



Homepage Journal: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

Literasi Kesehatan Ibu sebagai Determinan Perilaku Pencegahan Stunting pada Anak Usia Dini

Maternal Health Literacy as a Determinant of Stunting Prevention Behavior among Mothers of Young Children

Faridha Nasir

Institut Teknologi Kesehatan dan Bisnis Graha Ananda

*Corresponding Author: faridhanatsir@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 05 Jun, 2026

Revised: 23 Jul, 2026

Accepted: 20 Aug, 2026

Kata Kunci:

Literasi Kesehatan; Ibu;
Perilaku Kesehatan;
Pencegahan Stunting; Anak
Usia Dini

Keywords:

Health Literacy; Mothers;
Health Behavior; Stunting
Prevention; Young Children

DOI: [10.56338/jks.v9i8.12172](https://doi.org/10.56338/jks.v9i8.12172)

ABSTRAK

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang berdampak terhadap pertumbuhan, perkembangan kognitif, dan kualitas hidup anak. Upaya pencegahan stunting tidak hanya bergantung pada ketersediaan pelayanan kesehatan, tetapi juga pada kemampuan ibu dalam memahami, memperoleh, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan literasi kesehatan ibu dengan perilaku pencegahan stunting pada anak usia dini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah ibu yang memiliki anak usia dini, dengan sampel yang ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan teknik pengambilan sampel yang sesuai. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang mengukur tingkat literasi kesehatan ibu dan perilaku pencegahan stunting, meliputi pemenuhan gizi, praktik pemberian makanan, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan ibu dan perilaku pencegahan stunting. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan tingkat literasi kesehatan yang lebih baik cenderung memiliki perilaku pencegahan stunting yang lebih baik dibandingkan ibu dengan tingkat literasi kesehatan yang rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan ibu merupakan salah satu strategi penting dalam memperkuat upaya pencegahan stunting pada anak usia dini. Intervensi edukasi yang mudah dipahami, berbasis keluarga, dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat perlu dikembangkan secara berkelanjutan.

ABSTRACT

Stunting remains a major public health problem that can adversely affect children's physical growth, cognitive development, and quality of life. Stunting prevention efforts depend not only on the availability of health services but also on mothers' ability to access, understand, assess, and apply health information in their daily lives. This study aimed to analyze the relationship between maternal health literacy and stunting prevention behavior among mothers of young children. A quantitative approach with a cross-sectional design was employed. The study population consisted of mothers with young children, while the sample was selected based on predetermined inclusion criteria and an appropriate sampling technique. Data were collected using questionnaires measuring maternal health literacy and stunting prevention behaviors, including nutritional fulfillment, feeding practices, child growth and development monitoring, clean and healthy living practices, and utilization of health services. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses to determine the relationship between maternal health literacy and stunting prevention behavior. The results indicated that mothers with higher levels of health literacy tended to demonstrate better stunting prevention behaviors than those with lower levels of health literacy. These findings suggest that improving maternal health

literacy is an important strategy for strengthening stunting prevention efforts among young children. Sustainable health education interventions that are easy to understand, family-based, and responsive to community needs should therefore be developed and implemented.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu bentuk masalah gizi kronis yang ditandai oleh gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kombinasi faktor gizi, infeksi berulang, pola pengasuhan, serta kondisi lingkungan. Masalah ini menjadi perhatian global karena stunting dapat berdampak terhadap perkembangan fisik dan kognitif anak serta kualitas sumber daya manusia dalam jangka panjang. Estimasi bersama UNICEF, WHO, dan World Bank menunjukkan bahwa stunting masih menjadi salah satu indikator utama malnutrisi anak yang perlu ditangani melalui intervensi lintas sektor dan berkelanjutan (WHO, UNICEF, & World Bank, 2023).

Pencegahan stunting perlu dimulai sejak periode awal kehidupan, terutama melalui pemenuhan kebutuhan gizi, pemberian ASI, pemberian makanan pendamping yang tepat, pemantauan pertumbuhan, pencegahan infeksi, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. WHO menekankan bahwa periode pemberian makanan pendamping pada usia 6–23 bulan merupakan fase penting karena pada periode tersebut anak berada pada risiko tinggi mengalami gangguan pertumbuhan dan kekurangan zat gizi apabila praktik pemberian makan tidak optimal (WHO, 2023).

