

Pemberdayaan Ibu Hamil dan Ibu Balita melalui Intervensi Holistik Mind-Body untuk Pencegahan Stunting

Ady Irawan. AM^{1*}, Anggie Pradana Putri²

¹Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Universitas Duta Bangsa Surakarta

²Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta

E-mail Correspondence: *ady_irawan@udb.ac.id

Info Artikel:

Diterima :18 Oktober 2025

Diperbaiki :21 Oktober 2025

Disetujui :27 Oktober 2025

Kata Kunci: stunting; ibu hamil; ibu balita; pendekatan holistik; mind-body; keperawatan komunitas

Keywords: *stunting; pregnant women; mothers of young children; holistic approach; mind-body intervention; community nursing.*

Abstrak: Stunting masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang memerlukan pendekatan komprehensif, khususnya pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Selain faktor gizi, kondisi psikologis ibu berperan penting dalam pengasuhan dan tumbuh kembang anak. Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo, merupakan salah satu wilayah yang masih menghadapi tantangan dalam pencegahan stunting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan ibu hamil dan ibu balita melalui intervensi holistik mind-body sebagai upaya pencegahan stunting berbasis komunitas. Metode yang digunakan adalah pelatihan teknik relaksasi napas dalam dan guided imagery, serta praktik sentuhan kasih ibu (*mother touch therapy*). Hasil pengabdian menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang stunting, dengan 75% dengan kategori pengetahuan baik setelah intervensi. Selain itu, terjadi penurunan rerata skor stres ibu setelah mengikuti pelatihan mind-body, serta 80% partisipan mampu mempraktikkan teknik relaksasi dan sentuhan kasih ibu secara mandiri. Kesimpulan dari kegiatan ini menunjukkan intervensi holistik mind-body efektif dalam meningkatkan kapasitas ibu hamil dan ibu balita dalam upaya pencegahan stunting.

Abstract: *Stunting remains a public health issue that requires a comprehensive approach, especially during the first 1,000 days of life. In addition to nutritional factors, the psychological condition of the mother plays an important role in child care and development. Gatak District, Sukoharjo Regency, is one of the areas still facing challenges in stunting prevention. This community service activity aims to empower pregnant women and mothers of toddlers through a holistic mind-body intervention as a community-based stunting prevention effort. The methods used include training in deep breathing relaxation techniques and guided imagery, as well as practicing mother touch therapy. The results of the service showed an increase in knowledge about stunting, with 75% having good knowledge after the intervention. In addition, there was a decrease in the average stress scores of mothers*

after participating in mind-body training, and 80% of participants were able to practice relaxation techniques and Independent maternal affection. The conclusion of this activity shows that holistic mind-body interventions are effective in increasing the capacity of pregnant mothers and mothers of toddlers in efforts to prevent stunting.

PENDAHULUAN

Stunting masih menjadi isu prioritas kesehatan masyarakat di Indonesia karena berdampak jangka panjang pada pertumbuhan linier, perkembangan kognitif, kerentanan penyakit, hingga produktivitas saat dewasa. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 menunjukkan prevalensi stunting nasional menurun dari 21,5% (2023) menjadi 19,8% (2024) (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Meski tren membaik, angka tersebut menegaskan bahwa masalah stunting belum tuntas dan membutuhkan penguatan intervensi berbasis komunitas yang lebih terarah, terutama pada kelompok rentan di fase 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Budiana & Ratna, 2023; Nathania et al., 2025).

Di tingkat provinsi, Jawa Tengah juga menunjukkan penurunan, namun tetap memerlukan akselerasi program agar sejalan dengan target nasional. Laporan pemerintah provinsi mencatat prevalensi stunting Jawa Tengah sekitar 20,7% pada 2023 (Badan Pusat Statistik & Kementerian Dalam Negeri, 2024). Kondisi ini penting dicermati karena Jawa Tengah memiliki variasi antar wilayah (kabupaten/kota dan kecamatan) sehingga strategi pencegahan tidak dapat disamaratakan dan perlu menyesuaikan konteks sosial-budaya, akses layanan, serta kapasitas keluarga dalam pengasuhan. Pada level kabupaten, data berbasis pencatatan pemantauan gizi (e-PPGBM) yang disajikan BPS Kabupaten Sukoharjo menunjukkan bahwa pada tahun 2023 terdapat 2.972 balita stunting dari 43.906 balita yang diukur (6,77%) (Dinas Kesehatan Sukoharjo, 2023).

