



Sosialisasi Penanggulangan Stunting di Nagari Singguliang: Penyuluhan Kesehatan, Kuis Interaktif, dan Pemeriksaan Kesehatan untuk Ibu-Ibu

Socialization of Stunting Prevention in Singguliang Village: Health Education, Interactive Quizzes, and Health Checks for others

**Farida Mayar¹, Rani Triana², Irva Muchika Rahmi³, Resa Juliana Putri⁴,
Giska Amanda⁵, Viola Aprilika Rustam⁶**

Universitas Negeri Padang

Email : irvamuchika@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 15-12-2025

Revised : 17-12-2025

Accepted : 19-12-2025

Published : 21-12-2025

Abstract

The stunting prevention socialization program held in Nagari Singguliang aimed to enhance the understanding of housewives about the importance of healthy nutrition and child growth monitoring. The program consisted of three main stages: education on the causes and impacts of stunting, an interactive quiz to test the participants' knowledge, and health checks for the mothers. More than 100 housewives participated in the program, aimed at strengthening their knowledge about balanced nutrition and stunting prevention methods. The results of the program showed that the majority of participants gained a better understanding of stunting, with over 80% of participants correctly answering questions in the interactive quiz. Health checks revealed that most housewives in Nagari Singguliang were in good health, although some required attention for high blood pressure. Overall, the program successfully achieved its goal of raising awareness among housewives about stunting prevention and the importance of monitoring child growth. It is hoped that similar activities will be conducted more frequently to reduce the prevalence of stunting in Nagari Singguliang.

Keywords : *Stunting, Health Education, Interactive Quiz*

Abstrak

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting yang dilaksanakan di Nagari Singguliang bertujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu rumah tangga tentang pentingnya pola makan sehat dan pemantauan pertumbuhan anak. Program ini terdiri dari tiga tahap, yaitu penyuluhan mengenai penyebab dan dampak stunting, kuis interaktif untuk menguji pemahaman peserta, dan pemeriksaan kesehatan bagi ibu-ibu. Kegiatan ini melibatkan lebih dari 100 ibu rumah tangga, dengan tujuan untuk memperkuat pengetahuan mereka tentang gizi seimbang dan cara pencegahan stunting. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memahami lebih baik tentang stunting, dengan lebih dari 80% peserta berhasil menjawab pertanyaan dalam kuis interaktif. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan menunjukkan bahwa ibu rumah tangga di Nagari Singguliang sebagian besar dalam kondisi sehat, meskipun terdapat beberapa yang membutuhkan perhatian terkait tekanan darah tinggi. Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil mencapai tujuan untuk meningkatkan kesadaran ibu rumah tangga mengenai pencegahan stunting dan pentingnya pemantauan pertumbuhan anak. Diharapkan, kegiatan serupa dapat dilakukan lebih sering untuk mengurangi prevalensi stunting di Nagari Singguliang.

Kata Kunci: *Stunting, Pendidikan Kesehatan, Kuis Interaktif*



PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia dan menjadi salah satu hambatan utama dalam mewujudkan generasi yang sehat dan produktif. Stunting adalah kondisi di mana anak mengalami pertumbuhan yang terhambat akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yang meliputi masa kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan anak. Berdasarkan data SSGI (2025), prevalensi stunting nasional Indonesia mengalami penurunan menjadi 19,8% pada tahun 2024, tetapi angka tersebut masih jauh dari target yang diharapkan. Di Sumatera Barat, prevalensi stunting pada 2023 tercatat sebesar 23,6%, yang lebih tinggi dari angka rata-rata nasional (Redaksi, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat penurunan, masalah stunting di Sumatera Barat, khususnya di Nagari Singguliang, masih sangat memprihatinkan dan memerlukan perhatian yang lebih besar. Penurunan prevalensi stunting memerlukan langkah-langkah yang terkoordinasi, baik dari pemerintah, masyarakat, maupun lembaga pendidikan, agar dapat mencapai target nasional yang diinginkan.

Pencegahan stunting membutuhkan pendekatan yang komprehensif dan edukatif, dengan melibatkan berbagai pihak, terutama ibu rumah tangga, yang berperan penting dalam pengelolaan gizi anak. Ibu rumah tangga memiliki tanggung jawab utama dalam memastikan bahwa anak-anak mereka memperoleh asupan gizi yang cukup, terutama pada masa-masa pertumbuhan yang krusial. Rahmawati et al. (2020) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan kepada ibu rumah tangga mengenai pencegahan stunting sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan mereka mengenai pemberian gizi yang tepat bagi anak-anak mereka (Rahmawati et al., 2020). Penyuluhan ini sangat penting agar ibu rumah tangga bisa memahami dengan baik bagaimana cara memberikan makanan yang bergizi, sesuai dengan kebutuhan anak pada usia pertumbuhan. Dengan begitu, diharapkan ibu rumah tangga dapat mengambil langkah-langkah pencegahan yang tepat untuk mencegah stunting, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak.

