

## BAB II

# Peran Bidan dalam Pencegahan Stunting pada Remaja

Ayesha Hendriana Ngestiningrum, SST, M.Keb

### A. Bidan dan Stunting Pada Remaja di Indonesia

Stunting didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat malnutrisi kronis, ditandai dengan skor z tinggi-untuk-usia di bawah -2 standar deviasi (WHO, 2014). Di Indonesia, prevalensi stunting pada anak di bawah lima tahun dilaporkan sebesar 21,6% pada tahun 2022, turun dari 24,4% pada tahun 2020, namun masih di atas target Organisasi Kesehatan Dunia di bawah 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Stunting memiliki konsekuensi jangka panjang, termasuk penurunan perkembangan kognitif, pencapaian pendidikan yang lebih rendah, dan produktivitas ekonomi yang menurun (Yadika *et al.*, 2019). Remaja, terutama perempuan, memiliki peran kunci dalam kerangka pencegahan stunting karena status gizi mereka sebelum dan selama kehamilan memengaruhi pertumbuhan janin dan kesehatan anak (Eva Lestari *et al.*, 2023).

Bidan di Indonesia adalah penyedia layanan kesehatan primer, terutama di daerah pedesaan dan terpencil, memberikan layanan kesehatan ibu dan anak, termasuk perawatan antenatal, persalinan, dan postnatal (Wulandari & Kusumastuti, 2020). Peran mereka meluas ke remaja melalui program kesehatan masyarakat, intervensi berbasis sekolah, dan konseling kesehatan reproduksi. Masa remaja adalah periode penting untuk mengatasi kekurangan gizi dan membentuk perilaku sehat yang dapat mencegah stunting pada keturunan di masa depan. Intervensi yang menargetkan remaja dapat memutus siklus malnutrisi antargenerasi, karena gizi ibu yang buruk selama remaja meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah dan stunting pada anak (Mediani, 2020).

Penelitian terbaru menyoroti potensi bidan dalam pencegahan stunting melalui pendidikan kesehatan, konseling gizi, dan keterlibatan masyarakat (Hari Andin, 2023; Witdiawati *et al.*, 2024). Namun, kontribusi spesifik mereka pada populasi remaja, khususnya perempuan, masih kurang dieksplorasi. Faktor seperti kesenjangan pengetahuan, keterbatasan sumber daya, dan hambatan budaya dapat membatasi efektivitas mereka. Tinjauan ini mensintesis bukti tentang peran bidan dalam pencegahan stunting pada remaja, mengidentifikasi strategi efektif dan celah dalam praktik saat ini.

Tinjauan literatur ini untuk mengkaji peran dan tanggung jawab bidan dalam pencegahan stunting pada remaja, mengevaluasi efektivitas intervensi yang dipimpin bidan dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku gizi remaja, mengidentifikasi hambatan dan fasilitator yang memengaruhi kontribusi bidan dalam pencegahan stunting, memberikan

rekomendasi untuk meningkatkan dampak bidan melalui pelatihan, kolaborasi, dan dukungan kebijakan.

Tinjauan literatur ini mengadopsi pendekatan sistematis untuk mengidentifikasi dan menganalisis studi yang relevan. Langkah-langkah berikut dilakukan:

### **Strategi Pencarian**

Pencarian komprehensif dilakukan menggunakan basis data seperti PubMed, Google Scholar, dan Garba Rujukan Digital (GARUDA) untuk jurnal Indonesia. Kata kunci meliputi “bidan,” “pencegahan stunting,” “remaja,” “pendidikan gizi,” dan “kesehatan reproduksi.” Operator Boolean (AND, OR) digunakan untuk mempersempit pencarian. Pencarian dibatasi pada artikel ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2020 dan 2025, dalam bahasa Inggris atau Indonesia, untuk memastikan relevansi dan aktualitas.

### **Kriteria Inklusi dan Eksklusi**

- **Kriteria Inklusi:** Studi yang berfokus pada peran bidan dalam pencegahan stunting, intervensi yang menargetkan remaja (usia 10–19 tahun), dan hasil yang terkait dengan *keyword* pengetahuan gizi, perilaku kesehatan, atau faktor risiko stunting. Studi kuantitatif, kualitatif, dan metode campuran dimasukkan.
- **Kriteria Eksklusi:** Studi yang hanya berfokus pada anak di bawah lima tahun, wanita hamil, atau intervensi non-bidan, serta sumber non-ilmiah (misalnya, opini, laporan kebijakan).