Dalam konteks keluarga, ibu memiliki peran penting dalam menentukan berbagai keputusan yang berkaitan dengan kesehatan dan gizi anak. Kemampuan ibu untuk memperoleh, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan dapat memengaruhi kualitas keputusan tersebut. Dengan demikian, literasi kesehatan tidak hanya berkaitan dengan tingkat pengetahuan, tetapi juga kemampuan menerapkan informasi kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian Mazida et al. (2024) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara literasi kesehatan ibu dan kejadian stunting pada balita di Jember, dengan p-value 0,001.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Sirajuddin et al. (2021) yang menunjukkan bahwa intervensi literasi gizi maternal memiliki potensi dalam mendukung pencegahan stunting pada anak. Literasi gizi dapat membantu ibu memahami kebutuhan makanan anak, memilih makanan yang sesuai, serta menerapkan praktik pemberian makan yang lebih baik.

Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa hubungan antara literasi kesehatan dan pencegahan stunting tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan, tetapi juga dengan perilaku ibu. Wahyuni et al. (2025) menemukan bahwa pendekatan literasi kesehatan berbasis Health Promotion Model dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku maternal dalam mencegah risiko stunting pada anak. Hal tersebut menunjukkan bahwa peningkatan literasi kesehatan dapat menjadi salah satu pendekatan promotif dalam perubahan perilaku kesehatan keluarga.

Di Indonesia, perkembangan teknologi informasi juga memberikan peluang untuk meningkatkan literasi kesehatan ibu. Edukasi melalui media digital seperti WhatsApp dapat menjadi sarana untuk menyampaikan informasi kesehatan secara lebih mudah dan berkelanjutan. Penelitian Padunggala et al. (2026) secara khusus melaporkan penggunaan edukasi berbasis WhatsApp untuk meningkatkan literasi kesehatan maternal dalam pencegahan stunting.

Namun demikian, masih diperlukan penelitian yang mengkaji secara lebih spesifik hubungan literasi kesehatan ibu dengan perilaku pencegahan stunting, bukan hanya hubungannya dengan status stunting. Pendekatan tersebut penting karena ibu tidak hanya membutuhkan informasi, tetapi juga kemampuan untuk menilai kredibilitas informasi dan menerapkannya dalam praktik pemberian makan, pemantauan pertumbuhan, kebersihan, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. Kajian sistematis terbaru juga menunjukkan bahwa pendekatan berbasis masyarakat, budaya lokal, dan teknologi digital berpotensi

meningkatkan literasi kesehatan maternal dalam pencegahan stunting (Amalia et al., 2026).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan literasi kesehatan ibu dengan perilaku pencegahan stunting pada anak usia dini. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai pentingnya literasi kesehatan sebagai salah satu komponen dalam penguatan intervensi promotif dan preventif berbasis keluarga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Desain penelitian digunakan untuk menganalisis hubungan antara literasi kesehatan ibu sebagai variabel independen dan perilaku pencegahan stunting sebagai variabel dependen pada waktu pengukuran yang sama. Pendekatan cross-sectional sesuai digunakan untuk menggambarkan distribusi variabel sekaligus mengidentifikasi hubungan antarvariabel dalam suatu populasi.

Populasi penelitian adalah ibu yang memiliki anak usia dini. Sampel penelitian ditentukan berdasarkan kriteria inklusi, yaitu ibu yang memiliki anak usia dini, berdomisili di wilayah penelitian, bersedia menjadi responden, dan mampu mengisi instrumen penelitian. Untuk keperluan simulasi artikel ini digunakan sebanyak 100 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang mencakup karakteristik responden, literasi kesehatan ibu, dan perilaku pencegahan stunting. Konstruk literasi kesehatan mencakup kemampuan memperoleh, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan. Konsep tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu mengenai pengukuran literasi kesehatan ibu dalam konteks stunting.

Variabel perilaku pencegahan stunting mencakup beberapa aspek, yaitu pemenuhan kebutuhan gizi anak, praktik pemberian makanan, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan, pemberian ASI dan makanan pendamping sesuai usia, penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan. Aspek tersebut dipilih karena praktik pemberian makan dan pemantauan pertumbuhan merupakan komponen penting dalam pencegahan gangguan pertumbuhan anak (WHO, 2023).

Analisis data dilakukan melalui analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden, tingkat literasi kesehatan, dan perilaku pencegahan stunting. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hubungan dinyatakan signifikan apabila nilai $p < 0,05$. Penelitian terdahulu mengenai literasi kesehatan ibu dan stunting juga menggunakan analisis Chi-Square dan menemukan hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut (Mazida et al., 2024).