Selain itu, pemantauan pertumbuhan anak secara rutin menjadi salah satu aspek penting dalam upaya pencegahan stunting. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah dengan memantau berat badan, tinggi badan, dan perkembangan fisik lainnya pada anak-anak. Sahanggamu et al. (2017) menyebutkan bahwa pengukuran dan pemantauan pertumbuhan yang dilakukan secara teratur sangat berperan dalam mendeteksi dini masalah kesehatan, termasuk stunting. Dengan pemantauan yang lebih terstruktur, ibu rumah tangga dapat lebih cepat menyadari adanya ketidaksesuaian dalam pertumbuhan anak, sehingga mereka dapat segera melakukan tindakan yang diperlukan, baik dengan mengubah pola makan anak maupun dengan berkonsultasi dengan tenaga medis. Pemantauan ini juga penting dalam memberikan informasi yang lebih akurat kepada masyarakat mengenai kesehatan anak-anak mereka, serta mencegah terjadinya masalah kesehatan yang lebih serius.

Kegiatan penyuluhan mengenai pencegahan stunting sangat diperlukan di Nagari Singguliang, mengingat tingginya angka stunting di daerah tersebut dan kurangnya pengetahuan ibu rumah tangga tentang pentingnya pola makan sehat. Pebriandi et al. (2023) dalam penelitiannya



menunjukkan bahwa penyuluhan tentang pencegahan stunting yang dilaksanakan di desa-desa telah terbukti efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu rumah tangga mengenai pentingnya pola makan bergizi dan pemantauan pertumbuhan anak (Pebriandi et al., 2023). Sosialisasi yang dilaksanakan secara langsung di masyarakat akan meningkatkan pemahaman mereka tentang penyebab dan dampak stunting, serta pentingnya gizi yang cukup dalam mendukung tumbuh kembang anak. Program seperti ini akan sangat efektif dalam membantu masyarakat, terutama ibu-ibu rumah tangga, untuk lebih peduli terhadap asupan gizi anak-anak mereka dan memastikan bahwa mereka menerima perawatan yang tepat.

Dengan melakukan edukasi dan pemantauan pertumbuhan anak secara rutin, diharapkan akan ada pengurangan prevalensi stunting yang signifikan di Nagari Singguliang. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada pemberian informasi saja, tetapi juga pada pemberian keterampilan kepada ibu rumah tangga untuk melakukan pemantauan sendiri terhadap pertumbuhan anak mereka. Seperti yang disarankan oleh Wahyuni (2020), penyuluhan tentang pencegahan stunting yang mengedepankan partisipasi aktif masyarakat sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran mereka tentang pentingnya pola makan sehat dan pemantauan tumbuh kembang anak secara rutin (Wahyuni, 2020). Kegiatan ini dapat menjadi langkah awal untuk mengurangi stunting di Nagari Singguliang, sehingga akan berdampak pada peningkatan kualitas hidup masyarakat, serta menghasilkan generasi yang lebih sehat dan berkualitas.

METODE PENELITIAN

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting di Nagari Singguliang dilaksanakan dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran ibu rumah tangga mengenai pentingnya gizi seimbang dan pemantauan pertumbuhan anak. Metode pelaksanaan yang digunakan melibatkan tiga tahapan utama: pelatihan penyuluhan, kuis interaktif, dan pemeriksaan kesehatan. Pada tahap pertama, kegiatan dimulai dengan memberikan penyuluhan kepada ibu rumah tangga mengenai penyebab, dampak, dan cara pencegahan stunting. Materi yang diberikan mencakup pemahaman tentang pentingnya asupan gizi yang cukup, pola makan yang seimbang, serta cara-cara memantau pertumbuhan anak. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan materi yang mudah dipahami dan didukung oleh buklet atau aplikasi edukasi, seperti yang telah terbukti efektif dalam penelitian Sari et al. (2021) yang menggunakan aplikasi edukasi berbasis buku untuk mengedukasi ibu rumah tangga tentang pencegahan stunting melalui pemantauan kesehatan anak. Dalam hal ini, metode pendidikan berbasis media dan aplikasi terbukti meningkatkan pemahaman dan kepedulian ibu terhadap pencegahan stunting.

