

Edukasi Pentingnya Nutrisi terhadap Ibu Hamil sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* di Desa Lemahbang

Purwanta¹, Probo Saraswati^{2*}, Putri Azzara¹, Rozin Dwi Salim², Fatkhul Falestine³, Ridha Prabawati³,
Faiza Husnia³

¹Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

²Fakultas Farmasi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

³Fakultas Kedokteran Gigi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

Diterima: 20 Agustus 2023; Direvisi: 19 September 2023; Disetujui: 30 Oktober 2023

Abstract

The prevalence of stunting in Wonogiri Regency is classified as relatively high. The first 1000 days of life is the golden period that determines the child's future life. Knowledge about nutrition at this period is important to prevent stunting. The 1000 days of life education program aims to increase the knowledge of pregnant women about their nutritional needs, pregnancy well being, hygiene, and environmental conditions. In this program, quantitative research was carried out with experimental method using pre-experimental designs and the design model applied is one-group pretest-posttest design with paired sample t-test analysis. The results showed that there is an effect of the 1000 days of life education program on the knowledge of pregnant women in Lemahbang Village as evidenced by the significant difference in the average pretest and posttest results that have been held. In this study, results obtained a p-value of 0.003 or <(0.005). This educational program is important to be implemented continually to increase the knowledge of pregnant women regarding the importance of nutrition at 1000 days of life as a prevention of stunting.

Keywords: 1000 days of life; Pregnant women; Stunting

Abstrak

Prevalensi *stunting* di Kabupaten Wonogiri tergolong cukup tinggi. Periode 1000 hari pertama kehidupan (HPK) adalah periode emas sebagai penentu kehidupan anak ke depannya. Pengetahuan terkait pentingnya nutrisi pada 1000 HPK dinilai sangat penting dalam pencegahan *stunting*. Program edukasi 1000 HPK memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai kebutuhan gizi, kesehatan pada masa kehamilan, kebersihan, dan kondisi lingkungan. Pada program ini dilakukan penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen menggunakan desain pra-eksperimen serta model desain yang diterapkan yaitu *one-group pretest-posttest design* dengan teknik analisis *paired sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh dari program edukasi 1000 HPK terhadap pengetahuan ibu hamil di Desa Lemahbang dibuktikan dengan adanya perbedaan yang signifikan pada rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* yang telah dilaksanakan. Pada penelitian ini diperoleh nilai p sebesar 0.003 atau <(0.005). Program edukasi ini penting untuk dilaksanakan secara berkesinambungan guna meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pentingnya nutrisi pada 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *stunting*.

Kata kunci: 1000 HPK; Ibu hamil; *Stunting*

1. PENDAHULUAN

Stunting adalah suatu masalah yang selalu menjadi perhatian penting dalam kehidupan masyarakat. *Stunting* adalah situasi di mana anak usia balita mengalami kegagalan pertumbuhan. Keadaan ini dapat timbul akibat kurangnya asupan gizi secara terus menerus terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Periode 1000 HPK merupakan periode yang dimulai dari anak masih dalam kandungan hingga berusia 2 tahun (Gunardi, 2021). Selama periode ini terjadi tumbuh kembang yang pesat sehingga dikenal sebagai periode emas (*golden period*). Periode 1000 HPK akan sangat menentukan masa depan seorang anak (Hidayati, dkk., 2022).

Wonogiri adalah salah satu kabupaten yang berada di Provinsi Jawa Tengah. Prevalensi *stunting* di Kabupaten Wonogiri masih tergolong tinggi, yaitu 14,07% (Ayu, dkk., 2022). Pemerintah Kabupaten Wonogiri

ISSN 3025-633X (print), ISSN 3025-6747 (online)

