JOURNAL OF NUTRITION COLLEGE
Volume 15, Nomor 4, Tahun 2026, Halaman 318-326
Received: 17 Desember 2025, Revised: 17 Maret 2026
Accepted: 17 Maret 2026, Published:30 Oktober 2026
Online di: http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/ , DOI: 10.14710/jnc.v15i4.54370

PERAN KETERLIBATAN AYAH DALAM PENCEGAHAN *STUNTING* PADA ANAK USIA 6-24 BULAN: *LITERATURE REVIEW*

Naziela Eldiana Husna AZ*, Etika Ratna Noer, Ninik Rustanti

Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang, Jawa Tengah, Indonesia
***Korespondensi** : naziela.husnaz@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Stunting remains a major nutritional problem in Indonesia, particularly among children aged 6-24 months who are in the critical period of the first 1,000 days of life. Stunting prevention programs have largely focused on mothers and children, whereas father involvement also contributes to child feeding practices and caregiving.*
Objective*: The study aims to analyze the role of father involvement in preventing stunting among children aged 6-24 months through a literature review.*
Methods: *The study applied a narrative literature review approach. Literature searches were conducted in PubMed and Google Scholar with a publication range from 2022-2026. A total of five primary studies met the inclusion criteria and examined father involvement in childcare, child feeding practices, and their association with children's nutritional status. Data analysis used thematic synthesis based on similarities in variables and key findings.*
Results: *Father involvement includes financial, emotional, and educational support, as well as direct participation in childcare. During the age period of 6-24 months, father involvement is particularly related to support for complementary feeding practices, the provision of nutritious foods, and monitoring children's dietary patterns and growth. Father participation in caregiving practices also increases the utilization of child health services and strengthens family adherence to health workers' recommendations, thereby supporting optimal linear growth in children.*
Conclusion: *Father involvement plays an important role in preventing stunting among children aged 6-24 months. Stunting prevention programs should strengthen family education, community support, and policies that encourage active father participation in childcare.*

Keywords *: Father Involvement; Stunting Prevention; Child Care; Child Nutrition; Children Aged 6-24 Months*

ABSTRAK

Latar belakang: Stunting masih menjadi masalah gizi utama di Indonesia, terutama pada anak usia 6-24 bulan yang berada pada periode kritis 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Upaya pencegahan stunting selama ini lebih banyak menekankan peran ibu dan anak, padahal keterlibatan ayah juga berkontribusi terhadap praktik pemenuhan gizi dan pengasuhan anak.
Tujuan: Penelitian bertujuan menganalisis peran keterlibatan ayah dalam pencegahan stunting pada anak usia 6-24 bulan melalui tinjauan literatur.
Metode: Penelitian menggunakan metode literature review dengan pendekatan naratif. Penelusuran literatur dilakukan pada basis data PubMed dan Google Scholar dengan rentang publikasi tahun 2022-2026. Artikel yang memenuhi kriteria inklusi berjumlah 5 penelitian primer yang membahas keterlibatan ayah dalam pengasuhan, pemberian makan anak, serta kaitannya dengan status gizi anak. Analisis dilakukan secara tematik berdasarkan kesamaan variabel dan temuan penelitian.
Hasil: Keterlibatan ayah mencakup dukungan finansial, emosional, edukatif, serta partisipasi langsung dalam pengasuhan anak. Pada periode usia 6-24 bulan, keterlibatan ayah terutama berkaitan dengan dukungan terhadap praktik pemberian makanan pendamping ASI (MPASI), penyediaan pangan bergizi, serta pemantauan pola makan dan pertumbuhan anak. Kehadiran ayah dalam praktik pengasuhan juga meningkatkan pemanfaatan layanan kesehatan anak dan kepatuhan keluarga terhadap anjuran tenaga kesehatan sehingga mendukung pertumbuhan linier anak.
Simpulan: Keterlibatan ayah berperan penting dalam pencegahan stunting pada anak usia 6-24 bulan. Program pencegahan stunting perlu memperkuat edukasi keluarga, dukungan komunitas, dan kebijakan yang mendorong peran ayah dalam pengasuhan anak..

Kata Kunci : Keterlibatan Ayah; Pencegahan Stunting; Pengasuhan Anak; Gizi Anak; Anak Usia 6-24 Bulan

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

PENDAHULUAN

Gizi merupakan faktor penting yang menentukan kualitas pembangunan sumber daya manusia dan masa depan bangsa. Anak dengan gizi baik memiliki peluang lebih besar untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan optimal, sebaliknya masalah gizi seperti *stunting* dapat menghambat pertumbuhan anak.[1] *Stunting* merupakan kondisi gagal tumbuh yang ditandai tinggi badan di bawah standar usia akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Secara global, *stunting* masih menjadi masalah serius di berbagai negara. UNICEF, WHO, dan World Bank melaporkan bahwa sekitar 150,2 juta anak di bawah lima tahun atau 23,2% anak balita di dunia mengalami stunting pada tahun 2024, yang menunjukkan bahwa stunting masih menjadi tantangan besar bagi pembangunan kesehatan anak secara global.[2] Prevalensi stunting di Indonesia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024 menunjukkan prevalensi stunting nasional sebesar 19,8%, menurun dari 21,5% pada tahun 2023namun belum mencapai target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 sebesar 14% pada tahun 2024.[3]

Anak usia 6-24 bulan adalah kelompok paling rentan mengalami *stunting* karena termasuk fase kritis 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang menentukan pertumbuhan dan perkembangan anak.[4] Kerangka konseptual WHO (2019) menegaskan bahwa *stunting* dipengaruhi tidak hanya oleh status gizi ibu dan anak, tetapi juga oleh faktor sanitasi, kejadian infeksi berulang, dan kualitas praktik pengasuhan anak. Periode tersebut menjadi tahap penting dalam pembentukan status gizi dan pertumbuhan linier anak sehingga kekurangan asupan gizi, paparan penyakit infeksi, serta praktik pengasuhan yang kurang optimal dapat meningkatkan risiko terjadinya stunting.[5]