Selain penyuluhan, kegiatan ini juga melibatkan kuis interaktif sebagai metode penguatan pemahaman masyarakat. Peserta diberikan kesempatan untuk menjawab pertanyaan seputar materi yang telah disampaikan, dan diberikan hadiah sebagai motivasi untuk berpartisipasi secara aktif. Kuis ini bertujuan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta dan meningkatkan keterlibatan mereka dalam kegiatan penyuluhan. Pendekatan kuis ini sejalan dengan temuan dari Afrilia et al. (2025) yang menunjukkan bahwa kuis interaktif dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan partisipasi masyarakat dalam kegiatan edukasi kesehatan. Selanjutnya, tahap ketiga adalah



pemeriksaan kesehatan bagi ibu rumah tangga yang meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, dan tensi. Pemeriksaan kesehatan ini bertujuan untuk memastikan bahwa ibu dalam kondisi sehat untuk merawat anak-anak mereka dan dapat memantau kesehatan anak secara lebih efektif. Keberhasilan kegiatan ini diukur berdasarkan peningkatan pengetahuan ibu tentang stunting, tingkat partisipasi mereka dalam pemeriksaan kesehatan, serta penerapan gaya hidup sehat yang terintegrasi dengan pengelolaan gizi anak yang lebih baik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting yang dilaksanakan di Nagari Singguliang merupakan upaya untuk meningkatkan pemahaman ibu rumah tangga mengenai pentingnya pola makan sehat dan pemantauan pertumbuhan anak. Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 100 ibu rumah tangga yang sebagian besar memiliki anak balita. Program ini terdiri dari tiga tahap utama, yaitu sosialisasi, kuis interaktif, dan pemeriksaan kesehatan. Sosialisasi diisi dengan materi tentang stunting, yang mencakup pengertian stunting, penyebab, dampak, serta cara pencegahannya melalui pola makan bergizi dan pemantauan pertumbuhan anak. Setelah penyuluhan, dilanjutkan dengan kuis interaktif, yang bertujuan untuk menguji sejauh mana peserta memahami materi yang telah disampaikan. Program ini ditutup dengan pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, dan tensi darah ibu rumah tangga. Seluruh kegiatan dilakukan dengan tujuan meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu rumah tangga untuk mencegah stunting melalui pemberian gizi yang baik serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin.

Dari hasil pelaksanaan, dapat disimpulkan bahwa mayoritas peserta menunjukkan pemahaman yang lebih baik mengenai stunting setelah mengikuti kegiatan ini. Sebagian besar peserta dapat menjawab dengan benar pertanyaan-pertanyaan yang diajukan dalam kuis, yang mengindikasikan bahwa mereka benar-benar menyimak materi yang disampaikan selama penyuluhan. Hasil dari pemeriksaan kesehatan juga menunjukkan bahwa banyak ibu rumah tangga yang dalam kondisi kesehatan yang baik, meskipun ada beberapa yang membutuhkan perhatian lebih terkait tekanan darah tinggi. Secara keseluruhan, kegiatan ini dapat dikatakan berhasil mencapai tujuan utamanya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu rumah tangga di Nagari Singguliang tentang pentingnya pencegahan stunting.



Gambar 1. Sosialisasi mengenai pencegahan stunting kepada ibu rumah tangga.



Partisipasi dan Keterlibatan Masyarakat

Tingkat partisipasi ibu rumah tangga dalam kegiatan ini sangat tinggi, dengan lebih dari 90% ibu rumah tangga yang hadir dan aktif terlibat dalam setiap tahap kegiatan. Selama sesi sosialisasi, ibu rumah tangga menunjukkan ketertarikan yang tinggi terhadap materi yang diberikan, dengan banyak pertanyaan yang diajukan dan diskusi yang berlangsung selama kegiatan. Hal ini mencerminkan bahwa ibu rumah tangga sangat peduli terhadap kesehatan anak-anak mereka dan ingin memperoleh lebih banyak informasi mengenai cara mencegah stunting. Selama kuis interaktif, peserta sangat antusias dalam menjawab pertanyaan, dan sebagian besar peserta mampu menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa mereka tidak hanya menyimak informasi tetapi juga mengingat dan memahami apa yang telah disampaikan. Menurut Pebriandi et al. (2023), tingkat partisipasi yang tinggi dalam kegiatan edukasi kesehatan akan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang masalah kesehatan yang mereka hadapi, yang dalam hal ini adalah stunting, dan memotivasi mereka untuk mengambil tindakan pencegahan yang tepat (Pebriandi et al., 2023).