Secara khusus, studi pendahuluan menunjukkan, Kecamatan Gatak menunjukkan beban masalah yang perlu perhatian: dari 2.894 balita yang diukur, tercatat 329 balita stunting (11,37%). Angka kecamatan ini lebih tinggi dibanding rerata kabupaten pada sumber data yang sama, menandakan perlunya penguatan program pencegahan dan pendampingan keluarga secara lebih intensif pada kelompok sasaran di wilayah Gatak. Upaya pencegahan stunting selama ini sering berfokus pada aspek gizi dan pemantauan pertumbuhan, padahal determinan stunting bersifat multidimensi (Amaha & Woldeamanuel, 2021; Pradana Putri & Rong, 2021). Dalam konteks 1.000 HPK, kondisi ibu -termasuk kesiapan fisik dan psikologis- memengaruhi perilaku kesehatan, kualitas

pengasuhan, keberhasilan menyusui, serta kepatuhan kunjungan layanan kesehatan. Pendekatan yang hanya menekankan “pengetahuan gizi” berisiko kurang efektif bila ibu menghadapi stres, kelelahan pengasuhan, atau dukungan keluarga yang rendah (Saleh, 2021). Karena itu, intervensi berbasis keperawatan komunitas perlu dipadukan dengan keperawatan maternitas dan keperawatan holistik-komplementer untuk memperkuat perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Pendekatan holistik mind-body (misalnya relaksasi napas dalam, guided imagery sederhana, dan afirmasi positif) berpotensi membantu ibu mengelola stres dan meningkatkan kesiapan menjalankan peran pengasuhan serta praktik kesehatan keluarga (Amin et al., 2024; Budiana & Ratna, 2023). Bila dikombinasikan dengan edukasi stunting dan penguatan keterampilan praktis (pola makan seimbang dan perawatan ibu-anak), intervensi ini diharapkan lebih relevan dengan kebutuhan nyata keluarga di masyarakat. Selain itu, Kecamatan Gatak memiliki ketersediaan data dan dokumentasi wilayah yang dapat mendukung perencanaan program berbasis bukti, sebagaimana tercermin pada publikasi statistik kecamatan.

Berdasarkan situasi tersebut, pengabdian masyarakat ini dirancang untuk mengimplementasikan intervensi holistik mind-body berbasis komunitas pada ibu hamil dan ibu balita di Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo. Kegiatan berfokus pada peningkatan pengetahuan stunting dalam kerangka 1.000 HPK, peningkatan keterampilan pengelolaan stres (mind-body), serta penguatan praktik perawatan dan pemenuhan gizi keluarga sebagai upaya pencegahan stunting yang lebih komprehensif.

METODE

Partisipan

Partisipan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil dan ibu dengan balita yang berdomisili di wilayah Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo. Penentuan partisipan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi: (1) ibu hamil trimester II-III atau ibu yang memiliki balita usia 0-24 bulan; (2) berdomisili tetap di wilayah Kecamatan Gatak; (3) bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat; dan (4) mampu berkomunikasi dengan baik dalam bahasa Indonesia. Adapun kriteria eksklusi meliputi ibu dengan kondisi komplikasi kehamilan berat atau gangguan kesehatan yang tidak memungkinkan mengikuti aktivitas edukasi

dan praktik. Jumlah partisipan yang terlibat dalam kegiatan ini sebanyak 20 orang, menyesuaikan dengan kapasitas mitra dan pendekatan pendampingan kelompok kecil agar intervensi dapat berjalan optimal.

Tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat

Tahap persiapan

Pada tahap ini, tim pengabdian melakukan koordinasi awal dengan pihak mitra, yaitu kader posyandu dan perangkat desa di Kecamatan Gatak. Kegiatan meliputi survei lapangan untuk mengidentifikasi permasalahan kesehatan ibu dan anak, khususnya terkait risiko stunting, serta diskusi dengan kader mengenai kondisi sosial dan kebiasaan masyarakat setempat. Selanjutnya, tim menyusun materi edukasi dan media pendukung berupa leaflet dan bahan presentasi yang mengintegrasikan aspek keperawatan maternitas dan pendekatan holistik mind-body.

Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan secara luring di balai desa atau lokasi yang disepakati bersama mitra. Kegiatan pengabdian dilaksanakan dalam tiga sesi utama, yaitu:

1. Edukasi kesehatan

Pemberian pendidikan kesehatan kepada partisipan mengenai stunting, 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), peran ibu hamil dan ibu balita dalam pencegahan stunting, serta hubungan antara kondisi psikologis ibu dengan tumbuh kembang anak. Edukasi disampaikan melalui metode ceramah interaktif dan diskusi.

2. Pelatihan intervensi holistik mind-body

Partisipan diberikan pelatihan praktik teknik relaksasi napas dalam, *guided imagery* sederhana, dan afirmasi positif yang dapat diterapkan secara mandiri di rumah. Pelatihan ini bertujuan membantu ibu mengelola stres, meningkatkan rasa nyaman, serta mendukung kesiapan fisik dan psikologis dalam menjalankan peran pengasuhan.

3. Praktik perawatan holistik ibu-anak

Pada sesi ini, partisipan dilatih melakukan sentuhan kasih ibu (*mother touch therapy*) sebagai bentuk stimulasi dini dan penguatan bonding ibu-anak. Selain itu, dilakukan edukasi singkat dan diskusi mengenai pemenuhan gizi seimbang bagi ibu hamil dan balita sebagai bagian integral dari pencegahan stunting.

Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan selama kurang lebih 120 menit, dengan pendekatan partisipatif dan pendampingan langsung oleh tim pengabdian.

Tahap evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas kegiatan pengabdian masyarakat. Evaluasi meliputi pengukuran tingkat pengetahuan partisipan tentang stunting sebelum dan sesudah edukasi, penilaian tingkat stres ibu secara sederhana, serta observasi kemampuan partisipan dalam mempraktikkan teknik relaksasi dan perawatan holistik ibu-anak. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar refleksi dan rekomendasi penguatan program pengabdian di masa mendatang.

Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa alat ukur untuk menilai perubahan pengetahuan, kondisi psikologis, dan keterampilan praktik partisipan, yaitu:

1. Kuesioner karakteristik partisipan

Digunakan untuk mengumpulkan data demografi partisipan, meliputi usia, status kehamilan atau usia balita, tingkat pendidikan, dan pekerjaan.

2. Kuesioner pengetahuan stunting

Kuesioner disusun oleh tim pengabdian berdasarkan konsep stunting dan 1.000 HPK, terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda yang mencakup pengertian stunting, faktor risiko, dampak stunting, serta upaya pencegahan. Skor pengetahuan dikategorikan menjadi baik ($\geq 70\%$ dari skor maksimal) dan kurang ($< 70\%$).

3. Skala tingkat stres ibu

Pengukuran tingkat stres dilakukan menggunakan skala numerik sederhana (rentang 0-10), di mana skor 0 menunjukkan tidak stres dan skor 10 menunjukkan stres sangat berat. Skala ini digunakan untuk menilai perubahan tingkat stres sebelum dan sesudah pelatihan intervensi holistik mind-body.

4. Checklist keterampilan praktik holistik

Checklist digunakan untuk menilai kemampuan part... teknik relaksasi napas dalam, *guided imagery*, dan sen...



therapy). Penilaian dilakukan melalui observasi langsung oleh tim pengabdian dengan kategori mampu dan belum mampu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik partisipan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 20 partisipan yang terdiri dari ibu hamil dan ibu dengan balita usia 0-24 bulan di Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo. Karakteristik partisipan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik partisipan

No.	Karakteristik	Mean±SD/ N (%)
1	Usia (tahun)	27,8±4.6
2	Status	
	Ibu hamil trimester II-III	8 (40%)
	Ibu Balita usia 0-24 bulan	12 (60%)
3	Pendidikan	
	SMP	4 (20%)
	SMA	13 (65%)
	Perguruan Tinggi	3 (15%)
4	Pekerjaan	
	Ibu rumah tangga	14 (70%)
	Bekerja	6 (30%)