*Penulis koresponden: Probo Saraswati

Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia

Email: probosaraswati@mail.ugm.ac.id

Copyright © 2023 Jurnal Pengabdian, Riset, Kreativitas, Inovasi, dan Teknologi Tepat Guna (Jurnal Parikesit)
This work is distributed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

memiliki target untuk mencapai frekuensi *stunting* 0%, sehingga dibutuhkan kerjasama pemerintah dan masyarakat setempat untuk mencapai target tersebut. Kismantoro merupakan salah satu wilayah kecamatan di Wonogiri yang berbatasan dengan Kabupaten Ponorogo di sebelah timur dan Kabupaten Pacitan di sebelah selatan. Luas wilayah Kecamatan Kismantoro sekitar 6.986,1125 hektar dan terdiri dari 8 desa dan 2 kelurahan. Adapun salah satu desa yang menjadi fokus utama Tim KKN Unit JT-144 ialah Desa Lemahbang. Sebagai upaya untuk mengoptimalkan program kerja yang tepat sasaran dan bermanfaat bagi masyarakat, mahasiswa KKN-PPM UGM Unit JT-144 mengawali kegiatan dengan melakukan survei dan pengkajian langsung pada masyarakat maupun pemangku kepentingan. Hasil observasi dan pengkajian menunjukkan bahwa masalah kesehatan di Desa Lemahbang, Kecamatan Kismantoro, Kabupaten Wonogiri cukup beragam dan melingkupi berbagai rentang usia.

Menurut data dari jurnal yang ditulis Iskandar dan Baroroh (2022), sebanyak 4.917 anak di Wonogiri masih terindikasi *stunting* pada tahun 2022. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi terjadinya *stunting* adalah kurangnya tingkat pemahaman ibu selama masa kehamilan. Menurut Dewi, dkk. (2020), terdapat pengaruh langsung dan tidak langsung akibat kurangnya informasi yang diterima ibu terkait kesehatan selama kehamilan dan setelah melahirkan. Dampak langsung berupa pemahaman ibu tentang gizi, sementara dampak tidak langsung akan berpengaruh terhadap kondisi gizi balita. Kegiatan edukasi merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu. Menurut Hanindita (2018), meningkatkan pemahaman ibu tentang cara mengatasi dan mencegah *stunting* melalui edukasi gizi selama 1000 hari pertama kehidupan, termasuk asupan nutrisi dari masa sebelum lahir hingga usia 2 tahun, berdampak positif pada pertumbuhan bayi.

Kader posyandu merupakan petugas yang bertatapans langsung dengan masyarakat dalam kegiatan masyarakat, salah satunya dalam mengatasi *stunting*. Oleh karena itu, Kader posyandu memiliki peranan penting dalam pendataan, pencegahan *stunting*, dan penanggulangan *stunting*. beberapa tugas yang dilakukan oleh kader posyandu (Iskandar dan Baroroh, 2022):

1. Mempersiapkan pelaksanaan kegiatan posyandu.
2. Melakukan pendataan pada balita, ibu nifas, ibu hamil, dan ibu menyusui.
3. Melakukan persiapan bahan pemberian makanan tambahan (PMT).
4. Melakukan sosialisasi mengenai potensi bahaya pada saat ibu mengandung dan gizi pada ibu hamil, ASI eksklusif, serta hal yang harus dipersiapkan saat persalinan dan menyusui.
5. Melakukan sosialisasi mengenai pola asuh pada anak balita agar dapat tumbuh sehat, cerdas, tanggap, dan aktif.

Program kerja terkait edukasi pentingnya nutrisi pada 1000 HPK dilaksanakan oleh mahasiswa KKN-PPM UGM di Desa Lemahbang, Kecamatan Kismantoro, Kabupaten Wonogiri pada saat kegiatan posyandu ibu hamil bersama kader posyandu desa Lemahbang. Program ini memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil sehingga ibu dapat lebih memperhatikan kebutuhan gizi, kesehatan pada masa kehamilan, kebersihan, dan kondisi lingkungan. Program ini diharapkan dapat membantu untuk mengurangi angka *stunting* di Desa Lemahbang, Kecamatan Kismantoro, Kabupaten Wonogiri.

2. METODE PELAKSANAAN

Pada program edukasi 1000 HPK digunakan metode analisis kuantitatif, yaitu dengan metode eksperimen. Menurut Sugiyono (2012), metode eksperimental adalah cara yang dapat dipakai untuk mengamati bagaimana suatu intervensi tertentu memengaruhi intervensi lain dalam kondisi yang dapat dikendalikan.

