CENDEKIA UTAMA
Jurnal Keperawatan dan
Kesehatan Masyarakat
STIKES Cendekia Utama Kudus

P-ISSN 2252-8865
E-ISSN 2598-4217
Vol 15, No 3 Oktober, 2026
Tersedia Online:
htpp://jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id

HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI DENGAN KEJADIAN *STUNTING* : *LITERATURE REVIEW*

Andini Putri Lestari[1], Mira Trisyani Koeryaman[2] , Nina Sumarni[3]
[1-3] Program Studi S1 Keperawatan Universitas Padjadjaran
Email: andini22004@mail.unpad.ac.id

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan anak. Kondisi ini muncul akibat kekurangan gizi dalam waktu lama, yang salah satunya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan ibu mengenai pemenuhan gizi balita. Literature review ini bertujuan untuk mengkaji hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* berdasarkan penelitian yang terpublikasi dalam lima tahun terakhir. Penelusuran artikel dilakukan melalui database Google Scholar, SINTA, dan PubMed dengan kata kunci "pengetahuan gizi ibu", "*stunting*", dan "balita"; diperoleh enam artikel yang memenuhi kriteria relevansi. Hasil telaah menunjukkan bahwa mayoritas ibu dengan pengetahuan gizi baik cenderung memiliki anak dengan status gizi normal, sementara ibu dengan pengetahuan rendah memiliki risiko lebih tinggi memiliki balita *stunting*. Hampir seluruh penelitian menyatakan bahwa pengetahuan gizi ibu berhubungan signifikan dengan kejadian *stunting*, terutama terkait praktik pemberian makan, pemilihan makanan, serta pemantauan pertumbuhan. Kesimpulan yang didapatkan adalah pengetahuan gizi ibu berhubungan secara signifikan dengan kejadian *stunting* pada anak.
Kata Kunci: Balita, Gizi, Pengetahuan Ibu, *Stunting*

ABSTRACT

Stunting is a chronic nutritional problem that has long-term impacts on children's physical growth and developmental outcomes. This condition arises from prolonged inadequate nutrient intake, which is partly influenced by the level of maternal knowledge regarding toddler nutrition. This literature review aims to examine the relationship between maternal nutritional knowledge and the incidence of stunting based on studies published in the past five years. Article searches were conducted through the Google Scholar, SINTA, and PubMed databases using the keywords "maternal nutrition knowledge," "stunting," and "toddlers," with six studies meeting the inclusion criteria. The findings indicate that mothers with good nutritional knowledge are more likely to have children with normal nutritional status, whereas those with low levels of knowledge have a higher risk of having stunted toddlers. Nearly all reviewed studies reported a significant association between maternal nutritional knowledge and stunting, particularly in relation to feeding practices, food selection, and growth monitoring. The conclusion drawn is that maternal nutritional knowledge is significantly associated with the incidence of stunting in children.
Keywords: *Maternal Knowledge, Nutrition, Stunting. Toddlers.*

LATAR BELAKANG

Stunting masih menjadi salah satu persoalan gizi kronis yang menimbulkan dampak signifikan pada kesehatan global, terutama pada bayi dan balita, ditandai dengan panjang atau tinggi badan di bawah minus dua standar deviasi menurut kurva pertumbuhan World Health Organization (WHO, 2024). Kondisi ini disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang yang dipengaruhi faktor sosial ekonomi rendah, asupan nutrisi tidak adekuat, kesehatan ibu yang kurang optimal, riwayat infeksi berulang, serta praktik pemberian makan yang tidak sesuai standar (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO) yang dikutip oleh Safitri et al (2024), pada tahun 2020 tercatat sebanyak 149 juta anak balita mengalami *stunting*, atau sekitar 22%. Menurut *Joint Child Malnutrition Estimates* (JME) pada tahun 2023 prevalensi *stunting* di tingkat global menyentuh angka 22,3% atau sebanyak 148,1 juta anak di bawah 5 tahun mengalami kondisi *stunting*. Indonesia termasuk negara dengan angka prevalensi *stunting* cukup tinggi dibandingkan negara lain di kawasan Asia Tenggara dengan menempati peringkat kedua tertinggi pada tahun 2020, dengan prevalensi *stunting* sebesar 24,4% atau sekitar 5,33 juta balita dari total 6,3 juta anak usia dini. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 menunjukkan prevalensi *stunting* pada balita di Indonesia mencapai 21,6%. Hasil rilis Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Kementerian kesehatan (kemenkes) RI menunjukkan *stunting* masih relatif tinggi yaitu berada di angka 21,5% yang meskipun menunjukkan penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya namun masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan oleh WHO yaitu di bawah 20%. Angka ini mencerminkan bahwa satu dari lima anak balita di Indonesia mengalami hambatan pertumbuhan.

Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya *stunting* pada anak faktor penyebab berupa faktor langsung maupun tidak langsung dan penyebab mendasar. Penyebab langsung adalah asupan gizi balita dan riwayat penyakit infeksi sedangkan penyebab tidak langsung asupan tidak adekuat (tidak tersedianya makanan, pengetahuan ibu yang rendah, tabu atau tradisi yang tidak sehat, tidak memanfaatkan pekarangan untuk menanam buah dan sayur) dan penyakit infeksi (lingkungan tidak sehat, tidak tersedia sumber air bersih, perilaku yang tidak sehat) kebiasaan buruk yang tidak higienis atau tidak bersih, tidak mendapatkan imunisasi lengkap, tidak mencari pertolongan yang benar saat anak sakit) sedangkan penyebab mendasar (pendidikan, penghasilan rumah tangga, ketersediaan air bersih, lingkungan yang tidak sehat, ketidak tersediaan panggan di pasar terdekat, harga bahan panggan tidak terjangkau, keamanan pangan tidak terjamin, budaya dan tradisi, komitmen politik pemangku kepentingan yang kurang (Sari et al., 2020).

Dalam teori KAP (Knowledge, Atitude, Practice), pengetahuan merupakan dasar terbentuknya sikap dan tindakan yang rasional, sehingga tingkat pengetahuan ibu sangat menentukan bagaimana perilaku pengasuhan dijalankan. Perilaku merupakan tahap akhir yang mampu merepresentasikan pengetahuan ibu 17 terealisasikan atau tidak. Perilaku ibu dalam pemilihan makanan, pemantauan kesehatan, kebersihan lingkungan dan peningkatan pengetahuan diri membantu menerapkan intervensi yang efektif dan tepat sehingga mampu mencegah *stunting*. (Arnita et al., 2020).

METODE PENELITIAN

Metode pencarian dan kriteria seleksi artikel dilakukan melalui penelusuran hasil- hasil publikasi ilmiah pada rentang tahun 2019-2024 menggunakan database Google Scholar, SINTA, dan PubMed dengan menggunakan kata kunci "pengetahuan ibu tentang gizi", "*stunting* pada balita", dan "hubungan pengetahuan gizi ibu dengan *stunting*". Pencarian awal dengan kata kunci tunggal menghasilkan lebih dari 15.000 artikel, kemudian dipersempit menggunakan kata kunci gabungan sehingga diperoleh 310 artikel. Setelah dilakukan pembatasan tahun terbit, jenis publikasi *(original research)*, relevansi judul, kesesuaian variabel, serta ketersediaan data pengetahuan ibu dan status *stunting*, didapatkan 11 artikel yang

memenuhi kriteria. Tahap akhir seleksi kualitas metodologis menghasilkan 5 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis sebagai dasar artikel literature review ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan oleh Salsabila et al., 2021 bertujuan untuk meneliti hubungan pengetahuan gizi ibu dengan kejadian *stunting* pada anak balita, Responden penelitian berjumlah 96 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data pengetahuan tentang gizi. Dari 96 responden diperoleh dominan pengetahuan cukup baik 34 responden (35,42%) dan kurang baik sebanyak 33 responden (34,38%). Sebagian kecil termasuk dalam kategori pengetahuan baik sebanyak 29 responden (30,21%). Dari data tersebut menunjukan adanya hubungan antara kejadian *stunting* dengan pengetahuan ibu tentang *stunting*.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Palupi et al., 2023 bertujuan untuk Menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita. Responden penelitian berjumlah 108 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data pengetahuan ibu tentang gizi. Dari 86 responden diperoleh dominan pengetahuan tiggi tentang gizi yaitu sebanyak 67 responden (62%) dan sebagian kecil lainnya memiliki pengetahuan rendah sebanyak 41 responden (38%). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting*.