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak menjadi salah satu faktor yang memengaruhi keberhasilan pencegahan *stunting*. Ayah berperan tidak hanya sebagai penyedia nafkah tetapi juga pendukung dalam pengasuhan, mulai dari masa kehamilan ibu hingga anak mencapai usia lima tahun. Peran ini mencakup dukungan dalam pemenuhan asupan gizi keluarga, pendampingan selama proses kehamilan dan persalinan, serta pemenuhan kebutuhan fisiologis dan psikologis ibu dan anak agar tumbuh kembang anak berjalan optimal.[6] Keterlibatan ayah juga penting dalam memastikan anak memperoleh dukungan emosional dan praktik pengasuhan yang baik, yang dapat mengurangi risiko *stunting* terutama di masyarakat dengan budaya patrilineal.[7] Pada aktivitas sehari-hari, ayah yang aktif dalam menjaga kecukupan gizi anak, memberikan arahan dalam pemilihan makanan, dan mengutamakan kebutuhan gizi anak di atas kepentingan pribadi memiliki peran signifikan dalam menjaga status gizi anak agar tetap normal.[8]

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan signifikan antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan status gizi anak. Studi dengan desain cross-sectional pada ayah yang memiliki anak usia 4-5 tahun menunjukkan bahwa keluarga dengan tingkat keterlibatan ayah yang tinggi memiliki prevalensi stunting sekitar 15% lebih rendah dibandingkan keluarga dengan keterlibatan ayah yang rendah. Analisis statistik menunjukkan hubungan yang signifikan antara keterlibatan ayah dan status gizi anak dengan nilai $p<0,05$. Temuan tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berkontribusi dalam memengaruhi pola makan anak, akses terhadap gizi seimbang, serta keteraturan pemenuhan kebutuhan gizi anak sehari-hari.[8]

Namun demikian, keterlibatan ayah dalam pencegahan *stunting* masih menghadapi berbagai tantangan. Keterlibatan ayah dalam pencegahan stunting dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan sosial yang membentuk perilaku pengasuhan dalam keluarga. Persepsi ayah terhadap risiko kesehatan anak menjadi salah satu faktor penting yang menentukan keterlibatan tersebut. Ayah yang memahami kerentanan anak terhadap stunting cenderung menunjukkan perhatian lebih besar terhadap praktik pengasuhan, termasuk pemenuhan gizi dan pemantauan pertumbuhan anak. Sebaliknya, keterbatasan pemahaman mengenai dampak stunting dapat menurunkan kepedulian ayah terhadap upaya pencegahan. Persepsi ayah terhadap kerentanan anak terhadap *stunting* dan adanya dorongan yang memicu pengambilan keputusan keluarga terbukti memengaruhi perilaku ayah dalam mencegah *stunting*.[9]

Tingkat partisipasi ayah dalam praktik pemberian makan anak juga masih rendah di mana hanya sekitar setengah ayah yang benar-benar terlibat dalam proses ini. Faktor penghambat utama meliputi tingkat pendidikan, kondisi pekerjaan, norma budaya, sikap dan pengetahuan tentang pengasuhan, serta keterbatasan waktu karena tuntutan kerja.[10] Hambatan ini sejalan dengan temuan yang mengungkapkan bahwa meskipun ayah memiliki keinginan untuk terlibat dalam pengasuhan anak, seperti mendampingi bermain atau memberi perhatian langsung, keterlibatan tersebut seringkali terbatas oleh kesibukan pekerjaan.[11] Selain itu, faktor ekonomi keluarga dan keterbatasan waktu ayah menjadi aspek yang berperan ganda: sebagai pendukung maupun penghambat. Ayah yang memiliki kondisi ekonomi stabil dapat lebih optimal

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

dalam menyediakan makanan bergizi, mendukung akses layanan kesehatan, dan membantu pengasuhan anak, namun kesibukan mencari nafkah seringkali mengurangi kesempatan untuk terlibat secara langsung dalam pengasuhan.[12]

Selama ini, intervensi pencegahan *stunting* lebih banyak berfokus pada ibu dan anak, sedangkan keterlibatan ayah belum mendapatkan perhatian yang cukup. Studi terdahulu oleh Gemede *et al* (2025) menunjukkan bahwa penelitian dan intervensi mengenai praktik pemberian makan anak sebagian besar menitikberatkan pada ibu, sedangkan keterlibatan ayah masih jarang dikaji secara mendalam.[10] Ayah memiliki peran ganda yang tidak hanya penting dalam aspek ekonomi keluarga tetapi juga dalam praktik pengasuhan yang mendukung pemenuhan gizi anak. Rendahnya keterlibatan ayah dapat menjadi faktor penghambat keberhasilan program pencegahan *stunting*.[13] Oleh karena itu, diperlukan strategi intervensi yang lebih inklusif untuk meningkatkan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan pencegahan *stunting*, khususnya pada anak usia 6-24 bulan yang berada pada fase kritis pertumbuhan.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan di atas, tinajauan literatur ini bertujuan untuk menganalisis peran keterlibatan ayah dalam pencegahan *stunting* pada anak usia 6-24 bulan, sebagai salah satu upaya untuk memperkuat strategi penurunan *stunting* yang tidak hanya berfokus pada ibu tetapi juga melibatkan ayah sebagai figur penting dalam keluarga.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode literature review dengan pendekatan naratif (*narrative review*) untuk menelaah peran keterlibatan ayah dalam pencegahan stunting pada anak usia 6-24 bulan. Proses penelusuran literatur dilaksanakan pada bulan September-November 2025 melalui berbagai basis data ilmiah nasional dan internasional, yaitu *PubMed (https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov* dan *Google Scholar (https://scholar.google.com)*. Artikel yang dipilih mencakup penelitian primer kuantitatif maupun kualitatif yang relevan dengan keterlibatan ayah dalam praktik pengasuhan anak, pemberian asupan gizi, serta dukungan terhadap ibu yang berkaitan dengan kejadian stunting pada anak usia 6-24 bulan. Penelitian kuantitatif yang dianalisis meliputi desain *cross-sectional, case-control*, dan studi intervensi, sedangkan penelitian kualitatif mencakup studi eksploratif mengenai pengalaman dan persepsi ayah dalam praktik pengasuhan anak. Sintesis temuan dilakukan menggunakan pendekatan analisis tematik naratif, yaitu dengan mengelompokkan hasil penelitian berdasarkan tema utama seperti bentuk keterlibatan ayah, faktor yang memengaruhi keterlibatan ayah, serta dampaknya terhadap praktik pemberian makan anak dan status gizi anak. Penelusuran literatur mencakup artikel yang tersedia dalam bentuk full-text dan dapat diakses secara terbuka (*open access*). Artikel yang dianalisis menggunakan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris agar memudahkan proses penelaahan serta memastikan kesesuaian dengan topik penelitian.

