

Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Kearifan Lokal Lonto Leok bagi Keluarga di Kecamatan Sambu Rampas Kabupaten Manggarai Timur

Odilia Esem^{1*}, Dina M.S Henukh², Theresia Mindarsih³, Yeri D. Nenogasu⁴
^{1,4}Program Studi S1 Kebidanan Universitas Citra Bangsa, Indonesia
*Corresponding Author: odiliaesem28@gmail.com

Received : 13 Juni 2026; Revised : 16 Juni 2026; Accepted : 19 Juni 2026

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan di Indonesia, termasuk di Provinsi Nusa Tenggara Timur. Rendahnya literasi kesehatan keluarga menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingginya risiko stunting pada anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan keluarga tentang pencegahan stunting melalui pendekatan kearifan lokal Lonto Leok di Kecamatan Sambu Rampas, Kabupaten Manggarai Timur. Metode yang digunakan berupa edukasi kesehatan berbasis budaya Lonto Leok yang melibatkan keluarga, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat. Kegiatan dilaksanakan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan edukasi, pendampingan, dan evaluasi. Evaluasi dilakukan menggunakan pretest dan posttest terhadap 100 peserta. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan peserta dari 62,4 sebelum intervensi menjadi 84,7 setelah intervensi. Selain itu, partisipasi masyarakat dalam kegiatan berlangsung aktif dan terbentuk komitmen bersama untuk mendukung upaya pencegahan stunting. Pendekatan berbasis kearifan lokal Lonto Leok terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan keluarga dan dapat dijadikan sebagai strategi pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting.

Kata Kunci: edukasi stunting, keluarga, kearifan lokal, lonto leok

ABSTRACT

Stunting remains a major public health challenge in Indonesia, including in East Nusa Tenggara Province. Low family health literacy is one of the contributing factors to the high risk of stunting among children. This community service program aimed to improve family knowledge regarding stunting prevention through the Lonto Leok local wisdom approach in Sambu Rampas District, East Manggarai Regency. The program employed a health education model based on the Lonto Leok cultural tradition involving families, health cadres, and community leaders. The activities were conducted through preparation, educational intervention, mentoring, and evaluation stages. Evaluation was carried out using pretest and posttest assessments involving 100 participants. The results showed an increase in the average knowledge score from 62.4 before the intervention to 84.7 after the intervention. In addition, community participation was highly active, and a collective commitment to support stunting prevention efforts was established. The Lonto Leok local wisdom-based approach was proven effective in improving family health literacy and can be considered a community empowerment strategy for stunting prevention.

Keywords: *stunting education, family, local wisdom, lonto leok*

LATAR BELAKANG

Stunting masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang mendapat perhatian serius di tingkat global maupun nasional. Menurut *World Health Organization* (WHO), stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak yang ditandai dengan tinggi badan menurut umur berada di bawah minus dua standar deviasi dari median standar pertumbuhan anak WHO. Kondisi ini terjadi akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan kurangnya stimulasi psikososial yang berlangsung dalam jangka waktu lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Dampak stunting tidak hanya memengaruhi pertumbuhan fisik anak, tetapi juga perkembangan kognitif, kemampuan belajar, produktivitas ekonomi serta kualitas sumber daya manusia di masa depan (UNICEF, 2023).

Di Indonesia, stunting masih menjadi tantangan besar dalam pembangunan kesehatan. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024, prevalensi stunting nasional pada balita tercatat sebesar 19,8%. Angka ini menunjukkan penurunan dibandingkan tahun sebelumnya, namun masih berada di atas ambang batas yang ditetapkan WHO, yaitu kurang dari 20%. Pemerintah Indonesia terus menargetkan percepatan penurunan stunting melalui berbagai intervensi spesifik dan sensitif yang melibatkan lintas sektor (Kemenkes, 2024).

