

PENGARUH EDUKASI PENCEGAHAN (SIKAT) STUNTING “SIKAP IBU DAN AKSI TANGGUH” PADA IBU HAMIL DI DESA KLUNGKUNG, KABUPATEN JEMBER

Susi Wahyuning Asih¹, Tasyatul Farida², Devita Norma Yulianda³, Nur Intan Ayu Berliana⁴, Mutiara Dwi Fitriana⁵, Anazzah Karunia Prameswari⁶, Nizar Ali Hasan⁷, Fatimatuz Zahro⁸
susiwahyuningasih@unmuhjember.ac.id¹, tasyafarida490@gmail.com²,
devitanormayulianda1207@gmail.com³, ayuberliana262@gmail.com⁴,
mutiarafitriana69@gmail.com⁵, anazzahkarunia998@gmail.com⁶, nizaralihasan@gmail.com⁷,
fatimatuz142@gmail.com⁸

Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Kekurangan gizi selama masa kehamilan tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik janin, namun dapat mengganggu perkembangan otak, sehingga meningkatkan risiko stunting. Setelah kelahiran, jika anak tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup baik melalui ASI eksklusif maupun makanan pendamping ASI, kondisi ini dapat terus berlanjut hingga usia balita sehingga menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan bagi sang anak dan memperburuk keadaan dan menyebabkan permasalahan stunting. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh edukasi pencegahan stunting (SIKAT) sikap ibu dan aksi tangguh terhadap pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting. Penelitian ini merupakan penelitian Pre Eksperimen dengan design one group pretest pada 40 responden yang diambil dengan teknik total sampling. Analisis yang digunakan adalah univariat dan bivariat dengan menggunakan uji wilcoxon. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku. Hasil penelitian mengindikasikan adanya perubahan positif yang signifikan pada aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil setelah dilakukan intervensi edukasi pencegahan SIKAT (Sikap Ibu dan Aksi Tangguh) dalam upaya pencegahan stunting. Pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pencegahan stunting meningkat diikuti dengan perubahan sikap yang lebih mendukung pola hidup sehat, serta tindakan nyata yang lebih proaktif dalam memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan dan menjaga kesehatan janin.

Kata Kunci: Ibu hamil, Stunting, Edukasi

ABSTRACT

Nutritional deficiencies during pregnancy not only affect the physical growth of the fetus but can also disrupt brain development, increasing the risk of stunting. After birth, if the child does not receive adequate nutrition through exclusive breastfeeding or complementary foods, this condition can persist into toddlerhood, leading to growth and developmental delays, further exacerbating stunting. The aim of this study is to analyze the effect of stunting prevention education (SIKAT), which focuses on maternal attitude and proactive actions, on the knowledge, attitudes, and behaviors of pregnant women in preventing stunting. This study is a pre-experimental research with a one-group pretest design involving 40 respondents, selected using total sampling technique. The data analysis includes univariate and bivariate analysis with the Wilcoxon test. The instruments used are questionnaires assessing knowledge, attitudes, and behaviors. The results indicate significant positive changes in the knowledge, attitudes, and behaviors of pregnant women after receiving the SIKAT (Maternal Attitude and Proactive Actions) stunting prevention education. Pregnant women's knowledge of the importance of stunting prevention increased, followed by attitude changes that supported healthier lifestyles, as well as more proactive actions

in meeting nutritional needs during pregnancy and maintaining fetal health.

Keywords: *Pregnant women, Stunting, Education*

PENDAHULUAN

Kondisi ibu hamil yang mengalami malnutrisi, anemia, atau berat badan kurang selama kehamilan menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap risiko melahirkan bayi dengan berat badan lebih rendah, yang menjadi awal dari gangguan tumbuh kembang anak. Kekurangan gizi selama masa kehamilan tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik janin, namun dapat mengganggu perkembangan otak, sehingga meningkatkan risiko stunting. Setelah kelahiran, jika anak tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup baik melalui ASI eksklusif maupun makanan pendamping ASI, kondisi ini dapat terus berlanjut hingga usia balita sehingga menyebabkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan bagi sang anak dan memperburuk keadaan dan menyebabkan permasalahan stunting. Stunting merupakan kondisi kegagalan pertumbuhan pada anak yang ditandai dengan tinggi badan lebih rendah dari standar usianya hal ini terjadi akibat kekurangan gizi kronis dalam jangka panjang, terutama selama periode 1.000 hari pertama kehidupan, yang mencakup masa kehamilan hingga usia dua tahun. (Romadhona et al.,2023).

