

Pencegahan Stunting Dimulai Dari Catin

¹⁾Meylissa*, ¹⁾Diana Lestari, ¹⁾Dian Rahayu, ¹⁾Sisca Amelia

¹⁾Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu- Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Aceh,
Indonesia

Email Corresponding: meylissa_fikes@abulyatama.ac.id*

Received: 28 Juli 2025 Reviewed: 05 Agustus 2025 Published: 12 Agustus 2025

INFORMASI ARTIKEL

ABSTRAK

Kata Kunci:

Stunting
Calon pengantin
Pencegahan
Gizi
Peukan Bada

Stunting merupakan permasalahan gizi kronis yang berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak. Pencegahan stunting perlu dimulai sejak masa pra-kehamilan, salah satunya melalui intervensi pada calon pengantin (catin). Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji upaya pencegahan stunting melalui edukasi dan pemeriksaan kesehatan terhadap catin di wilayah Peukan Bada, Kabupaten Aceh Besar. Metode yang digunakan adalah pendekatan deskriptif dengan pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap catin serta petugas kesehatan di wilayah tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar catin belum memiliki pengetahuan yang memadai mengenai stunting dan pentingnya persiapan gizi sebelum kehamilan. Intervensi berupa edukasi gizi, pemeriksaan status gizi (IMT dan lingkar lengan atas), serta pemberian suplemen zat besi dan asam folat menunjukkan peringkatan kesadaran dan kesiapan catin dalam menghadapi kehamilan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa keterlibatan aktif tenaga kesehatan dan program pembinaan catin secara terpadu sangat penting dalam upaya pencegahan stunting sejak dini. Disarankan agar program edukasi dan pemantauan kesehatan catin di wilayah Peukan Bada terus ditingkatkan untuk mendukung generasi bebas stunting.

ABSTRACT

Keywords:

Stunting
Prospective Brides
Prevention
Nutrition
Peukan Bada

A persistent dietary issue, stunting affects children's physical and mental development over time. Interventions for potential brides and grooms (catin) are one way to start stunting prevention before pregnancy. The purpose of this study is to investigate measures to prevent stunting in the Peukan Bada district of Aceh Besar Regency by means of health examinations and education for potential brides and grooms (catin). Data was gathered using a descriptive technique, which involved interviewing, observing, and documenting local health professionals as well as potential brides and grooms. The findings demonstrated that the majority of potential brides and grooms were not sufficiently informed about stunting and the significance of preparing their diets before becoming pregnant. Potential brides and grooms were more aware of and prepared for pregnancy after receiving nutrition education, iron and folic acid supplements, and nutritional status checks (BMI and mid-upper arm circumference). According to the study's findings, early stunting prevention initiatives depend heavily on the proactive participation of health professionals and an integrated program for potential brides and grooms (catin). To support a generation free of stunting, it is advised that health monitoring and education initiatives for aspiring brides and grooms in the Peukan Bada area be further enhanced.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



I. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah Nasional yang masih menjadi isu Nasional dan perlu perhatian khusus. Permasalahan stunting merupakan salah satu bagian dari double burden malnutrition yang memiliki dampak yang sangat merugikan baik dari sisi kesehatan maupun dari sisi produktifitas ekonomi dalam jangka pendek maupun panjang. Stunting memiliki dampak terhadap perkembangan anak dalam jangka pendek, stunting terkait dengan perkembangan otak anak yang pada akhirnya menyebabkan tingkat kecerdasan yang kurang optimal (Nilawati et al., 2024)

Angka kejadian stunting mengalami naik turun dari tahun ketahun di tahun 2019 terjadi penurunan angka stunting menjadi 27,7 % namun rerata penurunan angka stunting masih lambat. Sedangkan target yang ingin dicapai di tahun 2024 adalah 14% (Kepala BKKBN, 2021).

