

Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemberian Edukasi pada Ibu Hamil

Stunting Prevention from an Early Age by Providing Education to Pregnant Women

Annisa Nuradhiani^{1*}

¹ Jurusan Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

* Email corresponding author: Nuradhiani.annisa@untirta.ac.id

Submitted: 26 May 2022 Revision: 30 May 2022 Accepted: 31 May 2022

DOI: <http://dx.doi.org/10.52742/jgkp.v3i1.15452>

Abstrak: Salah satu masalah gizi kronis pada balita adalah stunting. Kondisi stunting meskipun dialami oleh balita, namun diakibatkan karena beberapa faktor risiko penting sejak masa kehamilan sehingga perlu perhatian lebih untuk mencegah terjadinya stunting sejak kehamilan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tentang keefektifan berbagai upaya pencegahan stunting sejak masa kehamilan. Metode penelitian ini dimulai dengan melakukan penelusuran artikel di Google Scholar dalam rentang tahun 2017-2021 serta menggunakan kata kunci pencegahan stunting, stunting sejak masa kehamilan, pencegahan, stunting, dan ibu hamil. Hasil penelitian menemukan 4 artikel mengenai pencegahan stunting sejak masa kehamilan yang menyatakan bahwa, upaya promotif dan preventif dengan berbagai media dan metode dapat berpengaruh pada pengetahuan, sikap, hingga praktik ibu hamil mengenai pencegahan stunting. Upaya pemberian edukasi melalui berbagai metode dan menggunakan berbagai media edukasi dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang pencegahan stunting sejak kehamilan.

Kata kunci: Pencegahan, Stunting, Ibu Hamil

Abstract: *One of the chronic nutritional problems in toddlers is stunting. Even though stunting is experienced by toddlers, it is caused by several important risk factors since pregnancy so that more attention is needed to prevent stunting since pregnancy. This study aims to analyze the effectiveness of various stunting prevention efforts since pregnancy. This research method begins by searching for articles on Google Scholar in the period 2017-2021 and using the keywords stunting prevention, stunting since pregnancy, prevention, stunting, and pregnant women. The results of the study found 4 articles on stunting prevention since pregnancy which stated that promotive and preventive efforts with various media and methods can affect the knowledge, attitudes, and practices of pregnant women regarding stunting prevention. Efforts to provide education through various methods and using various educational media can increase knowledge, attitudes, and behavior regarding stunting prevention since pregnancy.*

Keywords: *Prevention, Stunting, Pregnant Women*

1. Pendahuluan

Salah satu masalah gizi yang terjadi pada balita dan termasuk masalah kronis adalah *stunting*. Pada tahun 2017, sebesar 22,2% atau 150,8 juta balita di dunia tercatat mengalami *stunting* dengan 55% balita berasal dari Asia. Indonesia termasuk dalam tiga negara dengan prevalensi balita *stunting* tertinggi se-Asia Tenggara yang memiliki rerata prevalensi balita *stunting* selama 2005-2017 adalah 36,4% (Situasi Balita Pendek, 2018). *Stunting* merupakan masalah gizi yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu cukup

lama, sehingga berakibat terjadinya gangguan pertumbuhan terutama tinggi badan balita yang lebih rendah atau pendek dari standar seusianya. Dampak dari *stunting* selain terganggunya pertumbuhan pada balita, diantaranya adalah mudah terkena penyakit, terhambatnya perkembangan balita, hingga berisiko terkena obesitas serta penyakit tidak menular lainnya di masa mendatang (Kemenkes, 2018; Sukmawati *et al*, 2021).

Kondisi *stunting* meskipun dialami oleh balita, namun diakibatkan karena beberapa faktor risiko penting sejak masa kehamilan, yaitu kurangnya asupan gizi ketika janin karena kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai kesehatan dan gizi sebelum serta pada saat masa kehamilan lalu masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan ANC (*Ante Natal Care*) yang berkualitas. *Stunting* dianggap sebagai hasil kumulatif dari proses yang dimulai sejak kehamilan, sehingga masalah gizi pada ibu hamil menjadi penyebab tidak langsung terhambatnya tumbuh kembang janin yang menjadi faktor risiko kejadian *stunting*. Terdapatnya kaitan masa kehamilan dengan kejadian *stunting* menyebabkan diperlukannya kegiatan pencegahan yang efektif untuk mencegah *stunting* pada masa kehamilan. (Ekayanthi & Suryani, 2019; Saputri dan Tumangger, 2019; TNP2K, 2017; Nurfatimah *et al*, 2021; Salamung, 2019).