Program ini menggunakan desain pra-eksperimen yang terdiri dari kelas tes tanpa disertai kelas kontrol dan metode pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Dalam penelitian ini dilakukan tes sebelum dan sesudah subjek diberikan intervensi. Hal ini dilakukan agar hasil yang diperoleh bisa lebih akurat karena memungkinkan adanya perbandingan kondisi sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Pada penelitian ini,

observasi dilakukan sebelum perlakuan (O_1) yaitu dengan *pretest* dan observasi setelah diberikan perlakuan (O_2), yaitu dengan *posttest*. Intervensi yang diberikan berupa penyampaian materi 1000 HPK (Sugiyono, 2012).

Program ini dilaksanakan pada hari Kamis, 27 Juli 2023 di Posyandu Ibu Hamil yang berlokasi di Desa Lemahbang, Kecamatan Kismantoro, Kabupaten Wonogiri. Populasi pada penelitian ini berupa Ibu hamil yang terdapat di Desa Lemahbang. Sampel pada penelitian ini sebanyak 10 responden dengan teknik pengambilan sampel, yaitu *purposive sampling*. Responden pada penelitian ini adalah Ibu hamil dengan rentang usia 21 hingga 40 tahun serta memiliki pekerjaan ibu rumah tangga. Penelitian ini memiliki kriteria inklusi berupa Ibu hamil yang sehat rohani, jasmani, dan bersedia mengikuti kegiatan sampai akhir. Sementara itu, kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu ibu hamil yang kurang sehat atau sedang sakit.

Variabel bebas berupa penyampaian materi dengan menggunakan media *leaflet* yang memiliki indikator berupa tampilan *leaflet*, kebermanfaatan *leaflet*, kelebihan *leaflet*, isi materi serta bahasa dalam *leaflet* sebagai media edukasi pada program ini. Selain itu, penelitian ini juga memiliki variabel terikat berupa hasil edukasi dengan pengetahuan ibu hamil mengenai nutrisi 1000 HPK sebagai indikatornya.

Intervensi dalam penelitian ini berupa edukasi menggunakan *leaflet* sebagai media yang berisi materi tentang pentingnya nutrisi pada 1000 HPK untuk pencegahan *stunting* serta pelaksanaan *pretest* dan *post-test* yang dilakukan sebelum dan sesudah intervensi untuk menilai pengetahuan Ibu hamil. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuesioner mengenai 1000 HPK. Kuesioner tersebut berisi 10 pertanyaan/soal yang berkaitan dengan materi edukasi yang diberikan sebagai bentuk *pretest* dan *posttest*. Kuesioner yang diberikan pada penelitian ini berupa kuesioner dengan jawaban pilihan ganda dengan tipe soal yang sama untuk masing-masing peserta.

Dalam penelitian ini digunakan teknik analisis kuantitatif, yaitu *paired sample t-test (dependent t-test)* yang merupakan bagian dari analisis inferensial. Menurut Widiyanto (2013), teknik *paired sample t-test* dapat digunakan untuk mengkaji pengaruh perlakuan yang dinyatakan dengan adanya perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah perlakuan diberikan. Untuk itu dalam analisisnya penelitian ini menggunakan program *software* SPSS untuk melihat adanya perbedaan pengetahuan subjek sebelum dan sesudah pemberian perlakuan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada program edukasi 1000 HPK digunakan metode analisis kuantitatif, yaitu dengan metode eksperimen dengan desain pra-eksperimen yang terdiri dari kelas tes tanpa disertai kelas kontrol dan metode pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Dalam penelitian ini dilakukan tes sebelum dan sesudah subjek diberikan intervensi. Intervensi dalam penelitian ini berupa edukasi menggunakan *leaflet* sebagai media yang berisi materi tentang pentingnya nutrisi pada 1000 HPK untuk pencegahan *stunting* serta pelaksanaan *pretest* dan *post-test*. Tujuan pemberian *pretest* dan *post-test* adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan materi tentang pentingnya nutrisi pada 1000 HPK. *Pretest* dan *post-test* yang diberikan berupa kuisisioner yang berkaitan dengan materi yang disampaikan, yaitu pentingnya nutrisi pada 1000 HPK. Penyampaian materi dibantu dengan media *leaflet* yang berisi materi tentang pentingnya nutrisi pada 1000 HPK.