Sebagian besar partisipan berada pada rentang usia reproduktif sehat dengan rerata usia $27,8 \pm 4,6$ tahun. Tingkat pendidikan partisipan didominasi oleh lulusan Sekolah Menengah Atas (SMA), yang menunjukkan bahwa secara umum partisipan memiliki kemampuan literasi dasar yang cukup untuk menerima edukasi kesehatan. Mayoritas partisipan berstatus sebagai ibu rumah tangga, sehingga memiliki peran sentral dalam pengasuhan anak dan pengambilan keputusan terkait pemenuhan gizi keluarga. Karakteristik ini sesuai dengan sasaran utama program pencegahan stunting pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), di mana ibu berperan penting dalam menentukan kualitas asupan gizi, pola asuh, serta stimulasi tumbuh kembang anak. Kondisi ini juga memperkuat relevansi pendekatan berbasis komunitas dan keluarga yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini.

Pengetahuan Partisipan tentang Stunting

Hasil pengukuran pengetahuan partisipan tentang stunting sebelum dan sesudah kegiatan edukasi ditunjukkan pada Tabel 2. Sebelum intervensi, sebagian besar partisipan berada pada kategori pengetahuan kurang. Setelah diberikan edukasi kesehatan yang mengintegrasikan konsep stunting, 1.000 HPK, serta peran ibu dalam pencegahan stunting, terjadi peningkatan jumlah partisipan dengan pengetahuan baik.

Tabel 2. Tingkat pengetahuan ibu sebelum dan sesudah intervensi Holistik Mind-Body

No.	Pengetahuan	Sebelum N (%)	Sesudah N (%)
1	Baik ($\geq 70\%$)	7 (35%)	15 (75%)
2	Kurang ($< 70\%$)	13 (65%)	5 (25%)
	Total	20 (100%)	20 (100%)

Sebanyak 75% partisipan mencapai kategori pengetahuan baik setelah mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang

diberikan mampu meningkatkan pemahaman ibu mengenai pengertian stunting, faktor risiko, dampak jangka panjang, serta upaya pencegahan yang dapat dilakukan sejak masa kehamilan dan awal kehidupan anak.

Temuan ini sejalan dengan pendekatan keperawatan komunitas yang menekankan pentingnya edukasi berbasis kebutuhan nyata masyarakat. Edukasi yang disampaikan secara interaktif dan dikaitkan dengan pengalaman sehari-hari ibu terbukti lebih mudah dipahami dan diterapkan (Carrier, 2009; Solhi et al., 2019). Peningkatan pengetahuan ini menjadi fondasi penting dalam mendorong perubahan perilaku pencegahan stunting secara berkelanjutan.

Tingkat Stres Ibu

Pengukuran tingkat stres ibu dilakukan menggunakan skala numerik sebelum dan sesudah pelatihan intervensi holistik mind-body (Tabel 3). Hasil menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian partisipan melaporkan tingkat stres pada kategori sedang. Setelah mengikuti pelatihan relaksasi napas dalam, guided imagery, dan afirmasi positif, terjadi penurunan rerata skor stres pada sebagian besar partisipan.

Tabel 3. Tingkat stress ibu sebelum dan sesudah intervensi Holistik Mind-Body

No.	Variabel	Mean±SD
1	Skor stress sebelum intervensi	5,9 ± 1,4
2	Skor stress setelah intervensi	3,1 ± 1,2

Penurunan tingkat stres ini menunjukkan bahwa intervensi holistik mind-body dapat diterima dengan baik oleh ibu hamil dan ibu balita di komunitas. Kondisi psikologis ibu yang lebih tenang dan nyaman berpotensi meningkatkan kesiapan ibu dalam menjalankan peran pengasuhan, menyusui, serta memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal (Alvarado-García et al., 2025; Hanum et al., 2023).