Ada beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka stunting diantaranya adalah dengan melakukan upaya pencegahan dan mempersiapkan calon ibu yang berkualitas sehingga bisa melewati kehamilan, persalinan, nifas dan menyusui eksklusif serta dapat memantau tumbuh kembang anak secara mandiri dan benar. Kegiatan ini dapat dilakukan melalui metode Spider risk. Metode spider risk berfungsi untuk menjaring ibu yang memiliki faktor risiko mulai dari calon pengantin hal ini dapat digali melalui mitra KUA, kemudian di dampingi saat hamil, bersalin, menyusui eksklusif dan pemantauan serta pemberian nutrisi balita 1000 HPK. (Nilawati et al., 2024)

Indonesia merupakan salah satu negara yang termasuk mempunyai kasus stunting yang cukup tinggi dibandingkan dengan negara-negara yang mempunyai pendapatan menengah lainnya. (Rahmah et al., 2022)

Situasi tersebut jika tidak segera ditangani maka akan dapat mempengaruhi kinerja pembangunan Indonesia baik yang menyangkut pertumbuhan ekonomi, kemiskinan dan ketimpangan lainnya. (Rahmah et al., 2022)

Salah satu masalah mengapa stunting tidak disadari adalah karena stunting baru terlihat setelah dua tahun ternyata balita tersebut pendek. Dan hal yang lebih menghawatirkan lagi adalah di Indonesia khususnya tubuh pendek sering dianggap wajar karena sering dikaitkan dengan keturunan atau faktor genetik hal inilah menjadi tantangan bagi masyarakat agar menghilangkan persepsi tersebut. Oleh karena itu anak yang mengalami stunting merupakan suatu masalah kesehatan masyarakat yang dapat menyebabkan buruknya kualitas sumber daya manusia pada suatu bangsa nantinya. (Rahmah et al., 2022)

Pernikahan atau perkawinan merupakan salah satu tahap yang terpenting dalam sepanjang siklus kehidupan manusia. Menjadi seorang ibu baru adalah peran yang sangat berat. Masa pra konsepsi merupakan masa sebelum hamil, wanita prakonsepsi diasumsikan sebagai wanita dewasa atau wanita usia subur yang siap menjadi seorang ibu, dimana kebutuhan gizi pada masa ini berbeda dengan masa anak-anak, remaja, ataupun usia lanjut. Status gizi prakonsepsi akan mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi yang akan lebih baik jika penanggulangannya dilakukan sebelum hamil. Wanita usia 20 – 35 tahun merupakan usia yang paling tepat dalam mencegah terjadinya masalah gizi terutama kekurangan energi kronik.

Kualitas pertumbuhan pada 1000 hari pertama kehidupan merupakan salah satu fokus dalam pembangunan kesehatan. Pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi pada masa ini akan turut menentukan kualitas tumbuh dan kembang menjadi optimal. Oleh karena masa ini disebut periode kritis karena kegagalan pertumbuhan yang terjadi pada periode ini akan mempengaruhi kualitas kesehatan pada masa mendatang termasuk kualitas pendidikan.

Kondisi lapangan menunjukkan bahwa upaya pemberdayaan kader posyandu di seluruh Indonesia belum optimal dan merata. Masyarakat kurang berpartisipasi aktif dalam program posyandu karena kader posyandu tidak tahu tentang stunting. Masih sangat sedikit bukti ilmiah dan empiris tentang seberapa efektif pemberdayaan kader posyandu dengan kasus stunting balita

di Indonesia, penelitian ini menggunakan pendekatan studi kualitatif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimanakah peran keterlibatan kader posyandu dalam implementasi program pencegahan stunting. (Afifa, 2024)

Hasil dari studi pendahuluan dengan petugas penyuluhan di KUA dan beberapa sampel calon pengantin wanita diketahui bahwa lembar balik terbukti efektif digunakan untuk penyuluhan karena mudah diaplikasikan oleh tenaga kesehatan di masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan. Dengan masih kurangnya pendidikan kesehatan untuk calon pengantin tentang pencegahan stunting di wilayah kerja puskesmas peukan bada, maka peneliti merasa perlu untuk melakukan upaya intervensi peningkatan pengetahuan dan sikap dengan media lembar balik.