Secara regional, Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) termasuk salah satu provinsi dengan prevalensi stunting yang masih relatif tinggi dibandingkan rata-rata nasional. Data SSGI 2024 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di NTT mencapai 37,0%, meskipun mengalami penurunan dari tahun-tahun sebelumnya. Tingginya angka stunting di NTT dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain keterbatasan akses pangan bergizi, sanitasi yang belum optimal, rendahnya literasi kesehatan, serta kondisi sosial ekonomi masyarakat (Kemenkes, 2024). Kabupaten Manggarai Timur sebagai salah satu wilayah di NTT juga menghadapi tantangan serupa dalam upaya percepatan penurunan stunting. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Manggarai Timur menunjukkan kasus stunting usia 0-59 bulan di tahun 2024 sebesar 1992 kasus. Data ini tersebar pada beberapa wilayah Kabupaten Manggarai Timur termasuk Kecamatan Sambi Rampas. Hasil e-PPGBM periode Februari 2024 memperlihatkan kasus stunting di Kecamatan Sambi Rampas sebanyak 105 kasus (BPS Kab Manggarai Timur Tahun 2023-2024).

Keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam pencegahan stunting karena keluarga merupakan lingkungan pertama yang menentukan pola asuh, pola

makan, perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemanfaatan layanan kesehatan bagi ibu dan anak. Namun, berbagai penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat keterbatasan literasi kesehatan masyarakat terkait penyebab, dampak, dan langkah-langkah pencegahan stunting. Rendahnya pemahaman keluarga mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang, perawatan kesehatan ibu hamil, pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI yang tepat, serta sanitasi lingkungan menjadi faktor yang turut berkontribusi terhadap terjadinya stunting (Odilia, 2026).

Di Kabupaten Manggarai Timur, upaya percepatan penurunan stunting terus dilakukan melalui berbagai program kesehatan dan pemberdayaan masyarakat. Meskipun demikian, tantangan dalam penyampaian informasi kesehatan masih ditemukan, terutama pada masyarakat yang memiliki karakteristik sosial budaya yang kuat. Pendekatan edukasi yang bersifat formal dan satu arah sering kali kurang efektif dalam membangun pemahaman dan perubahan perilaku masyarakat secara berkelanjutan. Oleh karena itu, diperlukan strategi edukasi yang lebih kontekstual, sesuai dengan nilai, norma, dan budaya lokal yang hidup di tengah masyarakat (Odilia, 2026).

Salah satu kearifan lokal yang masih lestari dalam kehidupan masyarakat Manggarai adalah budaya Lonto Leok. Lonto Leok merupakan tradisi musyawarah masyarakat Manggarai yang menempatkan dialog, kebersamaan, gotong royong, dan pengambilan keputusan secara kolektif sebagai landasan kehidupan sosial. Dalam praktiknya, Lonto Leok menjadi ruang komunikasi yang memiliki legitimasi sosial dan budaya yang kuat sehingga pesan-pesan yang disampaikan dalam forum tersebut lebih mudah diterima dan diinternalisasi oleh masyarakat (Tapung, 2021).

Pendekatan berbasis kearifan lokal semakin diakui sebagai strategi yang efektif dalam mendukung keberhasilan program kesehatan masyarakat. Integrasi nilai-nilai budaya lokal dalam program kesehatan dapat meningkatkan partisipasi masyarakat, memperkuat penerimaan terhadap pesan-pesan kesehatan, serta mendorong keberlanjutan program karena sesuai dengan norma dan sistem sosial yang berlaku. Kearifan lokal tidak hanya berfungsi sebagai identitas budaya masyarakat, tetapi juga sebagai modal sosial yang dapat dimanfaatkan untuk memperkuat perubahan perilaku kesehatan (Bustam, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai efektivitas budaya Lonto Leok sebagai strategi penguatan literasi pencegahan

stunting pada keluarga di Kecamatan Sambi Rampas, ditemukan bahwa budaya Lonto Leok memiliki potensi besar sebagai media edukasi kesehatan masyarakat. Melalui mekanisme musyawarah, pertukaran pengalaman, dan penyampaian informasi secara partisipatif, masyarakat lebih mudah memahami pesan-pesan kesehatan yang berkaitan dengan pencegahan stunting. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan budaya lokal dapat menjadi pendekatan inovatif dalam meningkatkan literasi kesehatan keluarga sekaligus memperkuat keterlibatan masyarakat dalam upaya pencegahan stunting (Odilia, 2026).