Pada tahun 2020, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 31,8%, menjadikan salah satu negara dengan tingkat stunting tertinggi di Asia Tenggara Meskipun terdapat penurunan angka stunting hanya berkurang menjadi 24,4% pada tahun 2021, kemudian pada tahun 2022 21,6%, hal ini masih jauh dari target nasional yang diterapkan dibawah 14% sesuai target nasional tahun 2024. Di Jawa Timur prevalensi stunting juga mengalami penurunan dari 23,5% pada tahun 2021 menjadi 19,2% pada tahun 2022, namun belum mencapai target provinsi sebesar 18,4%, sementara itu, Kabupaten Jember mencatat angka stunting yang sangat tinggi, yaitu 37,08%, menjadikannya salah satu daerah dengan prevalensi stunting tertinggi di Jawa Timur (Kurniawan, 2024).

Masalah stunting dapat dimulai sejak masa kehamilan. Ibu hamil yang tidak mendapatkan cukup asupan gizi berisiko melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah. Setelah lahir, kurangnya ASI eksklusif, pola pemberian makan yang tidak memadai, serta seringnya anak mengalami infeksi, seperti diare, memperburuk kondisi ini. Faktor lingkungan seperti sanitasi yang buruk dan keterbatasan akses air bersih juga berkontribusi pada tingginya angka stunting.

Program pencegahan stunting yaitu melakukan persiapan sebelum hamil pada PUS dan WUS dengan melakukan pemeriksaan kesehatan dan konseling gizi serta mengkonsumsi asupan gizi yang baik. Pada masa kehamilan sebaiknya melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 8 kali selama kehamilan, makanan yang bergizi bagi ibu, pemberian tablet tambah darah, pemberian imunisasi tetanus toxoid, konseling persiapan persalinan dan menanggulangi cacangan pada ibu hamil, pemberian kelambu berinsektida bagi ibu hamil yang positif malaria dan pemberian makanan tambah pada ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik (Kesmas, 2018).

Beberapa upaya untuk mengatasi tingginya angka stunting di Desa Klungkung dapat dilakukan melalui intervensi yang terpadu, seperti penyelenggaraan program screening kesehatan di posyandu dan kelas ibu hamil. Posyandu berperan penting dalam memantau status gizi serta tumbuh kembang anak, sementara kelas ibu hamil menjadi sarana edukasi mengenai stunting, pentingnya pemenuhan kebutuhan gizi, dan perawatan selama kehamilan. Selain itu, pelatihan memasak berbasis kearifan lokal dapat membantu para ibu memanfaatkan bahan makanan yang mudah didapat di sekitar lingkungan mereka untuk diolah menjadi makanan bergizi yang lebih ekonomis dan sesuai dengan kebiasaan setempat. Senam ibu hamil juga dapat menjadi bagian dari program ini untuk mendukung

kesehatan fisik selama masa kehamilan, sehingga kehamilan berjalan lebih optimal. Dengan pelaksanaan intervensi ini secara konsisten dan melibatkan berbagai pihak, diharapkan dapat meningkatkan kesehatan ibu dan anak serta mengurangi prevalensi stunting di Desa Klungkung, Kecamatan Sukorambi.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pre Eksperimen design yaitu mengamati pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan, sikap dan perilaku pencegahan terhadap stunting dengan one group pre test post test. Populasi dalam penelitian ini mencakup seluruh ibu hamil trimester 1 hingga 3 yang berada di Dusun Gendir, Mujan, dan Krajan. Metode yang digunakan adalah total sampling, di mana jumlah sampel diambil sama dengan jumlah populasi. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji Wilcoxon. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang berfokus pada program SIKAT STUNTING (Sikap Ibu dan Aksi Tangguh) dalam upaya pencegahan stunting, yang mencakup aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pretest Hasil Pre Test Penyuluhan Pencegahan Stunting Pengetahuan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil di Desa Klungkung Bulan November 2024 (n=27)

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	9	33,3
Cukup	12	44,4
Kurang	6	22,2
Total	27	100

Berdasarkan tabel 1. di atas menunjukkan bahwa 9 ibu hamil (33,3%) memiliki pengetahuan baik, 12 ibu hamil (44,4%) memiliki pengetahuan cukup, dan 6 (22,2%) ibu hamil memiliki pengetahuan kurang terhadap pencegahan stunting.