Salah satu penelitian di Indonesia menyatakan bahwa para ibu hamil sebenarnya sudah mengetahui tentang *stunting* dan bahayanya, sehingga perlu untuk dicegah sejak dini, namun mereka tidak memiliki pengetahuan tentang cara pencegahan *stunting* bagi ibu hamil. Pencegahan *stunting* pada masa kehamilan dapat dilakukan melalui upaya promotif dan preventif yang berfokus untuk meningkatkan pengetahuan serta sikap positif ibu hamil terhadap pencegahan *stunting* (Anggraini *et al*, 2020).

Tujuan penulisan *literature review* ini untuk mengetahui berbagai metode serta media edukasi yang efektif digunakan kepada ibu hamil untuk meningkatkan kesadaran terhadap pencegahan *stunting* pada balita yang dapat dilakukan sejak masa kehamilan.

2. Metode

Penulisan artikel ini berdasarkan kajian pustaka (*literature review*) dari beberapa hasil penelitian yang menganalisis tentang perilaku pencegahan *stunting* pada masa kehamilan. Literatur berasal dari penelusuran jurnal nasional yang terdapat pada *Google Scholar* dengan menggunakan kata kunci pencegahan *stunting*, *stunting* sejak masa kehamilan, pencegahan, *stunting*, dan ibu hamil sehingga didapatkan 4 literatur yang relevan untuk dikaji pada artikel ini. Literatur yang digunakan adalah yang terbit sejak tahun 2017 hingga 2021. Hasil dari beberapa sumber literatur dijabarkan secara deskriptif kemudian disimpulkan pada artikel ini.

3. Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dari penelusuran di *Google Scholar*, terdapat 4 penelitian yang memiliki pembahasan terkait kegiatan pencegahan *stunting* pada masa kehamilan.

Tabel 1. Penelitian tentang perilaku pencegahan *stunting* pada masa kehamilan

No.	Penulis/Judul Artikel (tahun)	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
1	Anggraini S., Siregar S., dan Dewi R / Pengaruh Media Audio Visual terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap pada Ibu Hamil	<i>Quasi Experiment</i> dengan 42 sampel	<ul style="list-style-type: none"> Terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi

No.	Penulis/Judul Artikel (tahun)	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
	tentang Pencegahan Stunting di Desa Cinta Rakyat (2020)		menggunakan audio visual dengan <i>p value</i> 0,001 ($p < 0,05$) <ul style="list-style-type: none"> • Terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi menggunakan audio visual dengan <i>p value</i> 0,004 ($p < 0,05$)
2	Listyarini A D & Fatmawati Y / Edukasi Gizi Ibu Hamil dengan Media Booklet tentang Perilaku Pencegahan Balita Stunting di Wilayah Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus (2020)	<i>Quasi Experiment</i> dengan 54 sampel	Ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media booklet terhadap perilaku pencegahan balita stunting dengan <i>p value</i> 0,000 ($p < 0,05$)
3	Sukmawati, Hermayanti Y, Nurhakim F, Amira I, dan Mediani H S / Edukasi pada Ibu Hamil, Keluarga, dan Kader Posyandu tentang Pencegahan Stunting (2021)	Edukasi melalui media elektronik disertai <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> dengan 40 responden	Terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan peserta sebelum edukasi (58,375) dan setelah edukasi (66,75)
4	Ekayanthi N W D & Suryani P / Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil (2019)	<i>Pre-experimental design (one group pre-test post-test)</i> dengan 35 subjek	<ul style="list-style-type: none"> • Terdapat peningkatan pengetahuan tentang pencegahan stunting secara signifikan sebelum dengan setelah dilakukan intervensi dengan <i>p value</i> 0,000 ($p < 0,05$) • Terdapat peningkatan sikap tentang pencegahan stunting secara signifikan sebelum dengan setelah dilakukan intervensi dengan <i>p value</i> 0,001 ($p < 0,05$)

