

Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil

Zia Novita Pratiwi^{1*}, Frani Mariana¹, Meldawati², Desilestia Dwi Salmarini¹

¹ Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Sari Mulia

² Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Sari Mulia

¹zianovitapратиwi@gmail.com*

*corresponding author

Tanggal Submisi: 07 April 2026, Tanggal Penerimaan: 11 April 2026

Abstrak

Salah satu permasalahan pertumbuhan pada anak yang ditandai dengan terhambatnya perkembangan fisik akibat ketidakcukupan asupan gizi yang berlangsung dalam periode yang lama disebut stunting. Kondisi ini umumnya teridentifikasi pada masa balita, berbagai faktor penyebabnya sering kali telah muncul sejak periode kehamilan. Peran keluarga dalam memberikan dukungan kepada ibu hamil menjadi elemen penting dalam upaya pencegahan stunting. Dukungan keluarga yang baik dapat membantu ibu hamil untuk mempertahankan pola hidup yang sehat serta memperhatikan kebutuhan gizi selama masa kehamilan. Studi ini dilaksanakan untuk mengungkap keterkaitan antara bantuan dari keluarga dengan pola tindakan ibu hamil gunaantisipasi stunting di wilayah pelayanan Puskesmas Pembantu Jingah.

Studi ini memanfaatkan desain korelasional analitik melalui metode cross sectional. Total partisipan mencapai 30 orang, yang dipilih lewat teknik sampling jenuh. Pengumpulan data dilaksanakan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden, sementara analisis data dilakukan menggunakan pengolahan dan uji chi-square guna menguji keterkaitan antarvariabel yang diteliti. Temuan studi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar partisipan tergolong dalam kelompok bantuan keluarga rendah mencapai 60%, sementara yang baik hanya 13%. Pola antisipasi stunting di kalangan ibu hamil pun didominasi kategori kurang sebesar 57%, dengan hanya 16% masuk kategori baik. Pengujian bivariat membuktikan terdapat korelasi signifikan antara dukungan keluarga dan upaya pencegahan stunting pada ibu hamil di Puskesmas Pembantu Jingah ($p=0,001$). Bantuan dari keluarga berhubungan erat dengan pola tindakan ibu hamil untuk mencegah stunting. Partisipasi serta dorongan keluarga mampu memotivasi ibu hamil menerapkan kebiasaan sehat yang lebih optimal demi antisipasi stunting dari tahap awal.

Kata kunci : dukungan keluarga; ibu hamil; pencegahan stunting

Abstract

Stunting is a growth disorder in children characterized by impaired physical development due to prolonged inadequate nutritional intake. This condition is typically identified during the toddler period, but its causative factors often emerge as early as the pregnancy phase. The family's role in providing support to pregnant women is a crucial element in stunting prevention efforts. Strong family support can help pregnant women maintain healthy lifestyles and prioritize nutritional needs throughout pregnancy. This study was conducted to investigate the relationship between family support and pregnant women's behaviors in preventing stunting in the service area of Puskesmas Pembantu Jingah. This study employed a correlational analytic design using a cross-sectional approach. A total of 30 participants were selected through saturated sampling. Data were collected by distributing questionnaires to respondents, while data analysis involved processing and chi-square testing to examine relationships between the studied variables. The study findings indicated that the majority of participants (60%) fell into the low family support category, with only 13% in the good category. Similarly, stunting prevention behaviors among pregnant women were predominantly low (57%), with just 16% classified as good. Bivariate analysis confirmed a significant correlation between family support and stunting prevention efforts among pregnant women at Puskesmas Pembantu Jingah ($p=0.001$). Family support is closely linked to pregnant women's behaviors in preventing stunting. Family involvement and encouragement can motivate pregnant women to adopt healthier habits for early stunting prevention.