Populasi dan variabel dalam tinjauan literatur dirumuskan menggunakan kerangka PICO (Population, Intervention/Exposure, Comparison, Outcome). Population (P) dalam kajian ini adalah keluarga dengan anak usia 6-24 bulan yang termasuk kelompok rentan mengalami stunting. Intervention/Exposure (I) adalah keterlibatan ayah dalam praktik pengasuhan anak yang meliputi dukungan pengasuhan, dukungan emosional, dukungan ekonomi, serta keterlibatan dalam praktik pemberian makan anak. Comparison (C) dalam beberapa penelitian berupa perbandingan antara ayah dengan tingkat keterlibatan tinggi dan rendah atau antara keluarga dengan keterlibatan ayah dan tanpa keterlibatan ayah dalam praktik pengasuhan. Outcome (O) yang ditinjau adalah status gizi anak yang diukur menggunakan indikator tinggi badan menurut umur (Height-for-Age Z-score/HAZ) serta faktor pendukung seperti praktik pemberian makan anak dan pemanfaatan layanan kesehatan. Selain itu, kajian juga mempertimbangkan faktor kontekstual yang dapat memengaruhi keterlibatan ayah, seperti tingkat pendidikan ayah, jenis pekerjaan, dan kondisi sosial ekonomi keluarga.

Strategi penelusuran dilakukan menggunakan kata kunci yang disesuaikan dalam Bahasa Indonesia dan Inggris yaitu *("father involvement" OR "paternal involvement") AND stunting AND "child feeding"* Pencarian dibatasi pada artikel yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir (2022-2026) untuk menjamin keterbaruan data.

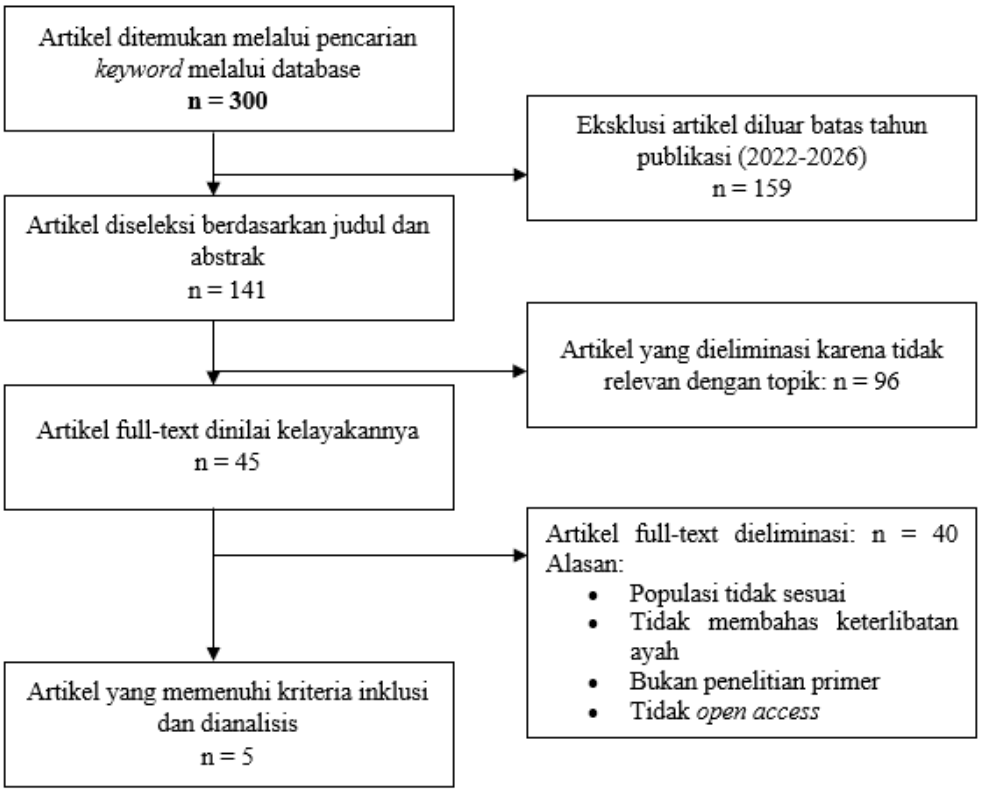
Kriteria inklusi meliputi: (1) Artikel penelitian primer yang meneliti keterlibatan ayah atau pengaruh ayah terhadap status gizi anak dan pencegahan *stunting*, (2) Populasi penelitian melibatkan anak usia 6-24 bulan atau orang tua dengan anak dalam rentang usia tersebut, (3) Artikel yang memuat data kuantitatif atau kualitatif yang dapat diekstraksi, (4) Artikel yang dipublikasikan dalam bahasa Indonesia atau Inggris dan (5) Artikel tersedia dalam bentuk *full-text*. Kriteria eksklusi adalah: (1) Artikel berupa opini, editorial, laporan kebijakan, atau *review* naratif tanpa data primer, (2) Artikel yang tidak secara jelas mengukur atau membahas keterlibatan ayah, (3) Penelitian yang