### **Ekstraksi dan Analisis Data**

Dari 120 artikel yang diidentifikasi, 15 artikel memenuhi kriteria inklusi setelah penyaringan judul, abstrak, dan teks lengkap. Data diekstraksi mengenai desain studi, ukuran sampel, jenis intervensi, hasil, dan temuan utama. Analisis tematik digunakan untuk mengkategorikan temuan ke dalam tema: peran bidan, efektivitas intervensi, dan hambatan/fasilitator. Penilaian kualitas dilakukan menggunakan *Critical Appraisal Skills Programme* (CASP) untuk studi kualitatif dan *Joanna Briggs Institute* (JBI) untuk studi kuantitatif.

Stunting didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan akibat malnutrisi kronis, ditandai dengan skor z tinggi-untuk-usia di bawah -2 standar deviasi (WHO, 2014). Di Indonesia, prevalensi stunting pada anak di bawah lima tahun dilaporkan sebesar 21,6% pada tahun 2022, turun dari 24,4% pada tahun 2020, namun masih di atas target Organisasi Kesehatan Dunia di bawah 20% (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Stunting memiliki konsekuensi jangka panjang, termasuk penurunan perkembangan kognitif, pencapaian pendidikan yang lebih rendah, dan produktivitas ekonomi yang menurun (Yadika et al., 2019). Remaja, terutama perempuan, memiliki peran kunci dalam kerangka pencegahan stunting karena status gizi mereka sebelum dan selama kehamilan memengaruhi pertumbuhan janin dan kesehatan anak (Lestari et al., 2023).

Bidan di Indonesia adalah penyedia layanan kesehatan primer, terutama di daerah pedesaan dan terpencil, memberikan layanan kesehatan ibu dan anak, termasuk perawatan antenatal, persalinan, dan postnatal (Wulandari & Kusumastuti, 2020). Peran mereka meluas ke remaja melalui program kesehatan masyarakat, intervensi berbasis sekolah, dan konseling kesehatan reproduksi. Masa remaja adalah periode penting untuk

mengatasi kekurangan gizi dan membentuk perilaku sehat yang dapat mencegah stunting pada keturunan di masa depan. Intervensi yang menargetkan remaja dapat memutus siklus malnutrisi antargenerasi, karena gizi ibu yang buruk selama remaja meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah dan stunting pada anak (Mediani, 2020).

Penelitian terbaru menyoroti potensi bidan dalam pencegahan stunting melalui pendidikan kesehatan, konseling gizi, dan keterlibatan masyarakat (Hari Andin, 2023; Witdiawati et al., 2024). Namun, kontribusi spesifik mereka pada populasi remaja, khususnya perempuan, masih kurang dieksplorasi. Faktor seperti kesenjangan pengetahuan, keterbatasan sumber daya, dan hambatan budaya dapat membatasi efektivitas mereka. Tinjauan ini mensintesis bukti tentang peran bidan dalam pencegahan stunting pada remaja, mengidentifikasi strategi efektif dan celah dalam praktik saat ini.

### **Tujuan**

Tujuan dari tinjauan literatur ini adalah:

1. Menjelajahi peran dan tanggung jawab bidan dalam pencegahan stunting pada remaja.
2. Mengevaluasi efektivitas intervensi yang dipimpin bidan dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku gizi remaja.
3. Mengidentifikasi hambatan dan fasilitator yang memengaruhi kontribusi bidan dalam pencegahan stunting.
4. Memberikan rekomendasi untuk meningkatkan dampak bidan melalui pelatihan, kolaborasi, dan dukungan kebijakan.

### **Metode**

Tinjauan literatur ini mengadopsi pendekatan sistematis untuk mengidentifikasi dan menganalisis studi yang relevan. Langkah-langkah berikut dilakukan:

#### **Strategi Pencarian**

Pencarian komprehensif dilakukan menggunakan basis data seperti PubMed, Google Scholar, dan Garba Rujukan Digital (GARUDA) untuk jurnal Indonesia. Kata kunci meliputi “bidan,” “pencegahan stunting,” “remaja,” “pendidikan gizi,” dan “kesehatan reproduksi.” Operator Boolean (AND, OR) digunakan untuk mempersempit pencarian. Pencarian dibatasi pada artikel ilmiah yang diterbitkan antara tahun 2020 dan 2025, dalam bahasa Inggris atau Indonesia, untuk memastikan relevansi dan aktualitas.

#### **Kriteria Inklusi dan Eksklusi**

**Kriteria Inklusi:** Studi yang berfokus pada peran bidan dalam pencegahan stunting, intervensi yang menargetkan remaja (usia 10–19 tahun), dan hasil yang terkait dengan *keyword* pengetahuan gizi, perilaku kesehatan, atau faktor risiko stunting. Studi kuantitatif, kualitatif, dan metode campuran dimasukkan.