Keywords: *family support; pregnant women; stunting prevention*

PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah gizi kronis yang tetap menjadi fokus utama dalam upaya pengembangan kesehatan di Indonesia. Masalah ini dicirikan oleh gangguan pertumbuhan fisik pada anak yang disebabkan oleh kekurangan nutrisi berkepanjangan, di mana pengukurannya menggunakan indeks tinggi badan berdasarkan usia dengan skor kurang dari -2 standar deviasi. Dampak stunting tidak terbatas pada aspek fisik semata, melainkan juga menghambat kemajuan kognitif, tingkat produktivitas, dan mutu sumber daya manusia pada masa mendatang (Azarine, Meinarisa, and Sari 2023).

Stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang penting di Indonesia. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting nasional mencapai 19,8%, menurun dibandingkan tahun 2023 yang sebesar 21,5%. Meskipun menunjukkan tren penurunan, angka tersebut masih menjadi tantangan dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan anak dan sumber daya manusia sehingga diperlukan intervensi yang berkelanjutan, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (Kementerian Kesehatan RI 2025).

Dampak jangka panjang dari stunting sangat kompleks dan berpengaruh terhadap berbagai aspek kehidupan. Anak yang mengalami stunting berisiko lebih besar mengalami penurunan kemampuan kognitif, gangguan metabolisme, serta peningkatan risiko penyakit degeneratif di usia dewasa. Selain itu, kondisi ini juga berdampak pada rendahnya daya saing individu dalam dunia kerja, sehingga berimplikasi pada pembangunan ekonomi secara luas (Anwar, Winarti, and Sunardi 2022; Fadlilah et al. 2022).

Meskipun stunting teridentifikasi pada masa balita, proses terjadinya telah dimulai sejak periode 1000 hari pertama kehidupan, khususnya pada masa kehamilan. Masa kehamilan merupakan periode kritis dalam proses pembentukan organ serta sistem tubuh pada janin, sehingga gangguan pada fase ini dapat berdampak permanen terhadap pertumbuhan anak. Maka dari itu, langkah-langkah pencegahan stunting harus dimulai sejak ibu hamil. (Kusumaningrum et al. 2022).

Salah satu elemen kunci dalam mencegah stunting ialah pola perilaku ibu hamil dalam memelihara kesehatan sepanjang masa kehamilan. Perilaku tersebut meliputi pemenuhan kebutuhan gizi, kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan antenatal care (ANC), serta konsumsi tablet tambah darah dan suplemen lainnya. Perilaku kesehatan ibu hamil memiliki kontribusi langsung terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin, sehingga menjadi faktor penting dalam pencegahan stunting (Harahap, Zainiyah, and Sartika 2023).

Meskipun demikian, perilaku kesehatan ibu hamil tidak muncul dengan sendirinya, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor individu maupun lingkungan sosial. Salah satu faktor yang berperan penting adalah keterlibatan keluarga sebagai lingkungan terdekat yang berinteraksi langsung dengan ibu selama masa kehamilan.

Keterlibatan keluarga dapat berupa dukungan emosional, informasional, instrumental, maupun penghargaan yang membantu ibu dalam menjaga kesehatan kehamilan. Peran keluarga yang optimal dapat meningkatkan motivasi ibu untuk memenuhi kebutuhan gizi, melakukan pemeriksaan antenatal care secara teratur, serta mengikuti anjuran tenaga kesehatan. Sebaliknya, keterlibatan keluarga yang kurang dapat menjadi hambatan dalam penerapan perilaku kesehatan sehingga berpotensi meningkatkan risiko terjadinya stunting pada anak (Kusumaningrum et al. 2022).

Berbagai penelitian telah menunjukkan adanya hubungan antara keterlibatan keluarga dan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil. Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya mengkaji faktor tersebut bersamaan dengan variabel lain seperti pengetahuan ibu dan peran tenaga kesehatan, sehingga pengaruh spesifik peran keluarga terhadap perilaku pencegahan stunting masih perlu dikaji lebih lanjut (Azarine et al. 2023).

Selain itu, penelitian yang dilakukan pada tingkat pelayanan kesehatan dasar, khususnya di Puskesmas Pembantu, masih relatif terbatas. Padahal, pelayanan kesehatan dasar memiliki peran strategis dalam menjangkau masyarakat secara langsung, terutama pada kelompok ibu hamil. Karakteristik masyarakat lokal dan keterlibatan keluarga dalam konteks ini menjadi faktor penting yang perlu dikaji lebih lanjut.