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

melibatkan populasi di luar rentang usia 6-24 bulan dan (4) Artikel dengan data yang tidak lengkap atau tidak dapat dianalisis.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengekstraksi informasi utama dari artikel terpilih, mencakup nama penulis, tahun publikasi, lokasi penelitian, desain dan metode penelitian, ukuran sampel, variabel yang dianalisis, hasil utama, serta kesimpulan yang relevan dengan peran keterlibatan ayah dalam pencegahan *stunting*. Teknik analisis data dilakukan secara naratif tematik (*thematic narrative synthesis*) dengan mengelompokkan hasil penelitian berdasarkan kesamaan variabel dan temuan yang berhubungan dengan keterlibatan ayah dalam pencegahan *stunting*.

Alur pengumpulan literatur penelitian disajikan dalam diagram prisma sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Prisma Penelusuran Literatur

HASIL

Berbagai penelitian telah menelaah hubungan antara keterlibatan ayah dan status gizi anak. Beberapa studi melaporkan bahwa dukungan ayah dalam praktik pengasuhan, pemberian makan anak, serta pengambilan keputusan keluarga berkontribusi terhadap pencegahan stunting. Hasil sintesis penelitian mengenai keterlibatan ayah dalam pencegahan stunting disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Penelitian Terkait Keterlibatan Ayah dalam Pencegahan *Stunting*

Penulis (Tahun)	Lokasi	Desain Penelitian	Populasi / Sampel	Pembanding	Temuan Utama
Anggraini & Rosyada (2024)	Palembang, Indonesia	Cross-sectional	128 keluarga dengan anak usia 24-59 bulan	Ayah dengan keterlibatan rendah vs tinggi	Keterlibatan ayah dalam pengasuhan berhubungan signifikan dengan perkembangan anak (p=0,005; PR=1,773). Peran ayah yang dikaji meliputi dukungan pengasuhan, perhatian terhadap perkembangan anak, dan keterlibatan dalam pemantauan pertumbuhan.
Rahmatika Nugrahani et al. (2024)	Jember, Indonesia	Cross-sectional	Anak usia 6-24 bulan dan keluarganya	Ayah terlibat aktif vs kurang terlibat	Anak dengan ayah yang aktif terlibat dalam pemberian makan, dukungan kepada ibu, dan pengambilan keputusan terkait kesehatan memiliki skor HAZ lebih tinggi dibandingkan anak dengan ayah yang kurang terlibat.

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Tabel 1. Penelitian Terkait Keterlibatan Ayah dalam Pencegahan *Stunting(Lanjutan...)*

Penulis (Tahun)	Lokasi	Desain Penelitian	Populasi / Sampel	Pembanding	Temuan Utama
Flax et al. (2023)	Rwanda	Randomized / intervensi gizi berbasis keluarga	Rumah tangga dengan anak <24 bulan	Kelompok intervensi edukasi ayah vs kontrol	Intervensi yang melibatkan ayah meningkatkan konsumsi pangan hewani anak serta kualitas MPASI. Peran ayah meliputi dukungan finansial untuk pangan bergizi dan partisipasi dalam pengambilan keputusan pemberian makanan anak.
Bogale et al. (2022)	Ethiopia	Cross-sectional	Anak usia 6-24 bulan dan orang tua	Ayah terlibat dalam pemberian makan vs tidak terlibat	Keterlibatan ayah dalam praktik pemberian makan anak berhubungan dengan penurunan prevalensi stunting. Peran ayah yang dikaji mencakup penyediaan makanan, dukungan kepada ibu, dan keterlibatan dalam praktik pemberian MPASI.
Sugianti et al. (2024)	Pedesaan Jombang, Indonesia	Case-control	158 balita usia 24-59 bulan (79 stunting; 79 tidak stunting)	Balita stunting vs tidak stunting	Faktor ayah seperti pendidikan, pekerjaan, tinggi badan, dan status merokok dianalisis terhadap kejadian stunting. Pendidikan ayah rendah meningkatkan risiko stunting 2,4 kali lebih tinggi (p=0,010; OR=2,407).

Hasil penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki hubungan positif dengan status gizi dan praktik pemberian makan anak. Studi di Indonesia maupun di negara lain melaporkan bahwa dukungan ayah dapat meningkatkan kualitas konsumsi pangan anak, memperbaiki pola pengasuhan gizi, serta menurunkan risiko stunting. Temuan tersebut memperkuat bukti bahwa keterlibatan ayah berperan penting dalam mendukung pertumbuhan linier anak pada periode usia dini.