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan melalui program “Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Kearifan Lokal Lonto Leok bagi Keluarga di Kecamatan Sambi Rampas Kabupaten Manggarai Timur”. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik keluarga dalam pencegahan stunting melalui pemanfaatan forum Lonto Leok sebagai media edukasi dan pemberdayaan masyarakat. Program ini diharapkan mampu memperkuat literasi kesehatan keluarga, meningkatkan partisipasi masyarakat dalam upaya pencegahan stunting, serta menjadi model pengabdian berbasis budaya lokal yang dapat direplikasi pada wilayah lain dengan karakteristik sosial budaya yang serupa.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan di Kecamatan Sambi Rampas, Kabupaten Manggarai Timur, Provinsi Nusa Tenggara Timur, pada bulan Agustus Tahun 2025. Sasaran kegiatan adalah keluarga yang memiliki ibu hamil, ibu menyusui, balita, kader kesehatan, serta tokoh masyarakat yang terlibat dalam forum budaya Lonto Leok. Pemilihan sasaran didasarkan pada peran strategis keluarga dalam pencegahan stunting serta pentingnya dukungan tokoh masyarakat dalam penyebarluasan informasi kesehatan berbasis budaya lokal.

Bentuk kegiatan pengabdian berupa edukasi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan kearifan lokal Lonto Leok. Kegiatan ini mengintegrasikan pesan-pesan pencegahan stunting ke dalam forum musyawarah masyarakat yang telah menjadi tradisi masyarakat Manggarai. Materi edukasi meliputi pengertian stunting, penyebab dan dampak stunting, pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemenuhan gizi ibu hamil dan balita, pemberian ASI eksklusif,

pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI), pemantauan pertumbuhan balita, serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan melalui beberapa tahapan.

1. Persiapan kegiatan pengabdian

Pada tahap persiapan ini meliputi koordinasi dengan pemerintah kecamatan, puskesmas, pemerintah desa, kader posyandu, dan tokoh adat setempat. Pada tahap ini dilakukan identifikasi masalah, penentuan sasaran, penyusunan materi edukasi, serta penyusunan instrumen evaluasi kegiatan. Selain itu, dilakukan sosialisasi awal kepada masyarakat mengenai tujuan dan manfaat program.

2. Pelaksanaan edukasi berbasis budaya Lonto Leok.

Pada tahap ini kegiatan diawali dengan pelaksanaan pretest untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai pencegahan stunting. Selanjutnya dilakukan penyampaian materi edukasi melalui diskusi partisipatif dalam forum Lonto Leok yang dipandu oleh tim pengabdian dan melibatkan tokoh adat, tenaga kesehatan, serta kader kesehatan. Pendekatan ini memungkinkan terjadinya dialog dua arah, berbagi pengalaman, dan pembahasan masalah kesehatan yang dihadapi keluarga dalam konteks budaya masyarakat setempat. Untuk memperkuat pemahaman peserta, kegiatan juga dilengkapi dengan media edukasi berupa leaflet dan poster mengenai pencegahan stunting.

3. Pendampingan dan penguatan komitmen keluarga.

Pada tahap ini dilakukan diskusi kelompok dan penyusunan komitmen bersama dalam forum Lonto Leok untuk menerapkan perilaku pencegahan stunting di tingkat keluarga. Pendampingan dilakukan melalui keterlibatan kader kesehatan dan tokoh masyarakat dalam memantau penerapan praktik kesehatan yang telah disepakati selama kegiatan berlangsung.

4. Evaluasi kegiatan.

Evaluasi dilakukan menggunakan metode pretest dan posttest untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah mengikuti edukasi menggunakan pendekatan budaya lonto leok. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai stunting dan upaya pencegahannya. Skor pengetahuan peserta dihitung berdasarkan jumlah jawaban benar yang diperoleh.

