

PERAN AKTIF AYAH DALAM POLA ASUH: STRATEGI DOOR TO DOOR UNTUK MENGATASI STUNTING

Azka Hayyina¹, Lintang Martha Sari¹, Aulia Isnania Salsabilla¹, Erina Nafisyasyari¹, Mahatma Dewi¹, Hasna Ruwaida¹, Putik Firdiani Kamila¹, Shafa Maulidya¹, Salsabilla Nurmadina¹, Yuyun Novita¹, Dhea Destiana¹, Masandra Maydiana Putri¹, Tanjung Anitasari Indah Kusumaningrum^{1*}, Maftahul Hamida¹, Novita Ariesta², Henny Puspitosari Utami²

¹Prodi Kesehatan Masyarakat/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Puskesmas Kartasura

*Email: tanjung.anitasari@ums.ac.id

Abstrak

Masalah stunting di Indonesia masih tinggi, dengan 148,1 juta anak balita terdampak secara global pada tahun 2022. Stunting menghambat pertumbuhan fisik dan kognitif anak, dengan faktor utama seperti kurangnya gizi dan pola pengasuhan. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ayah tentang pola asuh melalui metode *door-to-door* di Desa Makambahaji. Kegiatan dilaksanakan pada 12 dan 16 Desember 2024 dengan tiga tahapan utama yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan pada skor pengetahuan ayah, dari 71,88 menjadi 93,75. Keterlibatan ayah, seperti bermain dengan anak, terbukti dapat membangun kedekatan emosional dan membantu mendeteksi tanda awal stunting. Program edukasi ini efektif dalam meningkatkan kesadaran ayah mengenai pentingnya peran mereka, terutama dalam pemenuhan gizi, kebersihan lingkungan, dan stimulasi psikososial. Intervensi serupa direkomendasikan untuk terus dilakukan guna mengatasi kesenjangan pengetahuan dalam pencegahan stunting di masyarakat.

Kata Kunci: Peran ayah; stunting; pola asuh, edukasi, anak

Abstract

Stunting remains a significant problem in Indonesia, with 148.1 million children under five affected globally in 2022. Stunting hinders both physical and cognitive development, with primary contributing factors including inadequate nutrition and caregiving practices. This community service activity aimed to increase fathers' knowledge about caregiving through a door-to-door approach in Desa Makambahaji. The activity was conducted on December 12 and 16, 2024, following three main stages: planning, implementation, and evaluation. The results showed an increase in fathers' knowledge scores from 71.88 to 93.75. Fathers' involvement, such as playing with their children, was shown to strengthen emotional bonding and help detect early signs of stunting. This educational program effectively raised fathers' awareness of their important role, particularly in ensuring proper nutrition, maintaining environmental hygiene, and providing psychosocial stimulation. Similar interventions are recommended to continue addressing knowledge gaps in community-based stunting prevention.

Keywords: Father's role, stunting, parenting, education, children

PENDAHULUAN

Stunting di Indonesia masih menjadi masalah serius. Kejadian balita pendek, atau stunting, terjadi ketika tinggi badan anak lebih rendah dibandingkan dengan usianya. Stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kondisi ekonomi keluarga, status gizi ibu selama kehamilan, penyakit yang dialami bayi, dan kurangnya asupan gizi pada balita. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang berada di bawah dua standar deviasi dari median

standar pertumbuhan anak menurut World Health Organization (WHO) (1). Stunting berdampak pada kesehatan anak dalam jangka panjang (2). Oleh karena itu, intervensi sangat diperlukan, khususnya untuk bayi stunting hingga usia dua tahun agar perkembangan mereka tidak tertinggal. Selain itu, untuk mengatasi masalah gizi yang bersifat tidak langsung, seperti faktor lingkungan, diperlukan juga intervensi gizi sensitive (3).