PEMBAHASAN

Peran Keterlibatan Ayah dalam Pencegahan *Stunting*

Keterlibatan ayah dalam pencegahan *stunting* merupakan aspek penting yang sering kali terabaikan namun memiliki dampak penting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak.[19] Peran ayah mencakup berbagai dimensi, yaitu emosional, finansial, edukatif, partisipasi praktis, dan pengambilan keputusan, yang saling melengkapi untuk mendukung praktik pengasuhan gizi dan kesehatan anak secara menyeluruh.[20] Pada dimensi dukungan finansial, ayah berperan dalam memastikan ketersediaan pangan bergizi, seperti sumber protein hewani, sayur, dan buah, serta mendukung akses keluarga terhadap layanan kesehatan ibu dan anak, termasuk kunjungan ke posyandu atau fasilitas kesehatan.[21] Dukungan ini memungkinkan keluarga memenuhi kebutuhan gizi seimbang yang krusial untuk mencegah *stunting* sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun.[22]

Adanya dukungan emosional dari ayah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif dan MPASI yang tepat. Ayah yang memberikan dorongan moral, membantu mengurangi stres ibu, dan terlibat dalam diskusi mengenai kebutuhan anak dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menjalankan praktik pengasuhan yang sesuai.[7] Peran ayah juga terlihat pada dimensi edukasi dan informasi, seperti mengikuti kelas ayah atau penyuluhan tentang *stunting*, gizi seimbang, dan praktik pemberian MPASI, yang meningkatkan pengetahuan mereka tentang cara mendukung pertumbuhan anak.[23] Pengetahuan seorang ayah membantu ayah menjadi mitra aktif bagi ibu dalam mengatur pola makan dan perawatan anak.[23]

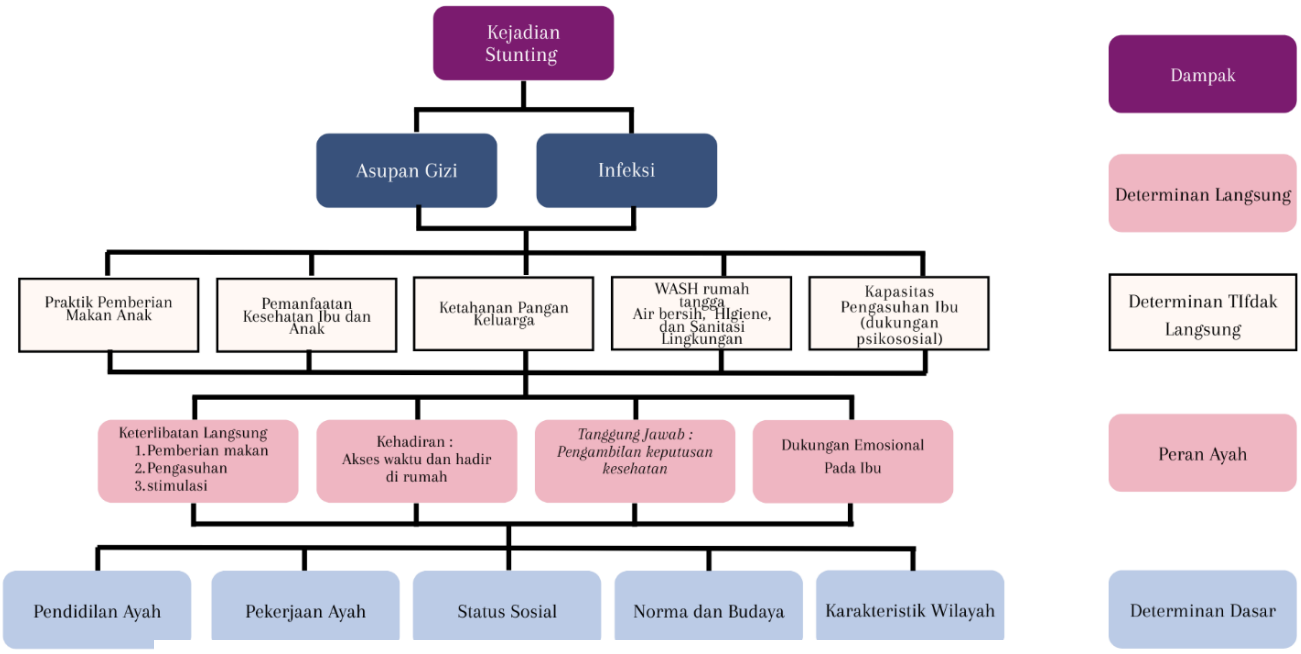
Pada tingkat partisipasi praktis, keterlibatan ayah diwujudkan melalui kehadiran dan peran aktif dalam kegiatan sehari-hari anak, seperti membantu dalam pemberian MPASI, menemani anak ke posyandu untuk memantau pertumbuhan, dan memastikan jadwal imunisasi terpenuhi.[25] Kehadiran ayah dalam aktivitas ini tidak hanya memberikan bantuan langsung tetapi juga memperkuat kesadaran keluarga akan pentingnya perawatan gizi anak.[10] Dimensi lain yang tidak kalah penting adalah pengambilan keputusan keluarga, di mana ayah memiliki peran strategis dalam memastikan ibu mendapatkan dukungan yang diperlukan untuk akses ke layanan kesehatan ibu dan anak, seperti *antenatal care* (ANC), imunisasi lengkap, dan perbaikan kondisi sanitasi rumah tangga (Fadilah et al., 2025; Sugianti et al., 2024).[26] Keputusan yang tepat dan didukung oleh ayah dapat mempercepat upaya pencegahan *stunting* dengan memastikan intervensi yang dibutuhkan tercapai secara optimal.[13]

Sejumlah studi menunjukkan dampak nyata dari keterlibatan ayah terhadap hasil gizi anak menemukan bahwa keterlibatan ayah secara langsung meningkatkan konsumsi sumber pangan hewani pada anak, yang penting untuk memenuhi

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

kebutuhan protein dan mikronutrien.[22] Selain itu, keterlibatan ayah dalam pengasuhan gizi secara signifikan memperbaiki pola asuh dan berkontribusi dalam menurunkan risiko *stunting*.[27] Hal ini menegaskan bahwa keterlibatan ayah bukan sekadar pendukung, tetapi merupakan faktor kunci dalam menciptakan lingkungan keluarga yang kondusif bagi pertumbuhan optimal anak.