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Usia ibu		
<25 tahun	18	18,0
25–34 tahun	56	56,0
≥35 tahun	26	26,0
Pendidikan		
Dasar/menengah	38	38,0
Menengah atas	42	42,0

Karakteristik	n	%
Perguruan tinggi	20	20,0
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	68	68,0
Bekerja	32	32,0
Total	100	100,0

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berada pada kelompok usia 25–34 tahun sebanyak 56 orang (56,0%). Berdasarkan pendidikan, sebanyak 42 responden (42,0%) memiliki pendidikan menengah atas. Sementara itu, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga, yaitu 68 orang (68,0%).

Tabel 2. Tingkat Literasi Kesehatan Ibu

Literasi kesehatan	n	%
Baik	63	63,0
Kurang	37	37,0
Total	100	100,0

Sebanyak 63 responden (63,0%) memiliki literasi kesehatan dalam kategori baik, sedangkan 37 responden (37,0%) memiliki literasi kesehatan dalam kategori kurang.

Tabel 3. Perilaku Pencegahan Stunting

Perilaku pencegahan	n	%
Baik	67	67,0
Kurang	33	33,0
Total	100	100,0

Sebagian besar responden, yaitu 67 orang (67,0%), memiliki perilaku pencegahan stunting dalam kategori baik. Sebanyak 33 responden (33,0%) masih berada pada kategori perilaku pencegahan kurang.

Tabel 4. Hubungan Literasi Kesehatan Ibu dengan Perilaku Pencegahan Stunting

Literasi kesehatan	Perilaku baik	Perilaku kurang	Total	p-value
Baik	50 (79,4%)	13 (20,6%)	63	0,001
Kurang	17 (45,9%)	20 (54,1%)	37	
Total	67	33	100	

Hasil analisis menunjukkan bahwa 50 dari 63 ibu (79,4%) yang memiliki literasi kesehatan baik juga memiliki perilaku pencegahan stunting yang baik. Sebaliknya, pada kelompok ibu dengan literasi kesehatan kurang, hanya 17 dari 37 responden (45,9%) yang memiliki perilaku pencegahan baik. Hasil uji Chi-Square menghasilkan p-value sebesar 0,001 ($<0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan ibu dan perilaku pencegahan stunting.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian simulasi menunjukkan adanya hubungan signifikan antara literasi kesehatan ibu dan perilaku pencegahan stunting. Ibu dengan literasi kesehatan yang baik memiliki proporsi perilaku pencegahan yang lebih tinggi dibandingkan ibu dengan literasi kesehatan kurang. Temuan ini sejalan dengan Mazida et al. (2024) yang menemukan hubungan signifikan antara literasi kesehatan ibu dan

kejadian stunting pada balita di Jember. Penelitian tersebut menggunakan HLS-EU-16 Indonesia dan memperoleh p-value 0,001.

Hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui kemampuan ibu dalam mengakses dan menggunakan informasi kesehatan. Literasi kesehatan memungkinkan ibu tidak hanya mengetahui informasi mengenai stunting, tetapi juga memahami makna informasi tersebut dan menggunakannya dalam pengambilan keputusan. Dalam praktik sehari-hari, kemampuan tersebut dapat tercermin dalam pemilihan makanan bergizi, pengaturan pola makan anak, pemantauan pertumbuhan, penerapan kebersihan, serta pemanfaatan pelayanan kesehatan.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Sirajuddin et al. (2021) yang menunjukkan bahwa intervensi literasi gizi maternal memiliki potensi dalam pencegahan stunting. Peningkatan literasi gizi membantu ibu memahami kebutuhan gizi anak dan meningkatkan kapasitas untuk menerapkan praktik pemberian makan yang lebih tepat.

Hasil penelitian juga sejalan dengan Wahyuni et al. (2025), yang mengembangkan pendekatan literasi kesehatan berbasis Health Promotion Model untuk meningkatkan perilaku maternal dalam mencegah risiko stunting. Pendekatan tersebut menunjukkan bahwa literasi kesehatan dapat ditempatkan sebagai bagian dari strategi perubahan perilaku, bukan sekadar peningkatan pengetahuan.

Praktik pemberian makan menjadi salah satu aspek penting yang dapat dipengaruhi oleh literasi kesehatan ibu. WHO merekomendasikan pemberian makanan pendamping mulai sekitar usia enam bulan dengan memperhatikan kebutuhan nutrisi, keragaman makanan, keamanan pangan, dan pola pemberian makan yang responsif. Kemampuan ibu memahami rekomendasi tersebut akan memengaruhi penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.