Data WHO 2022 mencatat bahwa 148,1 juta anak di bawah lima tahun mengalami stunting, 45 juta kekurangan gizi, dan 37 juta kelebihan berat badan. Stunting menjadi masalah gizi paling umum dengan kasus terbanyak (4). Stunting merupakan kondisi pertumbuhan balita yang terhambat akibat kekurangan gizi kronis, ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih pendek dibandingkan rata-rata seusianya. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, stunting didefinisikan sebagai perawakan pendek atau sangat pendek dengan tinggi badan kurang dari -2 Standar Deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO (5). Kondisi ini dapat meningkatkan risiko anak mengalami penyakit bahkan kematian, menghambat pertumbuhan tinggi badan yang seharusnya sesuai usia, mengganggu perkembangan motorik, serta meningkatkan risiko penyakit degeneratif di masa depan. Stunting juga memengaruhi kemampuan belajar anak, menurunkan fungsi kognitif, dan produktivitas, sementara dampak jangka panjangnya mencakup meningkatnya biaya kesehatan yang harus ditanggung (6). Pada desa Makamhaji tercatat sebanyak 15 anak yang mengalami stunting dengan indikator tumbuh pendek (TB/U), sehingga prioritas program dilakukan melalui edukasi mengenai peran ayah dalam pola asuhan anak untuk mendukung upaya pengendalian stunting.

Ayah tentunya memiliki peran fisik dan psikologis, seperti yang ditunjukkan oleh peran mereka sebagai contoh yang baik dan berpartisipasi dalam menjaga anak-anak mereka hingga mereka dapat membangun keluarga yang harmonis (7). Ayah bertanggung jawab untuk memberikan ketenangan, keamanan, kenyamanan, dan keharmonisan kepada keluarga (8). Selain itu, ayah juga memiliki kepedulian dan ikut serta dalam pengasuhan,

pendidikan, dan perlindungan ibu dan anak-anaknya. Ayah memastikan bahwa istri mengonsumsi cukup makanan pokok, air minum, dan protein selama kehamilannya. Ayah juga membantu mengajak dan, jika tidak ada masalah, dapat menemani ibu setidaknya empat kali untuk pemeriksaan kandungan (9). Dengan cara ini, ayah dapat membantu ibu mengurangi tekanan dan menghasilkan generasi yang sehat dan cerdas setelah persalinan. Tidak hanya untuk ibu hamil, tetapi juga untuk anak-anak remaja yang memerlukan makanan yang sehat dan bergizi setiap hari. Ayah harus selalu memastikan bahwa seluruh keluarga memiliki air bersih. Memberikan perawatan yang positif kepada anak. Ada banyak cara untuk menjadi teladan hidup yang bersih dan sehat, seperti rajin mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, menerapkan rumah tanpa asap rokok, membuat rumah yang bersih, dan sebagainya (10).

METODE PENGABDIAN

PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 12 desember 2024 dan 16 desember 2024 bersama dengan kader posyandu di Desa Makamhaji. Kegiatan dilakukan melalui pendekatan personal dengan kunjungan dari rumah ke rumah (*door-to-door*) kepada ayah dari balita yang terindikasi stunting. Pada setiap kunjungan, ayah diberikan kuesioner pre-test untuk mengukur pengetahuan awal mengenai pola asuh anak yang berperan dalam pencegahan stunting. Setelah itu, dilakukan edukasi menggunakan media leaflet sebagai alat bantu. Edukasi mencakup informasi tentang angka stunting di Indonesiadampak stunting terhadap kesehatan, tumbuh kembang anak. Selain itu, dijelaskan

juga tentang peran ayah dalam tumbuh kembang anak, pentingnya keterlibatan ayah dalam pola asuh, serta pola asuh yang dianjurkan. Leaflet diberikan kepada ayah sebagai bahan edukasi tambahan yang dapat dipelajari lebih lanjut. Tiga hari setelah edukasi, dilakukan kunjungan kembali ke rumah ayah tersebut untuk memberikan kuesioner post-test. Tujuan dari post-test adalah untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan ayah mengenai pola asuh anak setelah mendapatkan edukasi. Data hasil pre-test dan post-test kemudian dianalisis untuk mengukur efektivitas kegiatan edukasi dalam meningkatkan pengetahuan ayah terkait pencegahan stunting.

