak sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun.

Keterlibatan berbagai pihak seperti tenaga kesehatan, kader posyandu, tokoh masyarakat, dan pemerintah desa menjadi kunci keberhasilan dalam pelaksanaan sosialisasi. Kolaborasi ini memastikan bahwa kegiatan pendidikan non formal dapat menjangkau seluruh lapisan masyarakat dengan pendekatan yang komunikatif dan partisipatif. Namun, dalam implementasinya masih dihadapkan pada kendala berupa sumber daya yang terbatas dan rendahnya tingkat pendidikan masyarakat, serta pengaruh budaya dan kebiasaan tradisional yang kurang mendukung.

Oleh karena itu, strategi yang efektif dalam pencegahan stunting perlu mencakup peningkatan kapasitas tenaga pendidik dan kader masyarakat, pemanfaatan bahan pangan lokal bergizi, serta penguatan sinergi lintas sektor. Dengan penerapan pendidikan non formal yang konsisten dan berbasis kebutuhan masyarakat, diharapkan kesadaran gizi dan kesehatan di pedesaan semakin meningkat, sehingga hasilnya kasus stunting bisa diminimalisasi, memastikan terbentuknya sumber daya manusia (SDM) yang lebih sehat dan mampu berkarya di masa mendatang.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Fabanyo, R. A., & Abdullah, V. I. (2024). *Konsep dan Prinsip Promosi Kesehatan: Pengaplikasian dalam Praktik Kebidanan*. Penerbit NEM.
- Firdaus, F., Ahmad, S., Akhyar, A., & Haeril, H. (2024). Efektivitas Program Kesehatan Berbasis Masyarakat dalam Menurunkan Prevalensi Stunting di Kabupaten Bima. *JURNAL SINTAKSIS IMPERATIVE: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 5 (3), 366-376.
- Ginting, T. T. M., & Zebua, A. (2024). Sosialisasi pencegahan stunting di Kelurahan Sei Mati Kecamatan Medan Maimun: Upaya peningkatan kesehatan ibu dan anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 3(1), 27-31.
- Junus, N., & Mamu, K. (2022). Pelatihan Pemanfaatan Buah Pisang Sebagai Makanan Pencegah Stunting Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 41 Tahun 2014 Tentang Pedoman Gizi Seimbang di Desa Lamu. *DAS SEIN: Jurnal Pengabdian Hukum dan Humaniora (Journal of Legal Services and Humanities)*, 2(1), 1-12.
- Khasanah, P. W. Z., & Sumarmi, S. (2024). FAKTOR SOSIAL BUDAYA YANG MEMPENGARUHI KERAGAMAN KONSUMSI PANGAN PADA BALITA. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3).
- Putri, LD (2020). Kampung Jamur Sebagai Bentuk Pemberdayaan Masyarakat di Cikarau, Desa Dadok Tunggul Hitam, Kecamatan Koto Tangah, Kota Padang. *Comm-Edu (Jurnal Pendidikan Masyarakat)*, 3 (2), 138-143.
- Rumlah, S. (2022). Masalah sosial dan solusi dalam menghadapi fenomena stunting pada anak. *Krinok: Jurnal Pendidikan Sejarah dan Sejarah*, 1(3), 83-91.
- Sudargo, T., Wahyuningtyas, R., Prameswari, A. A., Aulia, B., Aristasari, T., & Putri, S. R. (2022). *Budaya Makan dalam Perspektif Kesehatan*. UGM PRESS.
- Tim Komisi, I. X., & Negara, P. K. A. K. (2022). *Percepatan Penurunan Stunting Untuk Mewujudkan Sumber Daya Manusia Indonesia Yang Unggul*.