Temuan lainnya oleh Ramadhan et al., 2024 bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang *stunting* dan asuhan gizi dengan prevalensi *stunting* pada balita. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 90 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan reponden mengenai asuhan gizi. Dari 90 responden didapatkan hasil Ibu dengan anak *stunting* memiliki tingkat pengetahuan asuhan gizi yang kurang 5 responden (50%) dan cukup 5 responden (50%), sementara tidak ada yang berada pada kategori baik. Pada ibu dengan anak normal, sebagian besar memiliki pengetahuan asuhan gizi baik 39 responden (48,8%), diikuti cukup 38 responden (47,5%), dan hanya 3 responden (3,7%) yang tergolong kurang. terdapat korelasi signifikan yang lebih kuat antara pengetahuan ibu tentang asuhan gizi dan kejadian *stunting*.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nisa et al., 2024 bertujuan utuk mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 97 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan responden mengenai pengetahuan ibu tentang gizi. Dari 97 responden didapatkan hasil pengetahuan ibu tentang gizi berada pada tiga kategori, yaitu pengetahuan kurang sebanyak 36 responden (37,1%) **,** pengetahuan cukup sebesar 24 responden (24,7%)**,** dan pengetahuan baik sebesar 37 responden (38,1%)**.** Ketika dianalisis berdasarkan hubungan antara pengetahuan ibu dan kejadian *stunting*, terlihat bahwa ibu dengan pengetahuan kurang memiliki persentase balita *stunting* tertinggi, yaitu 75%, sedangkan hanya 25% yang tidak mengalami *stunting*. Pada kelompok ibu dengan pengetahuan cukup, 45,8% balita mengalami *stunting* dan 54,2% tidak mengalami *stunting*. Sementara pada ibu dengan pengetahuan baik, 43,2% balita mengalami *stunting* dan 56,8% tidak mengalami *stunting*. Dari data tersebut didapatkan hasil bahwasannya terdapat hubungan signifikan atara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting*.

Penelitian yang dilakukan oleh Amalia et al., 2021 bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita, penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu mengenai gizi. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 130 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan ibu tentang gizi berhubungan erat dengan kejadian *stunting* pada balita. Sebagian besar ibu memiliki pengetahuan gizi yang baik (45,4%), namun masih ditemukan 35,4% dengan pengetahuan cukup dan 19,2% dengan pengetahuan kurang. Distribusi menunjukkan bahwa balita yang mengalami *stunting* paling banyak berasal dari ibu dengan pengetahuan kategori cukup (26,2%) dan kurang (16,9%), sedangkan hanya 1,5% balita *stunting* berasal dari ibu dengan pengetahuan baik. Secara proporsional, 88% ibu dengan pengetahuan kurang memiliki anak *stunting*, penelitian ini menegaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian *stunting* pada balita.

Hasil telaah terhadap lima artikel yang dianalisis menunjukkan pola temuan yang konsisten bahwa pengetahuan ibu memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak, khususnya terkait risiko terjadinya *stunting*. Ibu dengan tingkat pengetahuan gizi yang baik cenderung menunjukkan praktik pengasuhan yang lebih tepat, seperti pemberian makan sesuai anjuran, pemilihan bahan makanan yang lebih beragam dan bergizi, serta melakukan pemantauan pertumbuhan secara rutin. Kondisi ini berdampak positif terhadap status gizi anak sehingga risiko *stunting* menjadi lebih rendah. Sebaliknya, pengetahuan ibu yang rendah sering kali dikaitkan dengan praktik pemberian makan yang tidak memadai, rendahnya keragaman pangan, serta ketidakteraturan dalam memantau pertumbuhan, yang pada akhirnya meningkatkan kemungkinan terjadinya *stunting*.

Berdasarkan analisis tematik, terdapat tiga tema utama yang menggambarkan hubungan antara pengetahuan ibu dan kejadian *stunting*. Tema pertama menunjukkan bahwa pengetahuan ibu merupakan faktor determinan dalam praktik pemberian makan. Studi Palupi et al. (2023) dan Amalia et al. (2021) mengonfirmasi bahwa ibu dengan pengetahuan gizi yang baik lebih mampu menerapkan praktik pemberian makan yang tepat, termasuk pemilihan menu yang seimbang dan pemberian MP-ASI sesuai waktu yang direkomendasikan. Tema kedua berkaitan dengan pengaruh pengetahuan gizi terhadap pemilihan dan penyediaan makanan. Salsabila et al. (2021) dan Nisa et al. (2024) menemukan bahwa rendahnya pengetahuan gizi menyebabkan ibu cenderung memberikan makanan yang monoton, rendah zat gizi, dan tidak sesuai kebutuhan balita. Tema ketiga menunjukkan bahwa pengetahuan ibu berperan penting dalam pemantauan pertumbuhan anak. Penelitian Ramadhan et al. (2024) mengungkapkan bahwa ibu dengan pengetahuan baik lebih sering melakukan pemantauan pertumbuhan di posyandu serta memahami tanda-tanda awal masalah gizi, sehingga risiko *stunting* dapat ditekan lebih dini.