Temuan dari survei awal yang dilakukan di wilayah pelayanan Puskesmas Pembantu Jingah menunjukkan bahwa sebagian ibu hamil belum memahami secara optimal perilaku pencegahan stunting serta masih kurang memperoleh dukungan dari lingkungan keluarga. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara konsep ideal pencegahan stunting dengan praktik di lapangan, terutama dalam aspek keterlibatan keluarga selama masa kehamilan.

Berdasarkan uraian tersebut, kebaruan penelitian ini terletak pada analisis spesifik mengenai hubungan peran keluarga dengan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil di tingkat pelayanan kesehatan dasar melalui pendekatan kontekstual yang mempertimbangkan karakteristik masyarakat setempat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Jingah.

BAHAN DAN METODE

Studi ini menerapkan desain analitik korelasional melalui metode cross sectional yang dilakukan di wilayah pelayanan Puskesmas Pembantu Jingah. Penelitian dilaksanakan pada tanggal September 2025 sampai dengan Januari 2026. Seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Jingah menjadi populasi dalam penelitian ini. Metode sampling yang diterapkan adalah sampling jenuh, sehingga seluruh populasi diikutsertakan sebagai sampel dengan total 30 responden.

Dukungan keluarga dijadikan sebagai variabel independen dalam penelitian ini, sedangkan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil berperan sebagai variabel dependen. Data dikumpulkan melalui instrumen kuesioner yang disusun sesuai dengan indikator penelitian. Sebelum digunakan, instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validitas kuesioner dukungan keluarga menunjukkan bahwa seluruh item pertanyaan (16 item) memiliki nilai r -hitung $> 0,361$ dengan nilai signifikansi $< 0,05$ sehingga seluruh item dinyatakan valid. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,911 yang menandakan instrumen reliabel (Rahayu, 2022). Pada kuesioner perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil, seluruh item pertanyaan (13 item) juga dinyatakan valid dengan nilai r -hitung $> 0,361$ dan nilai signifikansi $< 0,05$. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,936 sehingga instrumen dinyatakan reliabel (Rahayu, 2022).

Pengolahan data dilaksanakan melalui dua tahap analisis, yaitu analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi setiap variabel dan analisis bivariat menggunakan uji chi-square untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Sari Mulia dengan Nomor 032/KEP-UNISM/XII/2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga pada Ibu Hamil

No.	Dukungan Keluarga	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Kurang	18	60
2	Cukup	8	27
3	Baik	4	13
	Jumlah	30	100

Temuan studi mengindikasikan bahwa sebagian besar partisipan termasuk dalam dukungan keluarga yang rendah, yaitu sebanyak 18 orang (60%). Adapun responden dengan dukungan keluarga kategori cukup berjumlah 8 orang (27%), sedangkan kategori baik sebanyak 4 orang (13%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Perilaku Stunting pada Ibu hamil

No	Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu hamil	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Kurang	17	57 %
2	Cukup	8	27 %
3	Baik	5	16 %
	Jumlah	30	100%

Pada variabel perilaku pencegahan stunting, mayoritas responden berada pada kategori kurang yaitu sebanyak 17 responden (57%). Selain itu, terdapat 8 responden (27%) dalam kategori cukup dan 5 responden (16%) dalam kategori baik.

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Puskesmas Pembantu Jingah

Dukungan Keluarga	Perilaku Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil			Total (%)	p-value
	Kurang	Cukup	Baik		
Kurang	14 (77.8%)	4 (22.2%)	0 (0%)	18	0,001
Cukup	4 (50%)	3 (37.5%)	1 (12.5%)	8	
Baik	0 (0%)	0 (0%)	4 (13.3%)	4	
Total	18 (60%)	7 (23.3%)	5 (16.7%)	30(100%)	