Faktor yang Mempengaruhi Keterlibatan Ayah dalam Pencegahan *Stunting*



Gambar 1. Konseptual Peran Ayah Terhadap Kejadian Stunting
(Sumber : Modifikasi UNICEF, Bhattacharyya DS, Januarti LF, Gani M)

Tingkat keterlibatan ayah dalam pencegahan *stunting* tidak hanya ditentukan oleh kesadaran pribadi, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor struktural, sosial, dan budaya. Salah satu faktor penting adalah tingkat pendidikan dan pengetahuan ayah. Ayah yang memiliki pemahaman yang baik mengenai pentingnya gizi, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), cenderung lebih aktif dalam mendukung praktik pengasuhan anak, termasuk menyediakan dan memastikan anak menerima MPASI yang bergizi. Sebaliknya, keterbatasan pengetahuan sering menjadi hambatan sehingga ayah kurang terlibat atau menyerahkan sepenuhnya tanggung jawab pengasuhan kepada ibu.[9,26,28]

Faktor lain yang berpengaruh adalah budaya dan norma gender, yang dalam beberapa masyarakat masih menempatkan pengasuhan anak sebagai peran utama ibu. Pandangan ini dapat membatasi keterlibatan ayah secara langsung dalam praktik pengasuhan dan pengambilan keputusan terkait gizi dan kesehatan anak. Di wilayah dengan norma gender yang kaku, ayah cenderung hanya berperan sebagai penyedia kebutuhan finansial dan kurang terlibat dalam aktivitas sehari-hari anak. Oleh karena itu, transformasi budaya dan pemahaman tentang peran setara dalam pengasuhan menjadi langkah penting untuk meningkatkan partisipasi ayah.[29]

Kondisi ekonomi keluarga juga memiliki pengaruh signifikan terhadap keterlibatan ayah. Keterbatasan pendapatan sering membatasi kemampuan keluarga untuk membeli pangan bergizi, mengakses layanan kesehatan, dan menyediakan lingkungan yang sehat bagi anak. Dalam kondisi seperti ini, ayah seringkali lebih fokus pada pencarian nafkah sehingga mengurangi keterlibatan langsung dalam pengasuhan.[23] Selain itu, akses terhadap informasi dan edukasi menjadi faktor penting yang dapat meningkatkan kesadaran dan keterlibatan ayah. Program inovatif seperti Kelas Ayah, penyuluhan keluarga, serta penggunaan media edukasi digital telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ayah mengenai *stunting* dan gizi seimbang, sekaligus mendorong mereka untuk lebih terlibat dalam praktik pengasuhan.[24]

Faktor terakhir adalah dukungan sosial dan lingkungan, termasuk peran komunitas lokal dan tenaga kesehatan. Keberadaan bidan, kader posyandu, dan dukungan dari lingkungan komunitas mampu memotivasi ayah untuk mengambil peran lebih besar dalam mendukung kesehatan anak, seperti memastikan imunisasi lengkap, menjaga

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

sanitasi rumah tangga, dan berpartisipasi dalam pemantauan pertumbuhan di posyandu.[30] Keseluruhan faktor ini menunjukkan bahwa peningkatan keterlibatan ayah dalam pencegahan *stunting* memerlukan pendekatan yang mendalam dan lintas sektor, yang tidak hanya meningkatkan pengetahuan ayah tetapi juga mengubah norma sosial, memperkuat dukungan komunitas, dan memperbaiki akses terhadap layanan kesehatan dan gizi.

Dampak Keterlibatan Ayah terhadap Status Gizi Anak Usia 6-24 Bulan

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan ayah memiliki pengaruh signifikan terhadap status gizi anak usia 6-24 bulan, khususnya dalam mencegah *stunting*. Korelasi positif antara keterlibatan ayah dengan status gizi yang lebih baik telah dilaporkan dalam berbagai studi.[15,31] Pada usia 6-24 bulan anak memasuki periode pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) sehingga kualitas dan kecukupan asupan makanan menjadi faktor utama yang memengaruhi pertumbuhan linier. Anak-anak yang memiliki ayah yang aktif dalam praktik pemberian makan termasuk mendukung ketersediaan MPASI bergizi dan memantau pola makan menunjukkan tingkat kejadian *stunting* yang lebih rendah dibandingkan dengan anak-anak yang ayahnya pasif atau tidak terlibat secara langsung.[15] Temuan ini menegaskan pentingnya kehadiran ayah dalam memastikan anak mendapatkan asupan gizi yang memadai.

Hasil serupa ditemukan melalui penerapan program berbasis pendekatan *Transcultural Nursing* di daerah pedesaan yang mampu meningkatkan keterlibatan ayah dalam mendukung gizi anak. Program ini menekankan adaptasi budaya lokal dalam edukasi gizi dan pengasuhan anak, sehingga mampu memperbaiki tinggi badan menurut usia (*Height-for-Age Z-score/HAZ-score*) anak setelah ayah lebih terlibat dalam pengambilan keputusan terkait pemberian MPASI dan akses terhadap layanan kesehatan.[26] Selain bukti dari Indonesia, penelitian lintas negara juga memperkuat temuan ini. Keterlibatan ayah dalam praktik pemberian MPASI terbukti dapat meningkatkan asupan protein hewani anak, yang berperan penting dalam mendukung pertumbuhan linier dan perkembangan fisik.[22] Temuan serupa dilaporkan di Ethiopia, yang menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam memfasilitasi ketersediaan pangan bergizi dan memantau pemberian makan sehari-hari berhubungan erat dengan pertumbuhan linier yang lebih baik pada anak.[25,32]