Pemeriksaan kesehatan juga menunjukkan tingkat partisipasi yang sangat baik. Hampir seluruh peserta mengikuti pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran berat badan, tinggi badan, dan tensi darah. Hal ini penting karena pemeriksaan kesehatan dapat membantu mendeteksi masalah kesehatan yang tidak terdeteksi sebelumnya, serta memberikan ibu rumah tangga kesempatan untuk mengetahui kondisi kesehatan mereka dan anak-anak mereka. Sahanggamu et al. (2017) menyebutkan bahwa pemeriksaan kesehatan rutin memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap kesehatan mereka dan memungkinkan mereka untuk mengidentifikasi potensi masalah kesehatan sejak dulu (Sahanggamu et al., 2017). Dengan adanya pemeriksaan kesehatan dalam kegiatan ini, ibu rumah tangga di Nagari Singguliang dapat memperoleh informasi yang sangat berguna untuk menjaga kesehatan diri mereka dan keluarga mereka, serta dapat memantau perkembangan anak-anak mereka secara lebih baik.



Gambar 2. Pemenang kuis interaktif.

Keberhasilan Kegiatan dan Tantangan

Keberhasilan kegiatan sosialisasi dapat dilihat dari peningkatan pemahaman ibu rumah tangga mengenai stunting, pentingnya pola makan bergizi, dan cara pemantauan pertumbuhan anak. Berdasarkan hasil kuis yang diadakan setelah sosialisasi, lebih dari 80% peserta berhasil



menjawab pertanyaan dengan benar, yang menunjukkan bahwa mereka telah memahami materi yang disampaikan. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil memberikan informasi yang bermanfaat dan meningkatkan pengetahuan ibu rumah tangga tentang pencegahan stunting. Selain itu, banyak peserta yang menyatakan bahwa mereka akan mulai memperbaiki pola makan mereka dan memantau pertumbuhan anak-anak mereka dengan lebih seksama. Ini sejalan dengan penelitian Rahmawati et al. (2020) yang menyatakan bahwa penyuluhan yang dilakukan dengan cara yang interaktif dan berbasis pada kebutuhan masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan mereka tentang pencegahan stunting dan mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat (Rahmawati et al., 2020).

Namun, terdapat beberapa tantangan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan waktu ibu rumah tangga, yang mengakibatkan sebagian peserta hanya bisa mengikuti sebagian kegiatan saja. Meskipun demikian, kuis interaktif dan hadiah yang diberikan berhasil mendorong mereka untuk tetap aktif berpartisipasi. Tantangan lainnya adalah memastikan bahwa informasi yang diberikan selama sosialisasi dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari oleh ibu rumah tangga. Untuk mengatasi hal ini, dilakukan pendekatan yang lebih praktis, dengan memberikan contoh nyata dan cara-cara mudah yang dapat diterapkan di rumah. Sebagaimana dikemukakan oleh Siswati et al. (2020), pendekatan praktis yang berbasis pada kehidupan sehari-hari sangat efektif untuk mengedukasi masyarakat tentang pencegahan stunting (Siswati et al., 2020). Meskipun tantangan ini ada, namun secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat di Nagari Singguliang.



Gambar 3. Pemeriksaan Kesehatan (berat badan, tinggi badan, dan tensi)

Evaluasi Pemeriksaan Kesehatan dan Dampaknya pada Kesehatan Masyarakat

Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan terhadap ibu rumah tangga menunjukkan bahwa sebagian besar peserta dalam keadaan sehat, meskipun ada beberapa ibu rumah tangga yang memiliki masalah ringan seperti hipertensi atau tekanan darah tinggi. Hasil pemeriksaan kesehatan ini memberikan informasi yang sangat berharga bagi ibu rumah tangga untuk lebih peduli terhadap kesehatan mereka dan anak-anak mereka. Menurut Wahyuni (2020), pemeriksaan kesehatan yang rutin sangat penting dalam mendeteksi dini masalah kesehatan dan meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatannya secara berkelanjutan (Wahyuni, 2020). Dengan adanya pemeriksaan kesehatan ini, ibu rumah tangga di Nagari Singguliang tidak hanya mendapatkan



informasi tentang kesehatan diri mereka, tetapi juga lebih memahami pentingnya pemantauan kesehatan untuk mendukung tumbuh kembang anak-anak mereka.

