

Artikel Penelitian

STUNTING DAN UPAYA PENCEGAHAN STUNTING: GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP MAHASISWA UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA

Ros Diana Tuarita¹, Retno Dwi Wulandari^{2*}, Harya Narottama³, Erny⁴

¹Program Studi Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya,

²Bagian Ilmu Biomedik, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya,

³Bagian Ilmu Kebidanan dan Penyakit Kandungan, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya,

⁴Bagian Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, Jl. Dukuh Kupang XXV/54, Dukuh Kupang, Kecamatan Dukuhpakis, Surabaya.

^{2*}Email: retno.wulandari@uwks.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: Stunting masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat utama di Indonesia, yang sebagian besar disebabkan oleh rendahnya kesadaran dan kurangnya pengetahuan mengenai upaya pencegahan dini, khususnya pada masa remaja. Sebagai bagian dari generasi muda, mahasiswa memiliki potensi yang besar untuk berperan sebagai agen perubahan dalam menurunkan prevalensi stunting di masa mendatang. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan dan sikap mahasiswa Universitas Wijaya Kusuma Surabaya terhadap stunting dan upaya pencegahannya. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan desain potong lintang (cross-sectional). Responden adalah mahasiswa tahun ajaran 2023/2024 dari beberapa fakultas yang dipilih melalui teknik fixed-quota dan convenience sampling. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi dari setiap variabel penelitian. **Hasil:** Sebagian besar responden menunjukkan tingkat pengetahuan dan sikap yang tergolong sedang hingga baik terhadap pencegahan stunting. **Kesimpulan:** Mahasiswa Universitas Wijaya Kusuma Surabaya memiliki tingkat pengetahuan yang cukup hingga baik serta sikap positif terhadap pencegahan stunting. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa berpotensi menjadi kelompok yang berperan aktif dalam upaya pencegahan stunting melalui pendidikan kesehatan, promosi perilaku hidup sehat, serta dukungan terhadap program perbaikan gizi nasional.

Kata kunci: Pencegahan, Pengetahuan, Sikap, Stunting.

Abstract

Background: Stunting remains a major public health issue in Indonesia, primarily resulting from limited awareness and insufficient knowledge about early prevention, particularly during adolescence. As part of the younger generation, university students possess substantial potential to act as agents of change in reducing the prevalence of stunting in the future. **Objective:** This study aims to describe the level of knowledge and attitudes of students at Universitas Wijaya Kusuma Surabaya regarding stunting and its prevention. **Method:** This descriptive research employed a cross-sectional design. Respondents were undergraduate students academic year 2023/2024 from several faculties, selected through fixed-quota and convenience sampling techniques. Data were analyzed using univariate methods to illustrate the distribution of each variable. **Results:** Most respondents demonstrated moderate to good levels of knowledge and attitudes toward stunting prevention. **Conclusion:** Students at Universitas Wijaya Kusuma Surabaya showed adequate to strong knowledge and positive attitudes concerning stunting prevention. These findings highlight their significant potential as a key group capable of contributing to stunting reduction efforts through health education initiatives, the promotion of healthy behaviors, and active support for national nutrition improvement programs.

Keywords: *Attitude, Knowledge, Prevention, Stunting*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu masalah global yang saat ini masih menjadi perhatian utama. Sekitar 162 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting. Diperkirakan pada tahun 2025 terdapat 127 juta anak di bawah usia lima tahun mengalami stunting. Dampak buruk yang ditimbulkan akibat masalah gizi (stunting) dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak dan kecerdasan termasuk pertumbuhan fisik serta gangguan metabolisme (Sriwiyanti et al., 2022).

Di Indonesia ada banyak faktor penyebab terjadinya stunting, termasuk faktor-faktor yang berhubungan dengan hal tersebut seperti status gizi ibu, praktik pemberian ASI, pemberian makanan pendamping dan paparan terhadap infeksi serta determinan terkait pendidikan, system pangan, perawatan kesehatan dan kebersihan air dan lingkungan (Beal et al., 2018).