Metode pengabdian pada masyarakat ini melalui 3 tahapan yaitu tahapan perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahapan perencanaan dimulai dari mencari informasi mengenai keadaan stunting di Desa Makamhaji. Pertama dilakukan survei pendahuluan dengan wawancara kepada kepala desa dan bidan desa, kemudian dilanjutkan dengan penyebaran kuesioner untuk mengetahui akar penyebab masalah utama stunting di desa tersebut. Dari survey ini diketahui bahwa masih rendahnya pengetahuan orang tua mengenai pola asuh. Tahap kedua yaitu pelaksanaan, dilakukan pre-test pada setiap ayah yang mendapatkan kunjungan untuk mengukur bagaimana pengetahuan pola asuh yang dimiliki oleh ayah. Selanjutnya dilakukan penyuluhan secara langsung menggunakan bantuan leaflet untuk mempermudah penyampaian informasi pada orang tua. Pada tahap ini orang tua dijelaskan mengenai apa itu stunting, bagaimana peran orang tua terutama ayah dalam mengasuh anak. Setelah sesi penyuluhan leaflet diberikan agar

orang tua dapat mempelajari lebih lanjut. Tahap terakhir yaitu tahap evaluasi. Evaluasi dilakukan tiga hari setelah dilakukan edukasi pada orang tua. Evaluasi dilakukan dengan melakukan post-test pada ayah. Post-test ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan edukasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini menekankan pentingnya peran ayah dalam mendukung tumbuh kembang anak usia dini sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting. Stunting merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan tinggi badan anak yang lebih rendah dibandingkan standar usianya, yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi, pola pengasuhan yang kurang optimal, serta minimnya stimulasi pada anak, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Periode tersebut merupakan fase kritis dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Menurut UNICEF (2024), 1.000 hari pertama kehidupan menjadi masa yang sangat menentukan dalam pencegahan stunting, di mana keterlibatan ayah berperan penting dalam memastikan terpenuhinya kebutuhan dasar anak secara optimal.

Pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan delapan orang ayah di Desa Makamhaji sebagai peserta kegiatan edukasi mengenai peran ayah dalam pola asuh anak untuk pencegahan stunting. Sikap ayah diukur melalui beberapa indikator yang mencerminkan keterlibatan mereka dalam kegiatan bersama anak, tanggung jawab dalam pengasuhan, serta peran sebagai teladan dalam keluarga. Hasil pengukuran disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Sikap Ayah

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Kegiatan Bersama Anak Bermain	4	50%
2	Kegiatan di waktu luang bermain bersama buah hati	6	75%
3	Sikap saat anak melanggar aturan membiarkan saja kenakalan anak itu wajar, dan akan berhenti pada masa yang lebih matang memarahi dengan kata-kata (bandel, nakal)	4	50%
4	Tanggung jawab dalam mengasuh anak, berbagi tanggung jawab	4	50%
5	Peran ayah menjadi contoh yang baik bagi anak	5	62,5%
6	Usaha dalam mendidik anaka seperti yang anada lakukan kepada anda	5	62,5%

Hasil pengabdian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (75%) memilih bermain bersama anak sebagai aktivitas waktu luang mereka. Bermain bersama anak tidak hanya membangun kedekatan emosional, tetapi juga menjadi momen penting bagi ayah untuk mengamati pertumbuhan fisik, perilaku, dan perkembangan kognitif anak. Misalnya, ayah yang sering bermain dengan anak dapat lebih cepat menyadari tanda-tanda keterlambatan tumbuh atau perilaku abnormal yang dapat menjadi indikator risiko stunting. serupa yang dikemukakan oleh (11), kehadiran ayah dalam kegiatan sehari-hari anak seperti bermain, bercengkrama, dan memberi makan anak adalah langkah awal dalam menciptakan lingkungan pengasuhan yang suportif.