Upaya pencegahan stunting secara dini harus dilakukan supaya wanita usia subur yang akan mempersiapkan kehamilan sehingga 1000 hari pertama kehidupan (HPK) anak berhasil dipersiapkan dengan baik. Dalam upaya pencegahan stunting perlu dilakukan untuk ibu dalam memperbaiki status gizinya ketika hamil. Pengetahuan ibu secara tidak langsung mempengaruhi status kesehatan ibu, janin yang dikandung, dan kualitas bayi yang akan dilahirkan. Selama ini upaya peningkatan gizi dilakukan ketika ibu sudah hamil, sehingga akan lebih baik pendidikan gizi khususnya dalam pencegahan stunting dilakukan ketika ibu belum hamil dan akan mempersiapkan kehamilannya (Pendidikan et al., n.d.).

II. MASALAH

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, termasuk di wilayah Peukan Bada, Kabupaten Aceh Besar. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan, angka kejadian stunting di daerah ini masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan oleh WHO. Kondisi ini disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi, rendahnya akses terhadap layanan kesehatan, serta minimnya intervensi sejak periode sebelum kehamilan.

Salah satu kelompok yang belum mendapatkan perhatian maksimal dalam pencegahan stunting adalah calon pengantin (catin). Padahal, fase pra-nikah merupakan periode krusial untuk mempersiapkan kesehatan reproduksi dan status gizi yang optimal sebelum memasuki masa kehamilan. Banyak catin yang belum menjalani pemeriksaan kesehatan pra-nikah secara menyeluruh dan tidak memahami pentingnya asupan gizi yang cukup untuk mencegah risiko stunting pada anak di masa depan.

Masalah ini diperparah dengan terbatasnya program edukasi dan pendampingan catin di tingkat desa atau kecamatan, serta kurangnya koordinasi antar instansi terkait dalam implementasi program pencegahan stunting berbasis masyarakat. Oleh karena itu, perlu dilakukan kajian mendalam dan intervensi nyata untuk mengatasi kurangnya perhatian terhadap catin sebagai titik awal pencegahan stunting

III. METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dengan pendekatan edukatif dan partisipatif yang menyasar calon pengantin (catin) di wilayah Peukan Bada. Metode pelaksanaan terdiri dari beberapa tahapan, yaitu:

1. Identifikasi Sasaran

Data catin diperoleh melalui kerja sama dengan Kantor Urusan Agama (KUA) dan Puskesmas setempat. Catin yang terdaftar untuk menikah dalam waktu 1-3 bulan ke depan dijadikan sebagai sasaran utama kegiatan.

2. Sosialisasi dan Edukasi

Kegiatan sosialisasi dilakukan melalui pertemuan kelompok yang melibatkan catin, keluarga, dan tokoh masyarakat. Materi edukasi meliputi pentingnya gizi sebelum kehamilan, pencegahan anemia, pemeriksaan kesehatan pranikah, serta peran keluarga dalam mendukung catin menuju kehamilan sehat dan pencegahan stunting.

3. Pemeriksaan Kesehatan

Dilakukan pemeriksaan status gizi seperti Indeks Massa Tubuh (IMT), lingkar lengan atas (LiLA), tekanan darah, kadar hemoglobin (Hb), dan status kesehatan reproduksi catin. Hasil pemeriksaan digunakan untuk memberikan rujukan atau intervensi lanjutan bila diperlukan.

4. Pemberian Suplemen Gizi

Catin yang teridentifikasi mengalami kekurangan zat besi atau berisiko mengalami anemia diberikan suplemen berupa tablet tambah darah (TTD) dan asam folat bekerja sama dengan Puskesmas.

5. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi dilakukan melalui kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan catin. Selain itu, dilakukan pemantauan lanjutan oleh kader dan petugas kesehatan untuk memastikan keberlanjutan intervensi sampai masa kehamilan.