Secara keseluruhan, literature review menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tidak hanya berkaitan langsung dengan kejadian *stunting*, tetapi juga memengaruhi beberapa aspek perilaku pengasuhan yang berkontribusi terhadap pemenuhan kebutuhan nutrisi anak. Namun demikian, pengetahuan saja tidak cukup untuk mengatasi masalah *stunting* secara menyeluruh. Faktor lain seperti perilaku pengasuhan, akses terhadap makanan bergizi, kondisi ekonomi keluarga, serta dukungan edukasi kesehatan dari tenaga kesehatan juga memiliki peran penting dalam menentukan status gizi anak. Oleh karena itu, upaya pencegahan *stunting* harus dilakukan secara multidimensional, dengan tetap menjadikan pengetahuan ibu sebagai salah satu fondasi utama dalam intervensi gizi pada anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil telaah terhadap lima artikel penelitian dalam lima tahun terakhir, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian *stunting* pada balita. Ibu dengan pengetahuan gizi yang baik cenderung mampu menerapkan praktik pengasuhan yang tepat, seperti pemberian makan yang sesuai

rekomendasi, pemilihan makanan yang beragam dan bergizi, serta pemantauan pertumbuhan yang rutin, sehingga risiko *stunting* lebih rendah. Sebaliknya, pengetahuan yang rendah sering berkaitan dengan pola asuh gizi yang kurang optimal dan meningkatkan kemungkinan terjadinya *stunting*. Temuan ini menegaskan bahwa pengetahuan ibu merupakan faktor penting yang berkontribusi dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita dan dapat menjadi dasar utama dalam upaya pencegahan *stunting* di tingkat rumah tangga maupun komunitas.

Saran

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat lebih memfokuskan pembahasan pada variabel atau instrumen yang lebih spesifik terkait pengetahuan gizi ibu sehingga hasil yang

diperoleh lebih terarah dan mendalam. Bagi keperawatan komunitas, temuan ini dapat dijadikan dasar untuk menyusun program penyuluhan gizi yang berfokus pada praktik pemberian makan, pemilihan makanan bergizi, serta pentingnya pemantauan pertumbuhan balita secara rutin. Sementara itu, bagi orang tua, khususnya ibu, diharapkan dapat lebih memperhatikan kebutuhan gizi, pola makan, dan perkembangan anak sejak usia dini agar balita dapat terhindar dari risiko *stunting*.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, I.D., Lubis, D.P.U. and Khoeriyah, S.M. (2021) *Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita*, Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu, 12(2), pp. https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.153.

Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada* Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 9(1), 7. https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Profil kesehatan Indonesia tahun 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Khoirun Nisa, K., Kirana, R., Laili, F. J., & Setiawati, E. (2024). *Hubungan pengetahuan ibu tentang gizi dengan kejadian stunting pada balita usia 24–59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Landasan Ulin tahun 2024*. Jurnal Kebidanan Bestari, *8*(1), 52–60.

World Health Organization. (2024). *Global nutrition report: Progress toward the sustainable development goals. World Health Organization*

Palupi, F. H., Renowening, Y., & Mahmudah, H. (2023). Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Berhubungan Dengan Kejadian *Stunting* Pada Balita Umur 24-36 Bulan. *Jurnal Kesehatan Mahardika*, *10*(1), 1–6. https://doi.org/10.54867/jkm.v10i1.14

Ramadhan, M. F., Dimiati, H., Hidayaturrahmi, H., & Indah, R. (2024). *The correlation between stunting, maternal knowledge, and nutritional care in Aceh, Indonesia: Hubungan stunting dengan pengetahuan ibu dan asuhan gizi di Aceh, Indonesia.* Amerta Nutrition, 8(4), 513–518. https://doi.org/10.20473/amnt.v8i4.2024.513-518

Salsabila, S. G., Damailia, R., & Putri, M. (2021). *Hubungan Kejadian Stunting dengan Pengetahuan Ibu tentang Gizi di Kecamatan Cikulur Lebak Banten Tahun 2020*. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, *3*(1), 100–103. https://doi.org/10.29313/jiks.v3i1.7336

Sari, A., Riviwanto, M., Muslim, B., Gusti, A., & Yanti, D. D. (2022). *Determinant factors of stunting in West Pasaman District, West Sumatera Indonesia. Jurnal Kesehatan Lingkungan, 14*(1), 37–44. https://doi.org/10.20473/jkl.v14i1.2022.3-44