4. Pembahasan

Salah satu upaya yang dilakukan oleh Pemerintah Indonesia untuk mencegah *stunting* adalah dengan memberikan intervensi pada 1000 HPK, yang dimulai dengan pemenuhan gizi pada ibu hamil hingga anak yang dilahirkan berusia 2 tahun. Upaya pencegahan *stunting* mengalami pengembangan seiring dengan makin berkembangnya ilmu teknologi serta pengetahuan, sehingga kombinasi beberapa metode serta media edukasi dapat menjadi pilihan intervensi yang tepat kepada ibu hamil (TNPP Kemiskinan, 2018; Harizal *et al*, 2021).

Berdasarkan hasil penelusuran beberapa artikel, diketahui bahwa upaya pencegahan

stunting pada ibu hamil menggunakan beberapa metode serta media edukasi. Metode edukasi merupakan setiap cara maupun teknik yang terencana dan diterapkan untuk mempengaruhi pencapaian suatu edukasi secara optimal, sedangkan media edukasi bertujuan untuk menarik minat peserta dalam mengikuti edukasi (Harizal *et al*, 2021).

Banyak upaya yang dapat dilakukan untuk memberi edukasi tentang pencegahan *stunting*. Berdasarkan hasil pencarian artikel, terdapat penelitian yang melakukan pelaksanaan edukasi pencegahan *stunting* melalui kelas ibu hamil. Metode yang dilakukan untuk mengedukasi pada kelas ibu hamil adalah belajar bersama petugas kesehatan (bidan) dalam kelompok secara tatap muka dengan tujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pengaturan gizi ketika hamil yang dapat mencegah terjadinya *stunting* pada balita. Adanya kelas ibu hamil ini ternyata dapat berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil mengenai berbagai informasi penting selama kehamilan dan pasca melahirkan. Tingkat pengetahuan yang baik dapat berpengaruh pada sikap serta perilaku ibu selama kehamilan (Ekayanthi & Suryani, 2019; Sukmawati *et al*, 2021).

Semakin berkembangnya teknologi, maka pemberian edukasi dapat dilakukan dengan menggunakan media elektronik dan pelaksanaan pemberian edukasi secara daring. Salah satu penelitian edukasi pencegahan *stunting* pada masa kehamilan dilakukan secara daring dengan memberikan seminar daring (webinar) serta edukasi melalui media elektronik seperti *youtube* dan *instagram*. Kegiatan ini dilakukan untuk mendapatkan banyak sasaran, lebih menarik, dan mengikuti perkembangan zaman. Penggunaan ponsel memungkinkan terjadinya peningkatan cakupan materi serta jumlah sasaran layanan kesehatan, terutama bagi masyarakat di pedesaan yang sulit dijangkau (Harizal *et al*, 2021; Sukmawati *et al*, 2021).

Selain metode edukasi, pemilihan media edukasi pun menjadi salah satu faktor keberhasilan pemberian edukasi. Penggunaan media *audio visual* pada salah satu penelitian menunjukkan hasil bahwa terjadi perubahan yang signifikan terhadap tingkat pengetahuan serta sikap ibu hamil tentang pencegahan *stunting*. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Sukmawati *et al*, yang menyatakan bahwa pemberian edukasi secara *audiovisual* (video) mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil terhadap risiko kejadian *stunting*. Jenis media ini pun menggabungkan 2 jenis media yang dapat membantu pengetahuan, sikap, serta ide dapat diterima dengan baik melalui tulisan serta kata yang diucapkan karena sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Hal ini menjadi penanda pentingnya mengikuti perkembangan teknologi untuk memberikan edukasi (Anggraini *et al*, 2020; Arsyati, 2019, Sukmawati *et al*, 2020).