Metode pelaksanaan ini mengedepankan kolaborasi lintas sektor, melibatkan tenaga kesehatan, KUA, kader posyandu, dan tokoh masyarakat guna menciptakan lingkungan yang mendukung pencegahan stunting sejak sebelum kehamilan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini melibatkan **30 pasang calon pengantin** (total 60 orang) yang terdaftar di KUA Peukan Bada selama periode Mei-Juli 2025. Rangkaian kegiatan dan hasilnya sebagai berikut:

1. Sosialisasi dan Edukasi Gizi Pranikah

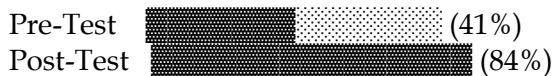
- Materi: gizi sebelum kehamilan, anemia, peran catin dalam pencegahan stunting.
- Metode: ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan leaflet edukatif.
- Evaluasi pengetahuan: dilakukan menggunakan pre-test dan post-test.

Evaluasi Pengetahuan Catin Skor Rata-rata (%)

Sebelum Edukasi (Pre-Test) 41%

Setelah Edukasi (Post-Test) 84%

Grafik Peningkatan Pengetahuan Catin



2. Pemeriksaan Kesehatan Dasar

Seluruh peserta menjalani pemeriksaan sebagai berikut:

Parameter	Jumlah Peserta Bermasalah	Persentase
Anemia ringan (Hb <12)	15 orang	25%
Gizi kurang (IMT <18.5)	11 orang	18.3%
LiLA <23.5 cm	9 orang	15%

- Tindakan: Peserta dengan masalah diberi rujukan ke Puskesmas, serta diberi suplemen TTD dan konseling gizi.

3. Pemberian Suplemen dan Konseling

- Jumlah penerima TTD dan asam folat: 15 orang
- Penerima konseling lanjutan gizi: 20 orang
- Konseling dilakukan oleh bidan desa dan petugas gizi puskesmas.

4. Pemantauan dan Tindak Lanjut

- Pemantauan dilakukan selama 4 minggu pasca kegiatan oleh kader posyandu.
- 80% peserta yang diberi TTD mengonsumsi suplemen secara teratur.

Peningkatan berat badan dan perbaikan kadar Hb dicatat pada kunjungan kedua.



Gambar 1: Melakukan pengukuran tinggi badan pada balita di posyandu desa Gurah



Gambar 2: Membantu catin mengisi kuesioner serta melakukan penyuluhan

Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pencegahan stunting yang dimulai sejak masa calon pengantin (catin) memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan kesiapan kesehatan pranikah. Peningkatan skor pengetahuan peserta dari rata-rata 41% pada pre-test menjadi 84% pada post-test menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan efektif dalam menumbuhkan kesadaran mengenai pentingnya gizi dan kesehatan reproduksi sebelum kehamilan. Ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya intervensi gizi sejak masa remaja dan pranikah sebagai upaya pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Dari sisi status gizi, ditemukannya 25% catin dengan anemia ringan dan 18,3% dalam kondisi gizi kurang menunjukkan bahwa masih banyak pasangan yang belum siap secara kesehatan untuk memasuki masa kehamilan. Hal ini membuktikan bahwa pendekatan pencegahan stunting harus dimulai jauh sebelum masa kehamilan, bukan hanya saat ibu sedang hamil atau saat anak sudah lahir. Pemeriksaan status gizi seperti IMT, lingkar lengan atas (LiLA), dan kadar hemoglobin menjadi indikator awal yang sangat penting untuk menilai kesiapan fisik catin.

Pemberian suplemen seperti tablet tambah darah (TTD) dan asam folat terbukti membantu mengatasi anemia pada sebagian peserta. Pemantauan pasca kegiatan oleh kader dan petugas kesehatan memperlihatkan kepatuhan konsumsi suplemen yang cukup baik (80%), yang diharapkan dapat berkontribusi pada penurunan risiko stunting jika diteruskan secara berkelanjutan.

Dari aspek program, keterlibatan lintas sektor antara KUA, Puskesmas, kader posyandu, dan pemerintah desa sangat mendukung kelancaran kegiatan. Hal ini menunjukkan bahwa pencegahan stunting bukan hanya menjadi tanggung jawab sektor kesehatan saja, tetapi membutuhkan kolaborasi multisektor yang terstruktur dan berkelanjutan. Sayangnya, belum semua desa di wilayah Peukan Bada memiliki sistem pendampingan catin yang berjalan baik. Ini menjadi tantangan tersendiri yang perlu ditindaklanjuti, terutama dalam hal pelatihan kader dan alokasi anggaran desa untuk mendukung program pencegahan stunting sejak hulu.

Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa intervensi pada catin merupakan langkah strategis dan efektif dalam upaya memutus siklus stunting. Namun, keberhasilan jangka

panjang tetap bergantung pada kesinambungan program, dukungan kebijakan lokal, dan peningkatan kapasitas masyarakat dalam memahami pentingnya kesehatan pranikah.

V. KESIMPULAN

Kegiatan pencegahan stunting melalui pendekatan edukatif dan pemeriksaan kesehatan bagi calon pengantin (catin) di wilayah Peukan Bada terbukti memberikan dampak positif. Edukasi yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan, dari 41% menjadi 84%, mengenai pentingnya gizi dan kesehatan sebelum kehamilan. Pemeriksaan kesehatan menunjukkan bahwa sebagian catin masih memiliki risiko anemia dan gizi kurang, yang jika tidak ditangani dapat berdampak pada risiko stunting pada anak di masa depan. Pemberian suplemen serta rujukan kepada layanan kesehatan menjadi langkah awal yang efektif dalam membangun kesiapan catin menjalani kehamilan sehat. Selain itu, keterlibatan lintas sektor (KUA, Puskesmas, kader posyandu, dan pemerintah desa) menjadi faktor pendukung penting dalam pelaksanaan kegiatan ini. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa upaya pencegahan stunting idealnya dimulai sejak masa pranikah. Intervensi terhadap catin merupakan strategi hulu yang tepat dalam menciptakan generasi yang sehat dan bebas stunting, asalkan dilakukan secara konsisten, terprogram, dan melibatkan berbagai pihak terkait.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terutama kepada KUA Kecamatan Peukan Bada yang telah memberikan dukungan dan data calon pengantin sebagai sasaran kegiatan, Puskesmas Peukan Bada beserta tenaga kesehatan yang telah membantu dalam pemeriksaan dan edukasi kesehatan, Kader posyandu dan perangkat desa yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan di lapangan, Serta seluruh peserta calon pengantin yang telah berpartisipasi aktif dan antusias selama kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada rekan-rekan tim pelaksana yang telah bekerja sama dengan penuh tanggung jawab dan dedikasi. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat nyata bagi masyarakat dalam upaya pencegahan stunting secara dini..

DAFTAR PUSTAKA.

- Afifa, I. (2024). Studi Kualitatif Keterlibatan Kader Posyandu Dalam Program Pencegahan Stunting. 2(1).
- Nilawati, I., Sari, N. L., & Zainal, E. (2024). Mentoring Kader Terhadap Pencegahan Stunting Di Desa Sari Mulyo Kecamatan Sukaraja. 2, 7-12.
- Pakaya, N., Wulansari, I., Dzul, A., & Hasanuddin, I. (2024). Peningkatan pengetahuan pencegahan stunting pada pasangan usia subur melalui penyuluhan kesehatan di Desa Bube Baru Kabupaten Bone Bolango Increasing Knowledge of Stunting Prevention in Couples of Reproductive Age through Health Counseling in Bube Baru Village , Bone Bolango District. 4, 182-189. <https://doi.org/10.37373/bemas.v4i2.666>
- Pendidikan, P., Lembar, M., & Tentang, B. (n.d.). VISIKES : Jurnal Kesehatan Masyarakat. 224–233.
- Penelitian, M. I., Iptek, P., & Ernawati, A. (2022). Jurnal Litbang : Media Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting Health Promotion Media to Increase Mother ' s Knowledge about Stunting. 18(2), 139–152.
- Rahmah, M., Dahlawi, & Rahman, A. (2022). Peran Pemerintah Kota Banda Aceh dalam Pencegahan dan Penanganan Stunting Terintegrasi. Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah, 7(3), 25–32. <https://jim.usk.ac.id/FISIP/article/view/20603>.