Analisis bivariat dari studi ini mengindikasikan adanya korelasi bermakna antara bantuan keluarga dan kebiasaan pencegahan stunting pada ibu hamil ($p=0,001$). Fakta ini memperkuat

peran krusial dukungan keluarga dalam membentuk pola kesehatan (Azarine et al. 2023). Temuan ini sejalan dengan penelitian (Kusumaningrum et al. 2022) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga memiliki kaitan bermakna dengan kebiasaan pencegahan stunting di kalangan ibu hamil. Dukungan keluarga dapat meningkatkan motivasi ibu dalam menjalankan perilaku sehat selama kehamilan (Ariningtyas et al. 2024). Hasil penelitian ini juga konsisten dengan temuan Azarine et al. (2023) yang menunjukkan bahwa keterlibatan keluarga memiliki pengaruh terhadap perilaku ibu hamil dalam menjaga kesehatan dan mencegah stunting sejak dini. Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa ibu hamil dengan dukungan keluarga yang baik cenderung lebih patuh dalam melakukan pemeriksaan antenatal care serta memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan (Ekayanthi and Suryani 2021).

Dukungan keluarga berperan sebagai faktor penguat dalam teori perilaku kesehatan, yang dapat memengaruhi keputusan dan tindakan individu dalam menjaga kesehatannya (Notoatmodjo 2020). Dukungan emosional dari keluarga, seperti perhatian dan kepedulian, dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu hamil dalam menjalani kehamilan. Hal ini berdampak pada meningkatnya kesiapan ibu dalam menerapkan perilaku sehat. Dukungan informasional juga memiliki peran penting, di mana keluarga dapat memberikan informasi atau mengingatkan ibu terkait pentingnya pemeriksaan kehamilan dan pemenuhan gizi. Selain itu, dukungan instrumental seperti bantuan finansial atau pendampingan saat pemeriksaan kehamilan juga dapat meningkatkan akses ibu terhadap layanan kesehatan (Purnamasari and Shaluhiah 2020).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga belum sepenuhnya optimal dalam mendukung upaya pencegahan stunting selama kehamilan. Kondisi tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi, tingkat pendidikan keluarga, serta budaya yang berkembang di masyarakat sehingga memengaruhi pemahaman dan keterlibatan keluarga dalam menjaga kesehatan ibu hamil (Rahmawati, Sari, and Putri 2020).

Selain itu, faktor budaya juga dapat memengaruhi peran keluarga dalam mendukung ibu hamil, terutama dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan (Helmiyati 2022). Dari perspektif kritis, rendahnya dukungan keluarga menunjukkan bahwa intervensi kesehatan selama ini masih berfokus pada individu ibu hamil, dan belum secara maksimal melibatkan keluarga sebagai bagian dari intervensi (Kemenkes RI 2021).

Padahal, dalam konteks masyarakat Indonesia, keluarga memiliki peran dominan dalam pengambilan keputusan, termasuk dalam hal kesehatan (Notoatmodjo 2020). Rendahnya perilaku pencegahan stunting juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan belum sepenuhnya efektif dalam mengubah perilaku ibu hamil. Ini menggambarkan bahwa transformasi perilaku tidak semata-mata bergantung pada pengetahuan, melainkan juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dan lingkungan yang mendukung (Kusumaningrum et al. 2022).

Oleh karena itu, pendekatan pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif dengan melibatkan keluarga sebagai bagian dari intervensi kesehatan (Ekayanthi and Suryani 2021). Program kesehatan dapat dikembangkan dengan pendekatan berbasis keluarga, seperti edukasi keluarga, konseling pasangan, serta pemberdayaan keluarga dalam mendukung kesehatan ibu hamil (Purnamasari and Shaluhiah 2020)

Dengan demikian, dukungan keluarga memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil, sehingga perlu diintegrasikan dalam program kesehatan sebagai strategi utama dalam pencegahan stunting sejak masa kehamilan (Azarine et al. 2023; Kusumaningrum et al. 2022). Implikasi kebidanan dari hasil penelitian ini adalah perlunya penguatan pelayanan kebidanan berbasis keluarga. Bidan tidak hanya berperan

memberikan edukasi kepada ibu hamil, tetapi juga perlu melibatkan suami dan anggota keluarga lainnya dalam kegiatan konseling, edukasi gizi, serta pendampingan selama kehamilan. Pendekatan kebidanan berbasis keluarga diharapkan dapat meningkatkan dukungan terhadap ibu hamil dalam pemenuhan gizi, kepatuhan terhadap pemeriksaan antenatal care, konsumsi tablet tambah darah, serta persiapan 1000 Hari Pertama Kehidupan sehingga upaya pencegahan stunting dapat dilakukan secara lebih efektif sejak masa kehamilan (Purnamasari and Shaluhiah 2020; Kemenkes RI 2021).