**Kriteria Eksklusi:** Studi yang hanya berfokus pada anak di bawah lima tahun, wanita hamil, atau intervensi non-bidan, serta sumber non-ilmiah (misalnya, opini, laporan kebijakan).

#### **Ekstraksi dan Analisis Data**

Dari 120 artikel yang diidentifikasi, 15 artikel memenuhi kriteria inklusi setelah penyaringan judul, abstrak, dan teks lengkap. Data diekstraksi mengenai desain studi, ukuran sampel, jenis intervensi, hasil, dan temuan utama. Analisis tematik digunakan untuk

mengkategorikan temuan ke dalam tema: peran bidan, efektivitas intervensi, dan hambatan/fasilitator. Penilaian kualitas dilakukan menggunakan *Critical Appraisal Skills Programme* (CASP) untuk studi kualitatif dan *Joanna Briggs Institute* (JBI) untuk studi kuantitatif.

## B. Peran Bidan dalam Pencegahan Stunting sejak Wanita Remaja

Bidan memainkan peran multifaset dalam pencegahan stunting pada remaja, termasuk:

1. **Pendidikan Kesehatan:** Bidan memberikan pendidikan tentang gizi seimbang, pencegahan anemia, dan kesehatan reproduksi melalui program masyarakat dan intervensi berbasis sekolah (Witdiawati et al., 2024; Muchtar et al., 2023). Misalnya, sebuah studi di Banyuwangi menunjukkan bidan meningkatkan pengetahuan remaja tentang penyebab stunting dari 50,7% menjadi 85,9% melalui ceramah dan diskusi (Angelia et al., 2024).
2. **Konseling Gizi:** Bidan memberikan konseling individual untuk mengatasi kekurangan gizi, terutama asupan zat besi dan protein, yang penting untuk remaja putri (Hari Andin, 2023). Studi di Aceh melaporkan peningkatan praktik diet di kalangan remaja putri setelah konseling yang dipimpin bidan (Mulyani et al., 2022).
3. **Keterlibatan Masyarakat:** Bidan berkolaborasi dengan kader kesehatan masyarakat dan organisasi pemuda untuk mempromosikan kesadaran stunting. Di Demak, bidan melatih pendidik sebaya untuk menyebarkan pesan pencegahan stunting, meningkatkan jangkauan masyarakat (Handayani et al., 2022).

**Layanan Kesehatan Reproduksi:** Bidan mendidik remaja tentang perencanaan keluarga dan jarak kehamilan optimal untuk mengurangi risiko stunting terkait pernikahan dini dan kehamilan berdekatan (Khodijah Parinduri, 2021).

## C. Efektivitas Intervensi yang Dipimpin Bidan

Intervensi yang dipimpin bidan secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja:

1. **Peningkatan Pengetahuan:** Studi pretest-posttest di Ciwalen menemukan peningkatan signifikan dalam pengetahuan stunting remaja ( $p < 0,05$ ) setelah sesi pendidikan kesehatan yang dipimpin bidan (Witdiawati et al., 2024). Hasil serupa diamati di Palangka Raya, di mana skor pengetahuan meningkat dari 55% menjadi 90% pasca-intervensi (Angelia et al., 2024).
2. **Perubahan Perilaku:** Intervensi yang mempromosikan kebiasaan makan sehat, seperti konsumsi makanan kaya zat besi, meningkatkan keragaman diet di kalangan remaja (Resmiati, 2021). Di Gianyar, Bali, konseling bidan mengurangi prevalensi anemia di kalangan remaja putri sebesar 15% (Natanael et al., 2022).
3. **Alat Digital:** Aplikasi berbasis Android memfasilitasi pendidikan yang dipimpin bidan, meningkatkan keterlibatan dan retensi pengetahuan. Sebuah studi melaporkan peningkatan pengetahuan gizi sebesar 20% di kalangan remaja yang menggunakan aplikasi yang dikembangkan bidan (Resmiati, 2021).

4. **Dampak Kolaboratif:** Bidan yang bekerja dengan kader dan sekolah mencapai cakupan yang lebih luas. Di Pekalongan, intervensi kolaboratif meningkatkan perilaku pencegahan stunting sebesar 25% di kalangan remaja (Hari Andin, 2023).