Hasil ini memperkuat argumen bahwa pencegahan stunting tidak hanya berfokus pada aspek gizi, tetapi juga perlu memperhatikan kondisi psikologis ibu. Stres yang tidak terkelola dengan baik dapat memengaruhi perilaku kesehatan, pola makan, serta kualitas interaksi ibu dan anak, yang pada akhirnya berdampak pada tumbuh kembang anak (Ofly & Yalçın, 2023; Pradana Putri & Rong, 2021).

Keterampilan Praktik Intervensi Holistik

Penilaian keterampilan praktik menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan mampu mempraktikkan teknik relaksasi napas dalam dan sentuhan kasih ibu (*mother touch therapy*) setelah diberikan pelatihan dan pendampingan langsung (Tabel 4). Sebanyak 80% partisipan dinilai mampu melakukan praktik secara mandiri sesuai dengan checklist observasi yang digunakan.

Tabel 4. Keterampilan ibu sebelum dan sesudah intervensi Holistik Mind-Body

No.	Keterampilan praktik	N (%)
1	Mampu mempraktikkan secara mandiri	16 (80%)
2	Belum mampu secara optimal	4 (20%)
Total		20 (100%)

Kemampuan praktik ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran berbasis praktik langsung lebih efektif dibandingkan edukasi teoritis semata. Partisipan terlihat antusias dan aktif selama sesi praktik, serta menyampaikan bahwa teknik relaksasi dan sentuhan kasih ibu mudah diterapkan dalam aktivitas sehari-hari di rumah.

Temuan ini mendukung konsep keperawatan holistik yang memandang individu sebagai kesatuan bio-psiko-sosial. Penerapan sentuhan terapeutik dan relaksasi sederhana dapat memperkuat bonding ibu-anak sekaligus meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam menjalankan peran pengasuhan (Hanum et al., 2023; Jeong & Franchett, 2021).

Pembahasan Integratif

Secara keseluruhan, hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa intervensi holistik mind-body berbasis komunitas efektif dalam meningkatkan pengetahuan, menurunkan tingkat stres, dan meningkatkan keterampilan praktik ibu hamil dan ibu balita dalam upaya pencegahan stunting. Hasil ini selaras dengan latar belakang masalah di Kecamatan Gatak yang menunjukkan perlunya penguatan intervensi pada kelompok sasaran di periode 1.000 HPK. Pendekatan yang mengintegrasikan keperawatan maternitas, keperawatan komunitas, dan keperawatan holistik memberikan nilai tambah karena tidak hanya menargetkan aspek kognitif, tetapi juga aspek psikologis dan perilaku ibu. Dengan demikian, kegiatan ini berpotensi memberikan dampak yang lebih berkelanjutan dalam mendukung upaya penurunan stunting di tingkat komunitas.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di Kecamatan Gatak, Kabupaten Sukoharjo menunjukkan bahwa intervensi holistik mind-body yang diberikan kepada ibu hamil dan ibu balita mampu meningkatkan pengetahuan tentang stunting, menurunkan tingkat stres ibu, serta meningkatkan keterampilan praktik perawatan holistik ibu-anak. Pendekatan yang mengintegrasikan edukasi stunting, pengelolaan stres, dan praktik sentuhan terapeutik terbukti dapat diterima dengan baik oleh partisipan dan mudah diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Hasil ini menegaskan bahwa upaya pencegahan stunting perlu dilakukan secara komprehensif, tidak hanya berfokus pada aspek gizi, tetapi juga memperhatikan kondisi psikologis ibu sebagai faktor penting dalam pengasuhan dan tumbuh kembang anak, khususnya pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini, direkomendasikan agar: (1) Program pencegahan stunting di tingkat komunitas mengintegrasikan pendekatan holistik keperawatan, khususnya intervensi mind-body, dalam edukasi ibu hamil dan ibu balita, (2) Kegiatan pendampingan dilakukan secara berkelanjutan melalui kolaborasi antara perawat, bidan, dan kader posyandu untuk memperkuat praktik perawatan ibu-anak di masyarakat, dan (3) Penelitian dan pengabdian masyarakat selanjutnya dapat mengembangkan intervensi serupa dengan cakupan partisipan yang lebih luas dan waktu pendampingan yang lebih panjang guna memperoleh dampak yang lebih optimal terhadap pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada masyarakat dan kader kesehatan di wilayah Gatak Sukoharjo, dan *stakeholders* yang telah mendukung dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini.