Media lain yang dapat digunakan untuk pemberian edukasi adalah *booklet*. *Booklet* merupakan salah satu media edukasi yang disediakan untuk masyarakat dengan keterbatasan akses terhadap buku sumber. *Booklet* pun digunakan agar peserta edukasi dapat memperoleh pengetahuan melalui membaca dengan waktu yang singkat dan dalam kondisi apapun. Hal ini sesuai dengan kelebihan *booklet* dibandingkan media edukasi lainnya, yaitu informasi yang didapatkan lebih banyak, waktu penyampaian informasi lebih singkat, serta dapat dipelajari setiap saat (Roza, 2012; Listyarini, 2020).

Berdasarkan beberapa penelitian hasil *literature review*, pencegahan kejadian *stunting* dapat dilakukan dengan melakukan metode pendidikan yang dibantu dengan penggunaan berbagai media edukasi yang efektif serta pemberian informasi secara kontinyu pada ibu hamil.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil telaah serta identifikasi beberapa artikel, *stunting* dapat dicegah sejak masa kehamilan melalui kegiatan promotif dan preventif. Berbagai kegiatan tersebut dilakukan dengan menggunakan metode dan media yang beragam. Memodifikasi beberapa media edukasi serta pemberian informasi secara kontinyu dapat dilakukan sebagai upaya

untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang pencegahan *stunting* sejak kehamilan.

Referensi

- Anggraini S., Siregar S., dan Dewi R. (2020). Pengaruh audio visual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap pada ibu hamil tentang pencegahan stunting di Desa Cinta Rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*;6(1):26-31.
- Arsyati A M. (2019). Pengaruh penyuluhan media audiovisual dalam pengetahuan pencegahan stunting pada ibu hamil di Desa Cibatok 2 Cibungbulang. *Promotor Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*;2(3):182-190.
- Ekayanthi N W D dan Suryani P. (2019). Edukasi gizi pada ibu hamil mencegah stunting pada kelas ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*;10(3):312-318.
- Harizal N., Neherta M., dan Yeni F. (2021). Upaya pencegahan stunting pada balita menggunakan intervensi pendidikan kesehatan gizi pada ibu hamil. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*;11(1):151-168.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (KEMENKES). (2018). Cegah stunting dengan perbaikan pola makan, pola asuh, dan sanitasi. Jakarta; Kementerian Kesehatan RI.
- Listyarini A D & Fatmawati Y. (2020). Edukasi gizi ibu hamil dengan media booklet tentang perilaku pencegahan balita stunting di Wilayah Puskesmas Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*;11(1):100-105.
- Nurfatimah N, Anakoda P, Ramadhan K, Entoh C, Sitorus S B M, dan Longgupa L W. (2021). Perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*;10(4):97-104.
- Roza S. (2012). Media gizi booklet. Padang; Poltekkes Kemenkes Padang.
- Salamung S, Haryanto J, dan Sustini F. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan stunting pada saat ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*;10(4):264-269.
- Saputri R A dan Tumangger J. (2019). Hulu-hilir penanggulangan stunting di Indonesia. *Journal of Political Issues*; 1(1):1-10.
- Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. (2018). *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan 2018*, Edisi 1 Semester 1.
- Sukmawati S, Hermayanti Y, Nurhakim F, Amira I, dan Mediani H S. (2021). Edukasi pada ibu hamil, keluarga, dan kader posyandu tentang pencegahan stunting. *Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*;10(4):330-335.
- Sukmawati I, Supriadi D, Srinayanti Y, Marliani H, Rosmiati, dan Sugiharti D W. (2019). Effect of audiovisual on pregnant women knowledge of stunting: Proceeding of the 1st International Conference on Science, Health, Economics, Education, and Technology (ICoSHEET 2019);27:337-340.
- TNPP Kemiskinan. (2018). Gerakan nasional penanggulangan stunting dan kerjasama kemitraan multi sektor. Jakarta; Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia.
- TNP2K. (2017). 100 Kabupaten/Kota prioritas untuk intervensi anak kerdil (stunting): Tim Nasional Pcepatan Penanggulangan Kemiskinan di Jakarta.