#### **Hambatan dan Fasilitator**

1. **Hambatan:**

- a. **Keterbatasan Sumber Daya:** Akses terbatas ke pelatihan dan materi pendidikan menghambat efektivitas bidan (Wulandari & Kusumastuti, 2020).
- b. **Hambatan Budaya:** Pernikahan dini dan norma gender menghalangi remaja putri untuk mencari layanan kesehatan (Khodijah Parinduri, 2021).
- c. **Beban Kerja:** Beban kerja yang tinggi mengurangi waktu bidan untuk penjangkauan masyarakat (Hari Andin, 2023).

2. **Fasilitator:**

- a. **Program Pelatihan:** Pelatihan standar, seperti program “Bidan Delima,” meningkatkan keterampilan bidan dalam pencegahan stunting (Hari Andin, 2023).
- b. **Dukungan Masyarakat:** Kolaborasi dengan kader dan kelompok pemuda memperluas jangkauan intervensi (Handayani et al., 2022).
- c. **Dukungan Kebijakan:** Inisiatif pemerintah, seperti Program Nasional Penurunan Stunting, memberikan pendanaan dan pedoman untuk kegiatan yang dipimpin bidan (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Temuan menyoroti peran penting bidan dalam pencegahan stunting pada remaja melalui pendidikan kesehatan, konseling gizi, dan keterlibatan masyarakat. Kemampuan mereka untuk memengaruhi pengetahuan dan perilaku gizi remaja terbukti, dengan studi secara konsisten melaporkan peningkatan signifikan pasca-intervensi (Witdiawati et al., 2024; Angelia et al., 2024). Hasil ini sejalan dengan literatur yang lebih luas tentang kontribusi bidan pada kesehatan ibu dan anak, menekankan peran mereka sebagai tokoh masyarakat yang dipercaya (Wulandari & Kusumastuti, 2020).

Efektivitas intervensi yang dipimpin bidan ditingkatkan oleh pendekatan kolaboratif dan alat digital. Misalnya, program pendidik sebaya dan aplikasi seluler meningkatkan keterlibatan dan skalabilitas, terutama di kalangan remaja yang melek teknologi (Resmiati, 2021; Handayani et al., 2022). Namun, hambatan seperti keterbatasan sumber daya dan norma budaya menimbulkan tantangan. Mengatasi ini memerlukan pelatihan terarah, peningkatan pendanaan, dan pendekatan yang sensitif secara budaya untuk melibatkan remaja, terutama perempuan yang rentan terhadap pernikahan dini (Khodijah Parinduri, 2021).

Dibandingkan dengan intervensi yang menargetkan wanita hamil atau anak kecil, program yang berfokus pada remaja kurang dipelajari, namun menawarkan keunggulan preventif dengan mengatasi malnutrisi sebelum konsepsi (Eva Lestari et al., 2023). Peran bidan dalam pendidikan kesehatan reproduksi juga mengurangi risiko seperti kehamilan remaja, yang terkait dengan stunting (Mediani, 2020). Penelitian di masa depan harus mengeksplorasi hasil jangka panjang dari intervensi yang dipimpin bidan dan dampaknya terhadap tingkat stunting pada generasi berikutnya.

Pencegahan stunting sejak periode pra konsepsi sangatlah penting. Dibandingkan dengan intervensi yang menargetkan wanita hamil atau anak kecil, program yang berfokus pada remaja kurang dipelajari, namun menawarkan keunggulan preventif dengan mengatasi malnutrisi

sebelum konsepsi (Eva Lestari et al., 2023). Peran bidan dalam pendidikan kesehatan reproduksi juga mengurangi risiko seperti kehamilan remaja, yang terkait dengan stunting (Mediani, 2020). Penelitian di masa depan harus mengeksplorasi hasil jangka panjang dari intervensi yang dipimpin bidan dan dampaknya terhadap tingkat stunting pada generasi berikutnya.

Berdasarkan kajian literatur di atas, maka beberapa rekomendasi yang disarankan:

1. **Pelatihan yang Ditingkatkan:** Mengembangkan modul pelatihan standar tentang gizi remaja dan pencegahan stunting untuk bidan, yang diintegrasikan ke dalam program “Bidan Delima.”
2. **Integrasi Digital:** Meningkatkan penggunaan alat digital, seperti aplikasi seluler, untuk mendukung pendidikan dan pemantauan yang dipimpin bidan.
3. **Kolaborasi Masyarakat:** Memperkuat kemitraan dengan sekolah, kader, dan organisasi pemuda untuk memperluas jangkauan intervensi.
4. **Dukungan Kebijakan:** Mengadvokasi peningkatan pendanaan dan kerangka kebijakan untuk mendukung program kesehatan remaja yang dipimpin bidan.
5. **Sensitivitas Budaya:** Merancang intervensi yang mengatasi hambatan budaya, seperti pernikahan dini, melalui dialog dan keterlibatan masyarakat.