Sikap

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap Ibu Hamil di Desa Klungkung Bulan November 2024 (n=27)

Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	6	22,2
Cukup	13	48,2
Kurang	8	29,6
Total	27	100

Berdasarkan tabel 2. di atas menunjukkan bahwa 6 ibu hamil (22,2%) memiliki sikap yang baik, 13 ibu hamil (48,2%) memiliki sikap yang cukup, dan 8 ibu hamil (29,6%) memiliki sikap yang kurang terhadap pencegahan stunting selama masa kehamilan.

Perilaku

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Perilaku Ibu Hamil di Desa Klungkung Bulan November 2024 (n=27)

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	4	14,8
Cukup	18	66,7

Kurang	5	18,5
Total	27	100

Berasarkan tabel 3. di atas menunjukkan bahwa 4 ibu hamil (14,8%) memiliki perilaku yang baik, 18 ibu hamil (66,7%) memiliki perilaku yang cukup, dan 5 ibu hamil (18,5%) memiliki perilaku pencegahan stunting yang kurang.

B. Hasil Post Test Penyuluhan Pencegahan Stunting Pengetahuan

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil di Desa Klungkung Bulan November 2024 (n=27)

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	26	96,3%
Cukup	1	3,7%
Kurang	-	-
Total	27	100

Berasarkan tabel 4. di atas menunjukkan bahwa 26 ibu hamil (96,3%) memiliki pengetahuan baik, 1 ibu hamil (3,7%) memiliki pengetahuan cukup terhadap pencegahan stunting.

Sikap

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Sikap Ibu Hamil di Desa Klungkung Bulan November 2024 (n=27)

Sikap	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	24	88,8%
Cukup	3	11,2%
Kurang	-	-
Total	27	100

Berasarkan tabel 5. di atas menunjukkan bahwa 24 ibu hamil (88,8%) memiliki sikap yang baik, 3 ibu hamil (11,2%) memiliki sikap yang cukup terhadap sikap pencegahan stunting selama masa kehamilan.

Perilaku

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Perilaku Ibu Hamil di Desa Klungkung Bulan November 2024

Perilaku	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	27	100%
Cukup	-	-
Kurang	-	-
Total	27	100

Berasarkan tabel 6. di atas menunjukkan bahwa keseluruhan responden sejumlah 27 ibu hamil dengan hasil post test tentang perilaku pencegahan stunting sejak masa kehamilan yaitu baik.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwasanya terdapat perbedaan yang signifikan sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan penyuluhan dari ketiga aspek yang diukur. Pertama terdapat aspek pengetahuan, pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan nilai rata-rata berada pada kategori cukup, namun setelah diberikan

penyuluhan mendapati peningkatan nilai rata-rata pengetahuan yaitu berada pada kategori baik, hal ini menggambarkan efektivitas dari intervensi pendidikan kesehatan.

Kedua aspek sikap ibu hamil terhadap pencegahan stunting sebelum diberikan penyuluhan rata-rata dari 27 responden mendapati pada kategori cukup, kemudian setelah diberikan penyuluhan sikap ibu hamil terhadap pencegahan stunting berada pada kategori baik. Peningkatan ini mencerminkan perubahan persepsi dan pandangan positif ibu hamil terhadap pentingnya pencegahan stunting selama kehamilan. Perubahan sikap ini menunjukkan efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya peran mereka dalam mencegah stunting. Dengan sikap yang lebih positif, ibu hamil cenderung lebih termotivasi untuk menerapkan langkah-langkah yang mendukung kesehatan ibu dan anak, sehingga berdampak langsung pada upaya menurunkan angka stunting di masyarakat.

Ketiga terdapat aspek perilaku Ibu Hamil. Perilaku ibu hamil dalam pencegahan stunting menunjukkan perubahan yang signifikan. Sebelum dilakukan penyuluhan, hanya sebagian kecil ibu hamil yang menunjukkan perilaku baik, sementara mayoritas memiliki perilaku yang cukup. Namun, setelah penyuluhan, seluruh responden menunjukkan perilaku yang baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa penyuluhan tidak hanya berhasil meningkatkan pengetahuan dan sikap, tetapi juga efektif dalam mendorong tindakan nyata ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting.

Penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan di Desa Kisam Kute Rambe, Kecamatan Lawe Sumur, Kabupaten Aceh Tenggara. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting sebelum penyuluhan (pre-test) adalah 67,2, sedangkan setelah penyuluhan (post-test) meningkat menjadi 89,5. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon mengungkapkan adanya pengaruh signifikan dari penyuluhan kesehatan melalui media digital terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting, dengan nilai $p = 0,005$ (Fajarnita & Herlitawati, 2023).

Pendekatan penyuluhan kesehatan merupakan langkah strategis untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu hamil dalam pencegahan stunting. Pengetahuan yang memadai membantu ibu hamil memahami pentingnya gizi seimbang, pemantauan kehamilan, dan penerapan pola hidup sehat untuk mencegah stunting. Melalui penyuluhan perilaku ibu hamil dapat diarahkan ke kebiasaan yang mendukung kesehatan, seperti mengonsumsi makanan bergizi, pemberian ASI eksklusif, serta menjaga kebersihan lingkungan. Sikap positif yang terbentuk menjadi dasar kuat untuk mengambil langkah proaktif pencegahan stunting, sehingga intervensi yang dilakukan dapat mencapai hasil yang optimal. Pencegahan stunting bukanlah tugas pemerintah atau tenaga kesehatan semata, melainkan memerlukan sinergi dan berbagai pihak. Kolaborasi antara pemerintah daerah, lembaga sosial, akademisi, organisasi profesi dan masyarakat itu sendiri sangat penting untuk memastikan upaya pencegahan stunting berjalan efektif. Dengan keterlibatan berbagai pihak ini, diharapkan generasi masa depan dapat tumbuh sehat, cerdas, dan memiliki potensi yang maksimal, sehingga dapat berkontribusi pada kemajuan bangsa dengan mengurangi dampak jangka panjang stunting pada perkembangan anak (Ummah, 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pre test dan post test yang telah dilakukan, adanya kegiatan intervensi penyuluhan pencegahan stunting pada ibu hamil berhasil meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil. Melalui kegiatan tersebut diharapkan seluruh orang tua memiliki kesadaran yang tinggi untuk berperan aktif dalam pencegahan stunting.

Dalam upaya pencegahan stunting melalui penyuluhan pada ibu hamil menunjukkan bahwa pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil yang berada pada Desa klungkung sudah baik dan paham mengenai materi tentang pencegahan stunting yang telah diberikan dari mahasiswa/mahasisi Profesi ners universitas muhammadiyah jember. hal ini membuktikan bahwa penyampaian yang telah diberikan oleh narasumber sudah berjalan maksimal.

Pegetahuan ibu hamil selama masa kehamilan mengenai masalah stunting haruslah diperhatikan, agar dalam pencegahan tingkat stunting yang terdapat pada Desa klungkung dapat menurun, karena dengan adanya pengetahuan yang baik maka akan tumbuh sikap kewaspadaan dalam memantau pertumbuhan anak pada Desa klungkung dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Fajarnita, A., & Herlitawati, H. (2023). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Digital Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pencegahan Stunting. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan* ..., 2(1), 187–197. <http://prin.or.id/index.php/JURRIKES/article/view/1008%0Ahttp://prin.or.id/index.php/JURRIKES/article/download/1008/1088>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Cegah Stunting itu Penting. Edisi 2 Jakarta: WartaKesmas.
- Kurniawan, E. A. (2024). Sosialisasi Stunting Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu-Ibu Di Kabupaten Jember. *Jahe.or.Id*, 4(3), 655–659.
- Romadhona, M. K., Khasanah, S. U., Ariadi, S., Kinasih, S. E., & Tjitrawati, A. T. (2023). Re-defining stunting in Indonesia 2022: A comprehensive review. *Jurnal Inovasi Ilmu Sosial dan Politik (JISoP)*, 5(1), 56–63. <https://doi.org/10.33474/jisop.v5i1.19741>
- Ummah, M. S. (2019). Proses Collaborative Governance Dalam Percepatan Penurunan Angka Prevalensi Stunting Di Kabupaten Purorejo. In *Sustainability (Switzerland)* (Vol. 11, Nomor 1).