Pada konsepnya, pelaksanaan edukasi menggunakan 2 media, yaitu materi dalam bentuk Power Point sebagai media penunjang untuk menjelaskan secara singkat mengenai konsep *stunting*, dampak *stunting*, faktor penyebab *stunting*, pencegahan kejadian *stunting*, pengenalan 100 HPK, pentingnya nutrisi pada 100 HPK maupun jenis nutrisinya. Hal tersebut bertujuan sebagai pengantar sebelum memasuki edukasi yang lebih spesifik terkait dengan pemberian MPASI sebagai salah satu nutrisi pada 1000 HPK sehingga peserta dapat mengetahui korelasi antara keduanya. Sementara itu, media *leaflet* merupakan media utama dalam pokok edukasi. Pada sesi edukasi dengan *leaflet*, ibu hamil diharapkan dapat memberikan perhatian penuh dan mampu memahami materi yang disampaikan terkait hal ini. Adapun konten yang termuat dalam *leaflet* berfokus pada pedoman pemberian MPASI antara lain berupa pengenalan MPASI, prinsip pemberian MPASI,

tahapan pemberian MPASI sesuai dengan rentang usia, dan catatan-catatan penting lainnya. Tabel 1 berikut adalah data hasil *pre-test* dan *post-test* pada ibu hamil di Desa Lemahbang.

Tabel 1. Hasil *pre-test* dan *post-test* pada ibu hamil

No.	Skor <i>Pre-test</i>	Skor <i>Post-test</i>
1.	9	10
2.	9	10
3.	9	10
4.	9	10
5.	9	10
6.	9	10
7.	10	10
8.	10	10
9.	7	9
10.	6	9

Berdasarkan data hasil *pre-test* dan *post-test*, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan pada nilai *post-test*. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya nutrisi selama 1000 HPK meningkat setelah mengikuti pemaparan materi.

Tabel 2. *Paired Samples Test*

	Mean	SD	SEM	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 <i>Pre Post</i>	-1.1	0.8756	0.27689	-1.72636	-0.47364	-3.973	9	0.003

Pada program ini digunakan metode analisis *paired samples test* (Tabel 2) untuk mengolah data yang dihasilkan. Metode analisis ini dipilih karena dapat digunakan untuk melihat adanya perbedaan tingkat pengetahuan ibu hamil yang signifikan sebelum dan setelah pemaparan materi yaitu berupa nilai *pretest* dan *posttest*. Tujuan dari *pretest* dan *posttest* pada penelitian ini adalah untuk menilai adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil di Desa Lemahbang terhadap pentingnya nutrisi dalam pencegahan *stunting* setelah pemberian edukasi. Berdasarkan data yang diperoleh, terdapat dua hipotesis yaitu H_0 yang menunjukkan tidak adanya perbedaan rata-rata hasil *pretest* dengan *posttest* yang signifikan dan H_1 yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan pada rata-rata hasil *pretest* dengan *posttest*. Nilai H_0 ditolak apabila nilai $p < (0,005)$. Berdasarkan data, diperoleh nilai p yaitu 0,003 atau $<(0,005)$. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai H_0 tidak diterima sehingga terdapat perbedaan rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* yang signifikan. Perbedaan tersebut menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada ibu hamil yang mengikuti pemaparan materi terkait pentingnya 1000 HPK. Hal tersebut ditunjukkan oleh hasil nilai *posttest* yang meningkat setelah mendapatkan materi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zulaeha dan Fitriani (2021), peningkatan pengetahuan ibu hamil dipengaruhi oleh adanya edukasi mengenai pentingnya nutrisi pada 1000 HPK. Penelitian yang dilakukan oleh Hidayati, dkk., (2022) dengan metode uji Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ terhadap data hasil *pretest* dan *post-test* yang diberikan sebelum dan sesudah edukasi 1000 HPK pada wanita usia subur. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pengetahuan wanita usia subur sebelum dan setelah diberikan edukasi. Menurut Hidayati, dkk., (2022) pengetahuan merupakan salah satu faktor dalam mencapai suatu perilaku yang sehat. Adapun edukasi yang diberikan kepada masyarakat dapat meningkatkan pengetahuan dari 74,48% sebelum diberi edukasi hingga 86,49% setelah diberi edukasi (Suprpto, 2021). Dalam kegiatan ini, edukasi diberikan menggunakan media *leaflet* yang merupakan sebuah media edukasi yang informasinya telah diringkas dan jelas sehingga informasi lebih mudah dipahami dengan baik oleh peserta (Sabarudin, dkk., 2020). Menurut Setiani dan Warsini (2020), penggunaan media *leaflet*

sebagai penyampaian edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dari peserta. Gambar 1 menunjukkan kegiatan pengerjaan *pretest*, pemaparan materi edukasi, dan foto bersama dengan peserta.