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil menggunakan desain cross-sectional dan jumlah sampel yang relatif kecil. Selain itu, faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi perilaku pencegahan stunting, seperti tingkat pendidikan, status ekonomi, pengetahuan ibu, akses pelayanan kesehatan, dan budaya keluarga belum dianalisis, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk memasukkan variabel-variabel tersebut agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Pembantu Jingah. Mayoritas responden memiliki tingkat dukungan keluarga dan perilaku pencegahan stunting yang masih rendah, sehingga dukungan keluarga menjadi faktor penting dalam mendorong ibu hamil untuk menerapkan perilaku kesehatan yang mendukung pencegahan stunting sejak masa kehamilan. Oleh karena itu, tenaga kesehatan perlu meningkatkan konseling dan edukasi yang melibatkan keluarga, khususnya suami dan anggota keluarga lainnya, guna memperkuat dukungan terhadap ibu hamil dalam pemenuhan gizi, kepatuhan terhadap pemeriksaan antenatal care, serta penerapan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, S., E. Winarti, and S. Sunardi. 2022. "Systematic Review Faktor Risiko, Penyebab Dan Dampak Stunting Pada Anak." *Jurnal Ilmu Kesehatan* 11(1):88. doi: <https://doi.org/10.32831/jik.v11i1.445>.
- Ariningtyas, N., A. Salsabila, A. P. Fazria, A. P. Setiari, A. N. Faradilah, and A. Rahmawati. 2024. "Edukasi Kesehatan Reproduksi Pus (Pasangan Usia Subur) Di Dusun Benyo Sendangsari Pajangan Bantul Diy Tahun 2023." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Mulia Madani Yogyakarta* 2(2):22–27.
- Azarine, S., Meinarisa, and P. I. Sari. 2023. "Hubungan Pengetahuan , Peran Petugas Kesehatan , Dan Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pondok Meja Muaro Jambi Tahun 2023 Pendahuluan Stunting Merupakan Permasalahan Anak Usia Dini Akibat Mal." *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia* 4(1):116–23.
- Ekayanthi, N. W. D., and P. Suryani. 2021. "Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Dalam Pencegahan Stunting." *Jurnal Gizi Klinik Indonesia* 17(1):12–20. doi: <https://doi.org/10.22146/ijcn.XXXXX>.

- Fadlilah, A., E. Susanto, H. Muthoharoh, and I. Susila. 2022. "Sosialisasi Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil Di Desa Dradah." 5(2):218–23.
- Harahap, D. A., Z. Zainiyah, and Y. Sartika. 2023. "Maternal Behavior During Pregnancy to Prevent Stunting in Kampar Regency." *Jurnal Kesehatan Komunitas* 9(1):149–56.
- Helmiyati, S. 2022. *Stunting: Permasalahan Dan Penanganannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Kemenkes RI. 2021. *Pedoman Percepatan Penurunan Stunting*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kusumaningrum, S., M. T. Anggraini, and C. Faizin. 2022. "Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil." *Herb-Medicine Journal* 5(2):10. doi: <https://doi.org/10.30595/hmj.v5i2.12787>.
- Notoatmodjo, S. 2020. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Purnamasari, D., and Z. Shaluhiah. 2020. "Pelatihan Kader Posyandu Dalam Pencegahan Stunting." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8(2):100–108.
- Rahmawati, R., M. Sari, and D. Putri. 2020. "Faktor Risiko Stunting Pada Balita Di Indonesia." *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 15(2):150–58.