Temuan-temuan tersebut secara konsisten menunjukkan bahwa keterlibatan ayah merupakan faktor penting dalam meningkatkan status gizi anak pada usia 6-24 bulan. Peran ayah pada periode ini terutama berkaitan dengan dukungan terhadap praktik pemberian MPASI, penyediaan pangan bergizi, serta keterlibatan dalam pengambilan keputusan keluarga terkait pemenuhan gizi anak. Dengan adanya peran aktif ayah, anak memiliki peluang lebih besar untuk memperoleh makanan yang bergizi, mengakses layanan kesehatan secara tepat waktu, dan tumbuh secara optimal. Oleh karena itu, strategi pencegahan *stunting* perlu mengintegrasikan pendekatan yang mendorong peran ayah sebagai mitra utama dalam pengasuhan dan pemenuhan gizi anak, terutama pada periode krusial usia 6-24 bulan.

Penelitian memiliki beberapa keterbatasan dimana tinjauan literatur menggunakan pendekatan naratif sehingga proses sintesis temuan tidak mengikuti prosedur analisis kuantitatif seperti meta-analisis. Jumlah artikel yang dianalisis juga terbatas karena keterbatasan akses sehingga temuan belum mewakili seluruh variasi konteks sosial dan budaya terkait keterlibatan ayah dalam pencegahan stunting. Sebagian penelitian yang dianalisis menggunakan desain *cross sectional* sehingga hubungan antara keterlibatan ayah dan status gizi anak belum dapat menjelaskan hubungan sebab akibat secara kuat. Perbedaan metode penelitian, karakteristik sampel, serta indikator pengukuran keterlibatan ayah pada setiap studi juga berpotensi memengaruhi konsistensi temuan yang diperoleh. Penelitian selanjutnya perlu menggunakan desain penelitian yang lebih komprehensif serta melibatkan populasi yang lebih luas agar dapat memberikan gambaran yang lebih kuat mengenai peran keterlibatan ayah dalam pencegahan stunting.

SIMPULAN

Keterlibatan ayah berperan dalam mendukung pencegahan stunting pada anak usia 6-24 bulan melalui berbagai bentuk dukungan dalam keluarga. Peran tersebut meliputi dukungan finansial dalam penyediaan pangan bergizi, dukungan emosional kepada ibu, partisipasi dalam praktik pengasuhan, serta keterlibatan dalam pengambilan keputusan terkait kesehatan dan gizi anak. Sejumlah penelitian yang ditinjau menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berkaitan dengan praktik pemberian makan anak yang lebih baik, peningkatan kualitas MPASI, serta status gizi anak yang lebih baik. Temuan ini menunjukkan bahwa keterlibatan ayah berpotensi mendukung upaya pencegahan stunting pada periode usia 6-24 bulan, meskipun tingkat keterlibatan tersebut masih dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, norma budaya, kondisi

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

ekonomi, dan dukungan lingkungan. Penelitian lanjutan diperlukan untuk memperdalam pemahaman mengenai bentuk keterlibatan ayah yang paling efektif dalam mendukung pemenuhan gizi anak pada periode awal kehidupan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ayuningtyas L, Sunarsih T. Status Gizi Dengan Perkembangan Balita Stunting. Med Respati J Ilm Kesehat. 2024;19(1):29. https://doi.org/10.35842/mr.v19i1.1063
2. Kementerian PPN. Perubahan iklim dan gizi di indonesia. 2025.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). SSGI 2024 Dalam Angka. 2025.
4. Kementerian Kesehatan. Suvei Kesehatan Indonesia (SKI). Lap Temat Ski 2023. 2023;965.
5. World Health Organization (WHO). Childhood Stunting: Context, Causes, and Consequences. World Heal Organ. 2019;4.
6. Iswandari DP, Hariastuti I, Anggriana TM, Wardani SY. Biblio-Journaling sebagai optimalisasi peran Ayah pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Couns J Bimbing dan Konseling. 2020;10(1):14-27. https://doi.org/10.25273/counsellia.v10i1.4988
7. Juwita S, Ediyono S. Dukungan Suami Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita. KOSALA J Ilmu Kesehat. 2023;11(1):31-8. https://doi.org/10.37831/kjik.v11i1.246
8. Suradji FR. Keterlibatan Ayah dalam Pengasuhan Anak Usia Dini dan Dampaknya terhadap Status Gizi Anak Father's Involvement in Early Childhood Care and its Impact on Children's Nutritional Status. 2024;(X):13-9.
9. Has EMM, Asmoro CP, Gua WP. Factors Related to Father's Behavior in Preventing Childhood Stunting Based on Health Belief Model. J Keperawatan Indones. 2022;25(2):74-84. https://doi.org/10.7454/jki.v25i2.847
10. Gemede WA, Huluka TK, Gebremichael MA, Belete KT, Doba YS, Amana IG, et al. Fathers' Involvement in Child Feeding Practice and Its Associated Factors Among Fathers Having Children Aged 6-24 Months in Ambo Town, Ethiopia, 2024: A Mixed Method Design. Matern Child Nutr. 2025. https://doi.org/10.1111/mcn.70096
11. S SC, With D, Incidence THE, Stunting OF. Father's Involvement In Feeding And Stimulating Children's Growth And Development With The Incidence Of Stunting. Indones J Glob Heal Res. 2019;2(4):2161-72. https://doi.org/10.37287/ijghr.v6i4.3224
12. Salsabila F, Yolanda N, Martini R. Peran Ayah Dalam Pencegahan Dan Penanganan Anak Stunting Di Kota Tegal. J Polit Gov Stud. 2025;14(2):1-13.
13. Sugianti E, Putri BD, Buanasita A. The Role of Fathers in the Incidence of Stunting among Toddlers in Rural Areas. Amerta Nutr. 2024;8(2):214-21. https://doi.org/10.20473/amnt.v8i2.2024.214-221
14. Kementerian Kesehatan. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 Tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta; 2020.
15. Anggraini NS, Rosyada A. Analysis of the Relationship between Maternal Parenting, Father's Role, and the Incidence of Stunting on the Development of Children Aged 24-59 Months in Palembang City. Contag Sci Period J Public Heal Coast Heal. 2024;6(1):636. DOI: http://dx.doi.org/10.30829/contagion.v6i1.19746
16. Stunting TPP. Penyebab Langsung Stunting di Tingkat Nasional Tahun 2020. Sekretariat Wakil Presiden. 2021.
17. Stunting TPP. Penyebab Tidak Langsung Stunting di Tingkat Nasional Tahun 2020. Sekretariat Wakil Presiden. 2021.
18. Fajar NA, Zulkarnain M, Taqwa R, Sulaningsi K, Ananingsih ES, Rachmayanti RD, et al. Family Roles and Support in Preventing Stunting: A Systematic Review. J Promosi Kesehat Indones. 2023;19(1):50-7. https://doi.org/10.14710/jpki.19.1.50-57
19. Boibalan FY, Rahmadiyah DC, Permatasari H, Wiarsih W. Peran ayah dalam penanganan stunting: A systematic review. Holistik J Kesehat. 2025;18(11):1140-449. https://doi.org/10.33024/hjk.v18i11.650
20. Fadilah SZ, Lestari DI, Balaputra I. Associated Factors of Father Involvement in Stunting Prevention in Toddlers Based on Transcultural Nursing Theory. J Kesehat. 2024;15(3):456-64. https://doi.org/10.26630/jk.v15i3.4662
21. Bukit DS, Keloko AB, Ashar T. Father's Support and Mother's Behavior in Stunting Prevention Efforts. J Heal Sci Prev. 2021;5(2):100-5. https://doi.org/10.29080/jhsp.v5i2.521
22. Flax VL, Ouma EA, Schreiner MA, Ufitinema A, Niyonzima E, Colverson KE, et al. Engaging fathers to support child nutrition increases frequency of children's animal source food consumption in Rwanda. PLoS One. 2023;18(4):1-18. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0283813
23. Mukarramah S, Ida AS, B S. Program Kelas Ayah Sebagai Upaya Mencegah Stunting. J