REFERENSI

Alvarado-García, P. A. A., Soto-Vásquez, M. R., Infantes Gomez, F. M., Guzman Rodriguez, N. M., & Castro-Paniagua, W. G. (2025). Effect of a mindfulness program on stress, anxiety, depression, sleep quality, social support, and life satisfaction: A quasi-experimental study in college students. *Frontiers in Psychology, 16*, 1508934. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1508934>

- Amaha, N. D., & Woldeamanuel, B. T. (2021). Maternal factors associated with moderate and severe stunting in Ethiopian children: Analysis of some environmental factors based on 2016 demographic health survey. *Nutrition Journal*, 20(1), 18. <https://doi.org/10.1186/s12937-021-00677-6>
- Amin, S., Laksana, A. P., & Rohman, A. (2024). *Upaya Penurunan Angka Stunting melalui Pendekatan Holistik di Desa Japan Kecamatan Dawe Kabupaten Kudus*. 6(2).
- Badan Pusat Statistik, & Kementerian Dalam Negeri. (2024). *Hasil Sensus Penduduk 2023 di Provinsi Jawa Tengah*. <https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/storage/2021/01/BRS-Hasil-Sensus-Penduduk-2020-Jawa-Tengah.pdf>
- Budiana, I., & Ratna, D. (2023). Peningkatan Pengetahuan Orang Tua Tentang Stunting Melalui Pendidikan Holistik Berbasis Kesehatan. *Eastasouth Journal of Impactive Community Services*, 01(02), 94–102.
- Carrier, J. (2009). *Public Health and Community Nursing* (3rd ed.). Elsevier.
- Dinas Kesehatan Sukoharjo. (2023). *Profil Kesehatan Sukoharjo 2022*. <https://dkk.sukoharjokab.go.id/pages/profil-dinkes-kab.-sukoharjo>
- Hanum, R. A., Mirawati, I., & Karimah, K. E. (2023). Mengembangkan Pesan Whatsapp tentang Edukasi Mindful Parenting dengan Prinsip Cognitive Theory of Multimedia Learning. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 4(01).
- Jeong, J., & Franchett, E. E. (2021). Parenting interventions to promote early child development in the first three years of life: A global systematic review and meta-analysis. *PLOS MEDICINE*, 18(5), 1–51. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003602>
- Kementerian Kesehatan RI. (2024, June). Mediakom: Membentengi Anak dari Stunting. *Kementerian Kesehatan RI*, 167. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/172241330366a9f0f7cfb354.27666859.pdf
- Nathania, Pranatali Natasya Kristian, Ammar Zaky Munawar, Naufal Daffa Ulhaq, Imelda Safana Hidayat, & Siti Nurul Iftitah. (2025). Pemberdayaan Ibu Sebagai Strategi Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan dan Pelatihan Pembuatan Makanan Tambahan Bergizi Bagi Balita di Desa Girirejo. *Faedah: Jurnal Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 179–190. <https://doi.org/10.59024/faedah.v3i1.1302>
- Oflu, A., & Yalçın, S. S. (2023). Relations of maternal health literacy and parenting practices with early childhood development: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Health Research*, 1–11. <https://doi.org/10.1080/09603123.2023.2227582>
- Pradana Putri, A., & Rong, J.-R. (2021). Parenting Functioning in Stunting Management: A Concept Analysis. *Journal of Public Health Research*, 10(2), jphr.2021.2160. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2160>
- Saleh, A. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting: A Systematic Review. *Gac Sanit.*, 35(S2), S576–S582.
- Solhi, M., Abbasi, K., Ebadi Fard Azar, F., & Hosseini, A. (2019). Effect of Health Literacy Education on Self-Care in Pregnant Women: A Randomized Controlled Clinical Trial. *International Journal of Community Based Nursing & Midwifery*, 7(1). <https://doi.org/10.30476/ijcbnm.2019.40841>