Gambar 1. (a) Pengerjaan *pre-test*; (b) Pemaparan materi edukasi; (c) Foto bersama

4. KESIMPULAN

Program edukasi 1000 HPK berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan ibu hamil di Desa Lemahbang. Hal tersebut dapat ditunjukkan dengan meningkatnya nilai posttest ibu hamil setelah memperoleh edukasi mengenai pentingnya nutrisi pada 1000 HPK. Dengan demikian, program edukasi penting untuk dilaksanakan secara berkesinambungan guna meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pentingnya nutrisi pada 1000 HPK. Pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku ibu dalam mengoptimalkan kesehatan janin. Mempertimbangkan kebermanfaatan program, perlu diupayakan terkait metode agar seluruh ibu hamil di Desa Lemahbang dapat mengikuti kelas ibu hamil sehingga dapat memperoleh pengetahuan terkait kesehatan kehamilan pada program selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam melancarkan kegiatan ini, yaitu kepada Direktorat Pengabdian Kepada Masyarakat (DPKM) UGM, Fakultas Kedokteran Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan (FKKMK) UGM, Bidan Desa Lemahbang, tim kader posyandu ibu hamil Desa Lemahbang, dan Tim KKN-PPM UGM Unit JT-144.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, D. I., Azam, M., Cahyati, W. H. (2022). Kejadian stunting anak usia 1-2 tahun di Puskesmas Purwantoro 1, Kabupaten Wonogiri. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 6(4), 216-226.
- Dewi, R., Evrianasari, N., & Yuviska, I. A. (2020). Kadar Hb, LILA, dan berat badan ibu saat hamil berisiko terhadap kejadian stunting pada anak usia 1-3 tahun. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(1), 57-64.
- Gunardi, H. (2021). Optimalisasi 1000 hari pertama kehidupan: Nutrisi, kasih sayang, stimulasi, dan imunisasi merupakan langkah awal mewujudkan generasi penerus yang unggul. *eJournal Kedokteran Indonesia*, 9(1), 1-6.
- Hanindita, M. (2018). *MOMMYCLOPEDIA tanya-jawab tentang nutrisi di 1000 hari pertama kehidupan anak*, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hidayati, D., Yulastini, F., & Fajriani, E. (2022). Pengaruh edukasi 1000 hari pertama kehidupan (hpk) terhadap pengetahuan dan sikap wanita usia subur (WUS). *Journal of Holistic Nursing and Health Science*, 5(2), 169-177. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/hnhs>
- Iskandar, M., & Baroroh, A. (2022). Pemberdayaan kader posyandu dalam menjawab tantangan zero stunting. *Hikmayo: Jurnal Pengabdian Masyarakat Amayo*, 1(2), 12-22.
- Sabarudin, Mahmudah, R., Ruslin, Aba, L., Nggawu, L. O. (2020). Efektivitas pemberian edukasi secara online melalui media video dan leaflet terhadap tingkat pengetahuan pencegahan covid-19 di Kota Baubau. *Jurnal Farmasi Galenika*, 6(2):309-318.
- Setiani, D. Y., dan Warsini. (2020). Efektivitas promosi kesehatan menggunakan media video dan leaflet terhadap tingkat pengetahuan tentang pencegahan osteoporosis. *Jurnal Kesehatan Holistic*, 4(2): 55-67.

- Sugiyono. (2012). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Suprpto. (2021). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat dan pemberian sembako era pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3): 521-526.
- Widyanto, Agus Mika. (2013). Statistika terapan konsep dan aplikasi dalam penelitian bidang pendidikan psikologi dan ilmu sosial lainnya. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Zulaeha, A., Fitriati S., A. (2021). Edukasi tentang 1000 hari pertama kehidupan terhadap pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Makassar. *Jurnal Media Kesehatan*, 16(1), 29-36.