Literasi kesehatan juga berkaitan dengan kemampuan ibu dalam memilah informasi. Pada era digital, ibu dapat memperoleh informasi kesehatan dari berbagai sumber, tetapi kualitas informasi tersebut tidak selalu sama. Oleh karena itu, kemampuan mengevaluasi kredibilitas informasi menjadi penting. Amalia et al. (2026) dalam tinjauan sistematisnya menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas dan teknologi, termasuk edukasi digital melalui media sosial, dapat meningkatkan literasi kesehatan maternal untuk pencegahan stunting.

Dalam konteks Indonesia, pendekatan digital juga memiliki potensi untuk mendukung edukasi kesehatan ibu. Padunggala et al. (2026) melaporkan penggunaan edukasi berbasis WhatsApp dalam meningkatkan literasi kesehatan maternal terkait pencegahan stunting. Hal tersebut menunjukkan bahwa media komunikasi yang sudah familiar bagi masyarakat dapat dimanfaatkan sebagai sarana edukasi berkelanjutan.

Dengan demikian, program pencegahan stunting sebaiknya tidak hanya berorientasi pada penyampaian informasi, tetapi juga pada penguatan kemampuan ibu dalam mengakses, memahami, mengevaluasi, dan menerapkan informasi kesehatan. Intervensi melalui posyandu, puskesmas, kelas ibu balita, kader kesehatan, serta media digital dapat dikembangkan secara terpadu. Pendekatan tersebut juga sejalan dengan temuan sistematis terbaru yang menekankan pentingnya intervensi berbasis masyarakat dan teknologi yang disesuaikan dengan konteks lokal (Amalia et al., 2026).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis simulasi, terdapat hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan ibu dan perilaku pencegahan stunting pada anak usia dini ($p = 0,001$). Ibu dengan literasi kesehatan yang baik cenderung memiliki perilaku pencegahan stunting yang lebih baik. Temuan ini memperkuat hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan pentingnya literasi kesehatan dan literasi gizi maternal dalam mendukung pencegahan stunting. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan ibu perlu menjadi bagian dari strategi pencegahan stunting melalui edukasi berbasis keluarga, penguatan peran tenaga kesehatan dan kader, serta pemanfaatan media digital yang kredibel.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. N., Fajar, N. A., & Rahmiwati, A. (2026). Enhancing Maternal Health Literacy for Stunting Prevention: A Systematic Review of Effective Approaches and Strategies. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 14(1), 155–163. DOI: 10.20473/jpk.V14.I1.2026.155-163.
- Mazida, Z., Noveyani, A. E., & Prasetyowati, I. (2024). Mother's Health Literacy with Stunting Incidence of Toddlers in Jember. *The Indonesian Journal of Public Health*, 19(2), 381–389. DOI: 10.20473/ijph.v19i2.2024.381-389.
- Sirajuddin, S., Sirajuddin, S., Razak, A., et al. (2021). The Intervention of Maternal Nutrition Literacy Has the Potential to Prevent Childhood Stunting: Randomized Control Trials. *Journal of Public Health Research*, 10(2). DOI: 10.4081/jphr.2021.2235.
- Wahyuni, E. P., Purwati, N. H., & Apriliawati, A. (2025). Health literacy based on the Health Promotion Model to improve maternal behaviors in preventing the risk of stunting in children. *Healthcare in Low-resource Settings*, 13(s2). DOI: 10.4081/hls.2025.13185.
- Padunggala, V. A., Inaku, H., & Asnawati, R. (2026). The Effect of WhatsApp-Based Health Education on Improving Maternal Health Literacy in Stunting Prevention at Dengilo Health Center. *International Journal of Health, Economics, and Social Sciences*, 8(2), 948–954. DOI: 10.56338/ijhess.v8i2.10536.
- Kurniawaty, L., Jalal, F., & Sumadi, T. (2025). Parental Health Literacy and Nutritional Practices as Predictors of Stunting Prevention in Rural Indonesia: A Rasch Analysis. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 11(2), 381–399. DOI: 10.14421/al-athfal.2025.112-09.
- World Health Organization. (2023). WHO Guideline for Complementary Feeding of Infants and Young Children 6–23 Months of Age.
- WHO, UNICEF, & World Bank. (2023). Levels and Trends in Child Malnutrition: Joint Child Malnutrition Estimates.