5. Data hasil pretest dan posttest dianalisis secara deskriptif menggunakan distribusi frekuensi, persentase, nilai rata-rata (mean), serta peningkatan skor pengetahuan peserta sebelum dan sesudah intervensi. Peningkatan pengetahuan dihitung berdasarkan selisih nilai rata-rata pretest dan posttest. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan untuk menilai efektivitas edukasi pencegahan stunting berbasis kearifan lokal Lonto Leok dalam meningkatkan literasi kesehatan keluarga. Keberhasilan program ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor pengetahuan peserta, tingginya partisipasi masyarakat dalam kegiatan, serta terbentuknya komitmen bersama untuk mendukung upaya pencegahan stunting di lingkungan keluarga dan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

a. Karakteristik Peserta Kegiatan

Kegiatan Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Kearifan Lokal Lonto Leok diikuti oleh 100 peserta yang terdiri atas ibu balita, ibu hamil, kader kesehatan, dan tokoh masyarakat di Kecamatan Sambi Rampas, Kabupaten Manggarai Timur.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	(f)	(%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	85	85,0
Laki-laki	15	15,0
Total	100	100%
Usia		
20–30 tahun	35	35,0
31–40 tahun	42	42,0
41–50 tahun	18	18,0
>50 tahun	5	5,0
Total	100	100%
Pendidikan		
SD	18	18,0
SMP	27	27,0
SMA	43	43,0
Perguruan Tinggi	12	12,0
Total	100	100%
Status Peserta		
Ibu Balita	52	52,0

Karakteristik	(f)	(%)
Ibu Hamil	18	18,0
Kader Posyandu	15	15,0
Tokoh Masyarakat	15	15,0
Total	100	100%

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar peserta adalah perempuan (85%) dan berada pada kelompok usia 31–40 tahun (42%). Mayoritas peserta memiliki tingkat pendidikan SMA (43%) dan berstatus sebagai ibu balita (52%).

b. Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi (n=100)

Kategori Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	f	%	f	%
Baik	22	22	78	78
Cukup	48	48	20	20
Kurang	30	30	2	2
Total	100	100	100	100

Hasil pretest menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup (48%) dan masih terdapat 30% peserta dengan kategori pengetahuan kurang. Setelah mengikuti edukasi berbasis budaya Lonto Leok, terjadi peningkatan yang signifikan pada kategori pengetahuan baik menjadi 78%, sedangkan kategori pengetahuan kurang menurun menjadi 2%

c. Perubahan Nilai Rata-Rata Pengetahuan Peserta

Tabel 3. nilai rata-rata pengetahuan peserta

Variabel	Mean	SD
Pretest	62,4	11,2
Posttest	84,7	8,5
Peningkatan	22,3	-

Berdasarkan Tabel 3, rata-rata nilai pengetahuan peserta sebelum edukasi adalah 62,4 dan meningkat menjadi 84,7 setelah edukasi. Terjadi peningkatan skor rata-rata sebesar 22,3 poin. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi pencegahan

stunting berbasis budaya Lonto Leok efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta mengenai stunting dan upaya pencegahannya.



Gambar 1. Pengisian kuesioner sebelum dan setelah edukasi berbasis budaya lonto leok



Gambar 2. Pengisian kuesioner sebelum dan setelah edukasi berbasis budaya lonto leok

Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pendekatan edukasi berbasis kearifan lokal Lonto Leok mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting. Peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 62,4 menjadi 84,7 menunjukkan bahwa integrasi pesan kesehatan ke dalam mekanisme budaya lokal dapat memperkuat pemahaman masyarakat terhadap informasi kesehatan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Gaut dan Tapung, pada penelitiannya menunjukkan terjadi peningkatan kompetensi pembelajaran siswa yang meliputi kompetensi pengetahuan, kompetensi sikap dan kompetensi spiritual dengan menggunakan metode pembelajaran lonto leok (Tapung, 2021).

Diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Sili, bahwa tradisi Lonto Leok menekankan nilai mendengarkan secara saksama, menghargai pendapat orang lain, serta membangun solusi secara kolektif. Nilai-nilai tersebut relevan dalam dunia akademik, terutama dalam kegiatan diskusi kelas, kerja kelompok, maupun aktivitas ekstrakurikuler. Kemampuan untuk terlibat aktif dalam musyawarah dan mencapai keputusan yang dapat diterima semua pihak merupakan keterampilan penting yang sangat dibutuhkan di lingkungan kerja maupun dalam organisasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan seseorang