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Pengabdi Masy Borneo. 2023;7(1):29-35. https://doi.org/10.35334/jpmb.v7i1.3047

24. Muslihatun WN, Kurniati A, Widiyanto J. Efektivitas Video terhadap Pelibatan Ayah dalam Pencegahan Stunting di Masa Pandemi Covid 19. Phot J Sain dan Kesehat. 2023;13(2):9-17. https://doi.org/10.37859/jp.v13i2.4795
25. Bogale SK, Cherie N, Bogale EK. Fathers involvement in child feeding and its associated factors among fathers having children aged 6-24 months in Antsokia Gemza Woreda, Ethiopia: Cross-sectional study. PLoS One. 2022;17(11):1-18. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0276565
26. Fadilah SZ, Lestari DI, Balaputra I, Author C. Factors Related To Father Involvement In Preventing Childhood Stunting Based On Transcultural Nursing Theory In Rural Areas. UNEJ e-Proceeding. 2025;6(2):569-79. DOI: https://doi.org/10.26630/jk.v15i3.4662
27. Rahmawati DA, Fitri Anto AH, Prihastuty R, Sulistyawati Y. Parenting Self-Efficacy, Father Involvement, dan Stunting. As-Syar'i J Bimbing Konseling Kel. 2024;6(3):1747-60. https://doi.org/10.47467/as.v6i3.7276
28. Bhattacharyya DS, Sarker T, Akter N, Shafique S, Nabi MH, Hawlader MDH, et al. Factors associated with fathers' involvement in infant and young child feeding and nurturing care in the urban slums of Bangladesh: A cross-sectional study. Food Sci Nutr. 2023;11(7):4020-9. https://doi.org/10.1002/fsn3.3333
29. Januarti LF, Hidayathillah AP. Parenting Culture on The Role of Father in Prevention of Stunting in Toddler. Babali Nurs Res. 2020;1(2):81-90. DOI: https://doi.org/10.37363/bnr.2020.1211
30. Gani M, Putri CP, Zakaria R, Nurhidayah N, Podungge Y, Claudia JG. Pencegahan Stunting Pada Bayi Usia 6-24 Bulan Dengan Pendekatan Humanis Melalui Teknik Baby Massage. JMM (Jurnal Masy Mandiri). 2023;7(2):1910. https://doi.org/10.31764/jmm.v7i2.1910
31. Rahmatika Nugrahani E, Eka Yulis Anggraeni Z, et al. Analisis Perbedaan Kejadian Stunting dengan Keterlibatan Peran Ayah di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan di Kabupaten Jember. Indones J Heal Sci. 2024;16(1):41-50. DOI: 10.32528/tijhs.v16i1.2058
32. Orkaido O, Tadesse H, Desalegn N, Urmale A, Kasse T, Batele B. Father's involvement in child feeding and associated factors among fathers having children aged 6-24 months in Jinka town, Ethiopia, 2024. Sci Rep. 2025;15(1):1-8. https://doi.org/10.1038/s41598-025-13065-7

Copyright © 2026 by the Authors, Published by Department of Nutrition Science, Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro, Journal of Nutrition College Volume 15 (4) Oktober 2026, P-ISSN: 2337-6236; E-ISSN: 2622-884X
This is an open access article under the CC BY-SA License(https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)