Stunting yang terus meluas ini tidak hanya berdampak pada anak kecil dan ibu hamil, tetapi juga pada remaja. Pentingnya mengedukasi remaja putri tentang bahaya stunting, indikator dan metode paling efektif untuk pencegahannya. Sehingga untuk memastikan remaja sebagai calon ibu mengerti tentang stunting dan pencegahannya melalui penerapan kebiasaan makan bergizi (Adriani et al., 2024).

Sebagai kontributor penting terhadap gizi buruk remaja, kebiasaan asupan makanan oleh remaja juga perlu mendapat perhatian khusus. Terbukti bahwa pola makan remaja di negara-negara dengan sumber daya terbatas umumnya buruk secara gizi (Ashebir Kebede & Yimer Ayele, 2021). Pengetahuan yang tepat tentang faktor resiko yang berhubungan dengan stunting sangat penting untuk mengurangi tingkat stunting dan mengembangkan strategi pencegahan (Talukder et al., 2018).

Pencegahan dapat dilakukan sejak dini, sehingga pencegahan dapat dimulai sejak dini. Remaja putri yang akan mengalami menstruasi dapat mencegah terjadinya anemia. Jika anemia berlanjut selama kehamilan, hal ini dapat menyebabkan janin yang tidak sehat. Masalah kesehatan remaja perlu mendapat perhatian dari pemerintah Indonesia, terutama kalangan perempuan. Sebab, remaja perempuan merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap malnutrisi dan salah satu penyebabnya adalah menstruasi dan penyakit menular pada remaja. Penyakit yang disebabkan oleh faktor lingkungan dan sanitasi yang buruk menyebabkan penurunan sistem kekebalan tubuh dan pertumbuhan terhambat (Sriwiyanti et al., 2022).

Sejumlah penelitian terdahulu mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap memiliki kaitan erat terhadap perilaku pencegahan stunting (Azzahra et al., 2024). Hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa mahasiswa sebagai kelompok terdidik masih menunjukkan variasi dalam pemahaman mengenai stunting (Ongga et al., 2024). Berdasarkan temuan-temuan tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan secara khusus tingkat pengetahuan dan sikap mahasiswa di Universitas Wijaya Kusuma Surabaya terhadap pencegahan stunting.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* yang memberikan gambaran tingkat pengetahuan dan sikap melalui instrumen kuesioner. Jumlah sampel dipilih berdasarkan pedoman Frankel & Wallen (1993), untuk ukuran sampel minimal 100 responden untuk penelitian deskriptif. Kriteria eksklusi sampel adalah responden yang tidak mengisi kuesioner dengan lengkap dan tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Variabel penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap dari mahasiswa Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Responden merupakan mahasiswa dari beberapa fakultas yang dipilih secara praktis untuk mewakili populasi. Data dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan persentase tiap variabel serta mengkaji tingkat pengetahuan dan sikap responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi ini menggunakan data primer dari Mahasiswa Universitas Wijaya Kusuma Surabaya tahun ajaran 2023/2024. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, pengolahan data univariat yang diteliti didapatkan mahasiswa Laki-laki sebanyak 46 (46%) dan Perempuan sebanyak 54 (54%).

Tabel 1. Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa terhadap Stunting dan Upaya Pencegahannya

Keterangan	Kriteria	Frekuensi (%)
Tingkat Pengetahuan	Baik	42 (42%)
	Cukup	41 (41%)
	Kurang	17 (17%)
	Total	100 (100%)
Sikap	Baik	55 (55%)
	Cukup	43 (43%)
	Kurang	2 (2%)
	Total	100 (100%)

Berdasarkan tabel di atas, tingkat pengetahuan mahasiswa tentang stunting dari hasil kuesioner yang diberikan menunjukkan kategori tingkat pengetahuan yang baik dengan jumlah 42 orang (42%), pengetahuan cukup (41%) dan yang paling kecil yaitu 17 orang (17%) tergolong kurang. Hasil lain juga menunjukkan sikap mahasiswa tentang upaya pencegahan stunting dengan kategori baik adalah persentase yang paling tertinggi yaitu (55%), sikap dengan kategori cukup (43%) dan hanya (2%) untuk sikap dengan kategori kurang.