Keberhasilan program ini tidak terlepas dari karakteristik budaya Lonto Leok yang menempatkan dialog, musyawarah, dan partisipasi masyarakat sebagai unsur utama dalam proses pengambilan keputusan. Melalui pendekatan tersebut, peserta tidak hanya menerima informasi secara pasif tetapi juga terlibat aktif dalam proses pembelajaran. Hal ini sejalan dengan konsep pemberdayaan masyarakat yang menekankan pentingnya partisipasi aktif dalam meningkatkan perilaku kesehatan.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga berhasil membangun komitmen kolektif masyarakat untuk menerapkan praktik pencegahan stunting dalam kehidupan sehari-hari. Keterlibatan tokoh adat, kader kesehatan, dan pemerintah desa menjadi faktor pendukung yang memperkuat keberlanjutan program. Pemanfaatan budaya lokal sebagai media edukasi terbukti dapat meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap pesan kesehatan karena disampaikan melalui mekanisme yang telah dikenal dan dipercaya oleh masyarakat.

Dengan demikian, edukasi pencegahan stunting berbasis kearifan lokal Lonto Leok dapat menjadi salah satu model intervensi promosi kesehatan yang efektif dalam

meningkatkan literasi kesehatan keluarga serta mendukung percepatan penurunan stunting di Kabupaten Manggarai Timur.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) melalui program Edukasi Pencegahan Stunting Berbasis Kearifan Lokal Lonto Leok bagi Keluarga di Kecamatan Sambi Rampas Kabupaten Manggarai Timur telah terlaksana dengan baik dan mendapat respons positif dari masyarakat. Kegiatan yang melibatkan 100 peserta ini menunjukkan bahwa pemanfaatan budaya Lonto Leok sebagai media edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan upaya pencegahannya

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilaksanakan, edukasi pencegahan stunting berbasis budaya Lonto Leok perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui keterlibatan keluarga, kader kesehatan, tokoh masyarakat, dan pemerintah desa. Pemanfaatan forum Lonto Leok sebagai media edukasi kesehatan diharapkan dapat terus dikembangkan untuk meningkatkan literasi kesehatan masyarakat serta memperkuat upaya pencegahan stunting di Kecamatan Sambi Rampas, Kabupaten Manggarai Timur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LP3M Universitas Citra Bangsa Kupang, yang telah memberi support sehingga bisa melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dengan lancar

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik Kabupaten Manggarai Timur. Jumlah dan persentase balita stunting (jiwa) [Internet]. Manggarai Timur: BPS; 2023–2024. <https://manggaraitimurkab.bps.go.id/id/statistics-table/2/MjcyYzI=/jumlah-dan-persentase-balita-stunting.html>

- Bustam F, Mahur A. (2019). Konseptualisasi masyarakat Manggarai tentang budaya Lonto Leok sebagai piranti hukum adat responsif-sosiologik dalam rangka penyelesaian konflik pertanahan dan pemertahanan harmoni sosial. *J Lazuardi*. 2019;2(2):276–92. <https://doi.org/10.53441/jl.Vol2.Iss2.11>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2024. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Odilia E, Dina MS Henukh. (2026). Efektivitas budaya lonto leok sebagai strategi penguatan literasi pencegahan stunting pada keluarga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 2026;15(3):281-289. <https://doi.org/10.33221/jikm.v15i03.4141>
- Sili AM, et al. Menyelami filosofi Lonto Leok: persatuan dan konsensus dalam budaya Manggarai. In: *Proceedings of the National Conference on Indonesian Philosophy and Theology “Filsafat Kontekstual Indonesia”*; 2024; Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma. <https://doi.org/10.24071/snf.v2i2.8514>
- Tapung MM, Gaut KG. (2021). Model Lonto Lèok dalam pembelajaran tentang Mbaru Gendang pada muatan lokal seni budaya daerah Manggarai (riset desain pembelajaran muatan lokal). *J Humanit Appl Educ*. 2021;1(1):20–42. <https://jurnal.unikastpaulus.ac.id/index.php/je>
- United Nations Children's Fund (UNICEF). (2023). Selain stunting, wasting juga salah satu bentuk masalah gizi anak yang perlu diwaspadai. UNICEF Indonesia Tahun 2023.