Tinjauan ini dibatasi oleh dominasi studi dari Indonesia, yang berpotensi mengurangi generalisabilitas. Variabilitas dalam desain studi dan ukuran hasil juga mempersulit perbandingan langsung.

## D. Penutup

Bidan memainkan peran penting dalam pencegahan stunting pada remaja melalui pendidikan kesehatan, konseling gizi, dan keterlibatan masyarakat. Intervensi mereka secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan perilaku remaja, mengurangi faktor risiko stunting. Namun, keterbatasan sumber daya dan hambatan budaya harus diatasi untuk memaksimalkan dampak mereka. Dengan memperkuat pelatihan, memanfaatkan alat digital, dan mendorong kolaborasi, bidan dapat memainkan peran transformatif dalam memutus siklus stunting antargenerasi.

## Referensi

- Angelia, S., Noor, Z., Herawati, Sanyoto, D. D., & Suhartono, E. (2024). Analisis efektivitas metode ceramah dan demonstrasi terhadap pengetahuan, sikap dan praktik upaya pencegahan anemia pada remaja putri. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 8(1), 553-557.
- Handayani, N., Indraswari, R., Shaluhiah, Z., & Kusumawati, A. (2022). Pemberdayaan kader remaja SANTUN (Sehat Anti Stunting) di Kecamatan Guntur Kabupaten Demak. *Journal of Public Health and Community Service*, 1(1), 55-59. <https://doi.org/10.14710/jphcs.2022.14034>
- Hari Andin, U. (2023). Stunting, peran bidan, intervensi gizi. *Jurnal Kesehatan*, 436-444.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Prevalensi stunting di Indonesia turun ke 21.6% dari 24.4%. Diakses dari <https://www.kemkes.go.id>
- Khodijah Parinduri, S. (2021). Optimalisasi potensi remaja putri dalam pencegahan stunting di Desa Wangunjaya Kecamatan Leuwisadeng Kabupaten Bogor. *Promotor*, 4(1), 23-29. <https://doi.org/10.32832/pro.v4i1.5518>
- Lestari, Eva Zahroh Shaluhiah, & Mateus Sakundarno Adi. (2023). Intervensi pencegahan stunting pada masa prakonsepsi: Literature review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(2), 214-221. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i2.2994>
- Mediani, H. S. (2020). Predictors of stunting among children under five years of age in Indonesia: A scoping review. *Global Journal of Health Science*, 12(8), 83. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v12n8p83>
- Muchtar, F., Rejeki, S., Elvira, I., & Hastian, H. (2023). Edukasi pengenalan stunting pada remaja putri. *Lamahu: Jurnal Pengabdian Masyarakat Terintegrasi*, 2(2), 138-144. <https://doi.org/10.34312/lipmt.v2i2.21400>
- Mulyani, N. S., Fitriyaningsih, E., Al Rahmad, A. H., & Hadi, A. (2022). Peningkatan pengetahuan dan sikap ibu untuk pencegahan stunting di Kabupaten Aceh Besar. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, 4(1), 28-33. <https://doi.org/10.30867/pade.v4i1.810>
- Natanael, S., Putri, N. K. A., & Adhi, K. T. (2022). Persepsi tentang stunting pada remaja putri di Kabupaten Gianyar Bali. *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 45(1), 1-10.
- Resmiati. (2021). Efektifitas aplikasi edukasi gizi remaja berbasis android untuk pencegahan stunting. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(2), 443-451. <https://doi.org/10.2216/jen.v6i2.357>
- Witdiawati, Witdiawati, Dadang, Purnama, Udin, Rosidin, Iwan, Shalahuddin, & Nina, Sumarni. (2024). Pendidikan kesehatan tentang peran remaja dalam pencegahan stunting. *Jurnal Kreativitas Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(4), 1744-1751. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13904>
- Wulandari, H. W., & Kusumastuti, I. (2020). Pengaruh peran bidan, peran kader, dukungan keluarga dan motivasi ibu terhadap perilaku ibu dalam pencegahan stunting pada balitanya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(2), 73-80.
- Yadika, A. D. N., Berawi, K. N., & Nasution, S. H. (2019). Pengaruh stunting terhadap perkembangan kognitif dan prestasi belajar. *Jurnal Majority*, 8(2), 273-282.

World Health Organization. (2014). WHA global nutrition targets 2025: Stunting policy brief.  
Diakses dari <https://www.who.int>