Tabel 2. Pernyataan Kuesioner Tingkat Pengetahuan Mahasiswa tentang Stunting

No.	Pertanyaan
1	Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi kronis sejak dalam kandungan.
2	Hamil pada usia <20 tahun berisiko bayi BBLR (Berat Badan Lahir Rendah)
3	Anak yang mengalami stunting memiliki tinggi badan di bawah standar untuk usianya.
4	Gizi ibu hamil mempengaruhi risiko stunting pada anak.
5	ASI eksklusif harus diberikan selama 6 bulan untuk mendukung pertumbuhan optimal.
6	Air bersih dan sanitasi yang baik dapat mengurangi stunting.
7	Stunting dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak dan kemampuan belajar.
8	Intervensi pencegahan stunting paling efektif dilakukan pada 1.000 hari pertama kehidupan (HPK).
9	ASI eksklusif dapat membantu mencegah stunting pada bayi.
10	Ibu hamil yang kekurangan zat besi memiliki risiko lebih tinggi melahirkan anak stunting.
11	Bayi dengan berat badan lahir rendah berisiko lebih tinggi terkena stunting.
12	Edukasi pra-nikah tentang kesehatan reproduksi adalah salah satu pencegahan stunting.
13	Menghindari/membatasi makan junk food dan makanan tidak seimbang bisa mencegah stunting.
14	Stunting dapat menyebabkan penurunan kecerdasan dan produktivitas di masa depan.
15	Pemberian tablet penambah darah pada remaja putri adalah salah satu pencegahan stunting.

Keterangan: Pilihan jawaban Benar, Salah dan Tidak Tahu

Tabel 3. Pernyataan Kuesioner tentang Sikap Mahasiswa terhadap Upaya Pencegahan Stunting

No.	Pertanyaan
1.	Selama ini saya menjaga pola makan yang sehat dan seimbang untuk mencegah stunting pada keturunan saya.
2.	Saya mengerti gejala anemia dan saya mengonsumsi TTD (tablet tambah darah) apabila saya terkena anemia.
3.	Saya menjaga kebersihan dengan menerapkan PHBS (perilaku hidup bersih dan sehat) seperti mencuci tangan menggunakan sabun atau membuang sampah pada tempatnya.
4.	Mahasiswa perlu terlibat dalam penyuluhan tentang pencegahan stunting karena itu tanggung jawab tenaga kesehatan.
5.	Saya menjaga pola hidup sehat saya dengan olahraga dan tidak merokok.
6.	Saya setuju stunting dapat dicegah dengan edukasi yang baik sejak dini.
7.	Mahasiswa memiliki peran untuk menyebarkan informasi tentang pencegahan stunting.
8.	Saya mendukung adanya larangan merokok di area publik.

Keterangan: Pilihan jawaban Setuju dan Tidak Setuju

Hasil Uji Independent-Samples T-Test

Tabel 4 di bawah ini menggambarkan perbandingan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa tentang Stunting dan Upaya Pencegahannya berdasarkan Jenis Kelamin.

Tabel 4. Perbandingan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Jenis Kelamin	F	p-value
Pengetahuan	Laki-laki	46	0.059
	Perempuan	54	
Sikap	Laki-laki	46	0.008
	Perempuan	54	

Hasil pengujian pada tingkat pengetahuan menunjukkan tidak ada signifikansi, maka secara statistik tidak terdapat perbedaan tingkat pengetahuan antara mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Pada variabel sikap, didapatkan nilai signifikansi (0,008) lebih kecil dari nilai (p -value < 0.05), yang memberikan kesimpulan adanya perbedaan bermakna pada mahasiswa berjenis kelamin perempuan memiliki sikap lebih positif tentang upaya pencegahan stunting dibandingkan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki.

Stunting adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Masalah stunting merupakan masalah Kesehatan Masyarakat yang berhubungan dengan meningkatnya resiko kesakitan, kematian dan hambatan pada pertumbuhan baik motorik maupun mental (Rahmadhita, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengerti tentang penyakit stunting. Pengetahuan terkait pendidikan kesehatan memegang peranan penting yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku seseorang. Pendidikan kesehatan khususnya tentang stunting ditujukan untuk remaja dalam mempersiapkan bekal memasuki tahap kehidupan selanjutnya sehingga kejadian stunting dapat dicegah (Kinanti et al., 2022).