Namun, terdapat beberapa tantangan yang terungkap dalam penelitian ini. Sebagian besar responden (50%) masih menganggap kenakalan anak sebagai hal yang wajar atau memarahi anak dengan kata-kata. Pola pengasuhan seperti ini dapat mencerminkan kurangnya pemahaman tentang kebutuhan anak untuk mendapat dukungan emosional yang positif. Pola asuh yang terlalu permisif atau keras dapat mempengaruhi perilaku makan anak, yang berdampak pada asupan nutrisi harian mereka. Hal ini penting karena stunting tidak hanya terkait dengan kekurangan gizi, tetapi juga dengan pola makan yang tidak teratur akibat interaksi keluarga yang kurang kondusif.

Tabel 2. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan Ayah

Kelompok Sampel	N	Mean	Persentase Kenaikan
Sebelum (Pretest)	8	71,88	30,4%
Sesudah (Posttest)		93,75	

Tabel 2 menunjukkan hasil pretest dan posttest yang diikuti oleh 8 responden. Nilai rata-rata pretest sebesar 71,88 mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi, dengan rata-rata posttest mencapai 93,75. Peningkatan sebesar

30,4% tersebut menggambarkan adanya peningkatan pengetahuan pada ayah setelah memperoleh edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa program edukasi, yang dirancang untuk memberikan wawasan tentang pola

pengasuhan, kebutuhan gizi anak, dan pentingnya stimulasi perkembangan, memiliki dampak yang positif. Peningkatan ini tidak hanya penting dalam aspek pengasuhan, tetapi juga memiliki makna jangka panjang pada kesehatan dan tumbuh kembang anak.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (12), seminar parenting yang berfokus pada keterlibatan ayah mampu meningkatkan kesadaran akan pentingnya peran ayah dalam memberikan stimulasi positif. Intervensi serupa, bila dikonsentrasikan pada isu stunting, dapat membantu keluarga memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif, menyediakan gizi seimbang, dan pengelolaan pola makan yang sehat, yang semuanya berperan dalam mencegah stunting.

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan memiliki kontribusi besar dalam mencegah stunting. Sebagai tokoh penting dalam keluarga, ayah dapat berperan dalam memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang cukup, menjaga

kebersihan lingkungan, dan memberikan stimulasi psikososial yang memadai (13). Hasil pengabdian ini juga menemukan bahwa 62,5% responden menilai peran ayah sebagai teladan yang baik bagi anak, dan sebagian besar melanjutkan pola asuh yang mereka terima dari orang tua mereka. Pola ini menunjukkan bahwa kebiasaan baik yang dilakukan ayah dapat dipertahankan dan berdampak positif pada anak.

Namun, untuk mencapai hasil yang maksimal, intervensi edukasi perlu mencakup aspek spesifik terkait stunting, seperti tanda-tanda awal stunting, pentingnya gizi mikro (zat besi, zinc, dan vitamin A), serta cara memberikan stimulasi dini melalui bermain. Program edukasi yang mengintegrasikan isu stunting akan membantu mengatasi kesenjangan pengetahuan yang masih ada di antara orang tua, khususnya ayah.



Gambar 1. Pelaksanaan edukasi dan pretest posttest pada ayah di Desa Makmahaji

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil kegiatan pengabdian menunjukkan bahwa peran ayah sangat berpengaruh dalam mendukung tumbuh kembang anak usia dini, yang berkaitan dengan upaya pencegahan stunting. Aktivitas bermain bersama anak menjadi sarana efektif untuk membangun kedekatan emosional sekaligus mengamati pertumbuhan fisik, perilaku, dan perkembangan kognitif anak. Kedekatan ini memungkinkan ayah lebih cepat mengenali tanda-tanda keterlambatan tumbuh atau perilaku abnormal, serta berperan dalam memastikan asupan gizi yang cukup, menjaga kebersihan lingkungan, dan memberikan stimulasi psikososial yang memadai. Hasil evaluasi edukasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta dari 71,88 menjadi 93,75, yang menandakan bahwa edukasi yang diberikan efektif.