Selain itu, pemeriksaan kesehatan ini juga memberikan kesempatan untuk meningkatkan kesadaran ibu rumah tangga tentang pentingnya mengelola kesehatan keluarga. Hasil pemeriksaan yang menunjukkan adanya masalah kesehatan pada beberapa ibu rumah tangga, seperti hipertensi, mendorong mereka untuk lebih berhati-hati dalam mengelola kesehatan mereka sendiri. Dengan meningkatnya kesadaran ini, diharapkan dapat tercipta perubahan gaya hidup yang lebih sehat di kalangan ibu rumah tangga di Nagari Singguliang. Pemantauan kesehatan yang teratur juga akan membantu ibu rumah tangga untuk lebih siap dalam menghadapi masalah kesehatan yang mungkin terjadi pada anak-anak mereka, serta lebih proaktif dalam mengatasi masalah kesehatan sebelum berkembang menjadi lebih serius.



Gambar 4. Ibu Rumah Tangga yang mendapatkan pemeriksaan kesehatan.

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi pencegahan stunting di Nagari Singguliang telah berhasil meningkatkan pemahaman ibu rumah tangga tentang pentingnya pola makan sehat, pemantauan pertumbuhan anak, serta pencegahan stunting. Penyuluhan yang dilakukan, diikuti dengan kuis interaktif dan pemeriksaan kesehatan, menunjukkan bahwa lebih dari 80% peserta berhasil memahami materi yang diberikan. Pemeriksaan kesehatan juga menunjukkan sebagian besar ibu rumah tangga dalam kondisi sehat, meskipun ada beberapa yang memerlukan perhatian lebih terkait hipertensi.

Dengan keberhasilan kegiatan ini, disarankan agar program serupa dapat dilakukan lebih sering untuk memastikan peningkatan pengetahuan dan kesadaran yang berkelanjutan di masyarakat Nagari Singguliang, serta untuk mengurangi prevalensi stunting di masa depan. Selain itu, penting untuk terus meningkatkan keterlibatan masyarakat dalam kegiatan pencegahan stunting melalui pendekatan yang lebih terstruktur dan melibatkan lebih banyak pihak terkait, baik dari sisi pemerintah maupun lembaga pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrilia, D., Razi, P., & Nopindra, A. (2025, May). The Effectiveness of Using Interactive Quiz CENTING (Cegah Stunting) On The Knowledge and Behavior of Mothers of Toddlers About Stunting Prevention In Bukit Perentak Village, Merangin District. In Proceeding



- Pebriandi, P., Fatriansyah, A., Rizka, D., Indahsari, L. N., Yulanda, N. O., & Nurianti, N. (2023). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Masyarakat Desa Simandolak Kecamatan Benai Kabupaten Kuantan Singgingi. *ARRUS Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 53-57.
- Rahmawati, R., Bagata, D. T. R., Raodah, R., Almah, U., Azis, M. I., Zadi, B. S., ... & Putri, M. S. K. (2020). Sosialisasi Pencegahan Stunting Untuk Meningkatkan Sumber Daya Manusia Unggul. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 1(2), 79-84.
- Redaksi. (2024). Pemprov Sumbar Evaluasi Penanganan Stunting, Target 14 Persen di 2024. Diakses dari: <https://www.kabarsumbar.com/berita/pemprov-sumbar-evaluasi-penanganan-stunting-target-14-persen-di-2024/>
- Sahanggamu, P. D., Purnomosari, L., & Dillon, D. (2017). Information exposure and growth monitoring favour child nutrition in rural Indonesia. *Asia Pacific journal of clinical nutrition*, 26(2), 313-316.
- Sari, G. M., Sucipto, T. H., Mulyatno, K. C., Churrotin, S., Prasetya, R. E., Soenatalina, S., & Theodora, S. (2021). Early stunting detection education as an effort to increase mother's knowledge about stunting prevention. *Folia Medica Indonesiana*, 57(1), 70-75.
- Siswati, T., Iskandar, S., Pramestuti, N., Raharjo, J., Rialihanto, M. P., Rubaya, A. K., & Wiratama, B. S. (2022). Effect of a short course on improving the cadres' knowledge in the context of reducing stunting through home visits in Yogyakarta, Indonesia. *International journal of environmental research and public health*, 19(16), 9843.
- SSGI. (2025). SSGI 2024: Prevalensi Stunting Nasional Turun Jadi 19,8%, Capai Angka di Bawah Proyeksi Bappenas. Diakses dari: <http://stunting.go.id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-jadi-198-capai-angka-di-bawah-proyeksi-bappenas/>
- Wahyuni, E. S., & Putri, N. I. (2022). Sosialisasi Pencegahan Stunting Di Desa Banjar Negara Kecamatan Baradatu. *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 1-7.