Remaja memiliki peluang besar untuk memutus siklus stunting, karena mereka adalah orangtua masa depan yang akan melahirkan generasi berikutnya. Masa remaja menawarkan kesempatan untuk mengatasi masalah gizi yang ditimbulkan selama dekade pertama kehidupan dan untuk mengembangkan pola makan dan gaya hidup sehat. Ini adalah masa ketika sikap terbentuk serta pembentukan pola makan dan praktik makan (Arza et al., 2022). Penelitian ini sejalan dengan penelitian tentang sikap remaja putri dalam mengonsumsi tablet suplemen darah sebagai pencegahan stunting, mayoritas remaja berada dalam sikap baik (75%). Remaja putri yang anemia memiliki banyak risiko buruk selama kehamilan, persalinan, dan pascapersalinan. Selain itu, anak-anak yang lahir kemungkinan akan mengalami stunting, sehingga siklus malnutrisi terus berlanjut (Rizkiana, 2022).

Pada penelitian Saputri et al. (2024), menjelaskan kurangnya pemahaman dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan dan pendidikan karena responden memiliki latar belakang non-kesehatan, sehingga mempengaruhi proses pengetahuan dari lingkungan pendidikan non-kesehatan. Hasilnya menunjukkan bahwa diperlukan pendidikan lebih lanjut tentang stunting dan upaya pencegahannya seperti suplemen zat besi. Penelitian terkait pencegahan stunting telah dilakukan pada perempuan usia subur, dan hasilnya menunjukkan bahwa setelah edukasi tentang pencegahan stunting diberikan kepada perempuan usia subur, pengetahuan dan sikap terkait pencegahan stunting meningkat (Medinawati et al., 2022).

Penyebab terjadinya stunting yang multidimensi mengakibatkan penanggulangannya juga perlu dilakukan multisektor, salah satunya dengan mendidik calon pengantin wanita maupun laki-laki mengenai masa 1.000 HPK. Pencegahan stunting perlu dilakukan sedini mungkin khususnya pada kelompok remaja, karena pendidikan ibu maupun pendidikan ayah, keduanya signifikan berhubungan dengan kejadian stunting pada anak (Arsyad et al., 2022).

Pengetahuan menjadi faktor penting dalam bersikap karena pengetahuan yang dimiliki menjadi landasan untuk seseorang mengambil sikap, sehingga sikap yang didasari dengan pengetahuan yang baik akan lebih lama dibandingkan tanpa adanya pengetahuan (Senudin, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian Adhi et al. (2024), ditemukan adanya korelasi yang signifikan antara sikap positif remaja perempuan terhadap pencegahan stunting dengan rendahnya angka kejadian stunting. Remaja dengan sikap yang mendukung upaya pencegahan stunting menunjukkan prevalensi stunting sebesar 7,4%, jauh lebih rendah dibandingkan dengan 16,9% pada kelompok remaja dengan sikap yang kurang mendukung ($p = 0,001$). Temuan ini menegaskan bahwa selain pengetahuan, pembentukan sikap yang positif di kalangan remaja memiliki peran penting dalam menekan risiko terjadinya stunting.

Studi *cross-sectional* di Desa Gading, Probolinggo, yang meneliti perilaku pemenuhan nutrisi seimbang pada wanita pra-konsepsi. Ditemukan bahwa edukasi gizi pra-konsepsi signifikan meningkatkan perilaku pemenuhan gizi ibu calon hamil, yang merupakan intervensi penting dalam pencegahan stunting (Hidayati & Hanifah, 2025).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa tentang Stunting dan Upaya Pencegahan Stunting di Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan pada mahasiswa di Universitas Wijaya Kusuma Surabaya bervariasi dengan mayoritas mahasiswa memiliki tingkat pengetahuan yang baik hingga cukup, sedangkan sikap pada mahasiswa disimpulkan memiliki sikap yang baik terhadap Upaya Pencegahan Stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, K. T., Suariyani, N. L. P., Widarini, N. P., Tobing, D. H., & Sukma Astuti, N. M. E. (2024). Prevalence and Determinants of Stunting among Female Adolescents in Priority Areas of Bali: A Cross-Sectional Study in the Year 2022. *Journal of the Dow University of Health Sciences*, 18(2), 97–104. <https://doi.org/10.36570/jduhs.2024.2.2055>