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan kegiatan, saran untuk perbaikan ke depan antara lain: pemilihan sasaran edukasi sebaiknya dilakukan dengan pertimbangan yang matang agar kegiatan berjalan lebih efektif; metode dan waktu pelaksanaan perlu disesuaikan agar edukasi lebih efisien; tim pengabdian disarankan meminimalkan biaya pelaksanaan kegiatan; serta pihak kepala desa dan bidan desa diharapkan lebih proaktif memberikan informasi kepada tim pengabdian untuk meminimalkan kesalahan komunikasi dari persiapan hingga evaluasi kegiatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pemerintah Desa Makamhaji, Puskesmas Kartasura dan bidan desa yang telah memberikan izin serta memberikan arah dalam pelaksanaan kegiatan, serta kepada seluruh ayah di Desa Makamhaji atas kesediaannya dalam memberikan waktu, berbagi informasi, dan menjalin kerja sama, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Mardiyati NL, Pristianto A, Ari Shodikin A, Asih Pangastuti N, Diena Amalia N. Edukasi Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Stunting Untuk Anak Pra Sekolah. Vol. 2, Bengawan: Jurnal Pengabdian Masyarakat. 2022.
2. Rahayu P, Putri AM, Marthatia AS, Khairunnisa PA, Hanif AA, Azzahra IL, et al. PENINGKATAN Pengetahuan Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan "Ceting Itu Penting" Pada Ibu Balita Di Desa Telukan Grogol Sukoharjo. *Jurnal Berkawan*. 2024;1(2):74–81.
3. Hatijar H. The Incidence of Stunting in Infants and Toddlers. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*. 2023;12(1):224–9.
4. UNICEF, WHO, WORLD BANK. Level and trend in child malnutrition. 2023.
5. Kemenkes. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. 2023.
6. Zakiyya A, Widyaningsih T, Sulistyawati R, Pangestu JF. Analisis Kejadian Stunting Terhadap Perkembangan Anak Usia 6-24 Bulan. *Jurnal Sains Kebidanan*. 2021;3(1).
7. Astrellita DA, Abidin M. Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak. *IDEA: Jurnal Psikologi*. 2024;8(2):72–82.
8. Waroka LANFRAS. Keterlibatan Ayah Muslim Dalam Pengasuhan Anak Usia Dini. *Innovative: Journal Of Social Science Research*. 2024;4(4):2488–99.
9. Yolanda FSNMR. Peran Ayah Dalam Pencegahan Dan Penanganan Anak Stunting Di Kota Tegal. *Journal of Politic and Government Studies*. 2025;14(2):1076–89.
10. Marsia_marsia, Juniartati E, Sulistyawati D. Efektivitas Modul Edukasi Suami Siaga (Ess) terhadap Pencegahan Stunting. *Window of Health : Jurnal Kesehatan*. 2022;
11. Dewinta TS, Hera RS, Leni PD, Fauziyah SH. Peran Ayah (Fathering) terhadap pengasuhan Balita. *Jurnal Pendidikan Anak*. 2024;13(1):53–64.
12. Shari D, Rihlah J, Munawaroh R, Asmaiyah N. Pola Asuh Ayah Dalam Meningkatkan Perilaku Prososial Anak Usia Dini. *Indonesia Berdaya*. 2024;5(4):1261–6.
13. Mar'Ah Has EM, Asmoro CP, Gua WP. Factors Related to Father's Behavior in Preventing Childhood Stunting Based on Health Belief Model. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. 2022;25(2).