- Adriani, P., Lanti Retno Dewi, Y., Setyowati, R., & Sugihardjo, S. (2024). Relationship Knowledge And Attitude Towards Stunting Prevention In Adolescent Girls. *Proceeding of International Conference on Science, Health, And Technology*, 229–236. <https://doi.org/10.47701/icohetech.v5i1.4181>
- Arsyad, J. F., Setiawaty, Y., & Yusnidar, Y. (2022). Pengaruh Pengetahuan Calon Pengantin Sebelum dan Setelah diberikan Pendidikan Gizi 1000 HPK Melalui Media Presentasi dan Booklet. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 282–287. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.742>
- Arza, P. A., Oktaviandra, S., Resmiati, R., & Zaqna, F. (2022). Edukasi Gizi Tentang Pentingnya Membaca Label Kemasan Produk Pangan dan Perlindungan Konsumen pada Siswa SMP. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 1072. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v4i4.5780>
- Ashebir Kebede, W., & Yimer Ayele, B. (2021). Magnitude of Stunting and Associated Factors among Adolescent Students in Legehida District, Northeast Ethiopia. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2021, 1–7. <https://doi.org/10.1155/2021/2467883>
- Azzahra, S., Sukmawati, S., & Witdiawati, W. (2024). Relationship of knowledge and attitude towards stunting prevention behavior in adolescent girls. *International Journal of Global Health and Research*, 7(1), 33–40.
- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in <scp>Indonesia</scp>. *Maternal & Child Nutrition*, 14(4). <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Hidayati, T., & Hanifah, I. (2025). The Effect of Balanced nutrition Education on Nutrition Fulfillment Behavior in a Effortto Prevent Stunting in Preconception Women. *The International Journal of Nursing and Midwifery Science*, 8(3), 400–406. <https://doi.org/10.29082/IJNMS/2024/Vol8/Iss3/633>
- Kinanti, B. M. I. M., Marlina, Y., & Suwanti. (2022). Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Leaflet tentang Stunting Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 4(1), 1. <http://jurnalmu.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/jurnalmu>
- Medinawati, D. S., Melani, V., Sa'pang, M., & Harna, H. (2022). Pengaruh media edukasi aplikasi “Acenting Seni” terhadap pengetahuan dan sikap cegah stunting sejak dini pada wanita usia subur 20–25 tahun. *jurnal ilmu gizi indonesia*, 06, 57–68.
- Ongga, L., Surya, J. E. P., & Sasmita, P. K. (2024). Understanding Stunting in Toddlers: Factors Impacting Knowledge Levels among FKIKUAI Medical Students (2017-2020). *Journal of Urban Health Research*, 2(1), 32–42. <https://doi.org/10.25170/juhr.v2i1.4700>
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan Stunting dan Pencegahannya Stunting Problems and Prevention. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 225–229. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.253>
- Rizkiana, E. (2022). Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) sebagai Pencegahan Stuntig. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 24–29. <https://doi.org/10.48092/jik.v9i1.183>
- Saputri, R. M. K. W., Achmad, G. N. V., Andarsari, M. R., & Yuda, A. (2024). Knowledge, attitudes, and behavior of students about iron supplementation to prevent stunting. *Pharmacy Education*, 24(3), 353–357. <https://doi.org/10.46542/pe.2024.243.353357>
- Senudin, P. K. (2021). Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Balita Tentang Gizi Terhadap Kejadian Stunting Di Desa Belang Turi, Manggarai, NTT. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 4(1), 4–6.
- Sriwiyanti, Hartati, S., Aflika F, D., & Muzakar. (2022). Effectiveness of Nutritional Education on Knowledge and Adolescent Attitudes About Stunting in High School. *Journal of Applied Nursing and Health*, 4(1), 16–22. <https://doi.org/10.55018/janh.v4i1.30>
- Talukder, A., Rahman Razu, S., & Hossain, Z. (2018). Factors affecting stunting among under-five children in Bangladesh. *Family Medicine & Primary Care Review*, 20(4), 356–362. <https://doi.org/10.5114/fmpcr.2018.79348>