

PENGARUH PENGETAHUAN UNTUK PENCEGAHAN STUNTING BAGI IBU HAMIL

Dewi Permatasari¹, Salwaa Aulia Putri Amara³, Qolbi Nur J⁴

permatadewi328@gmail.com¹, salwaaputri01@gmail.com², qnur0109@gmail.com³

Universitas Borneo Tarakan

ABSTRAK

Stunting merupakan suatu keadaan dengan tinggi badan kurang dibanding dengan tinggi standar usianya yang disebabkan asupan nutrisi yang kurang dalam waktu yang lama dan dapat berdampak pada terganggunya produktifitas pada saat dewasa karena anak yang stunting akan mengalami gangguan pertumbuhan fisik, kekebalan tubuh dan fungsi kognitif. Metode pengumpulan data pada dalam penulisan artikel kali ini adalah menggunakan pendekatan studi literatur. Data yang diperoleh adalah data sekunder atau data yang tidak diperoleh dari lapangan langsung, melainkan dari sumber-sumber lain yang memiliki kontekstual yang sama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stunting dipengaruhi salah satunya oleh pengetahuan gizi ibu dan asupan ibu. Asupan ibu terutama saat hamil merupakan salah satu faktor yang berperan penting. Selain pengetahuan ibu peran keluarga juga sangat diperlukan dalam pencegahan stunting yang dimana keluarga berusaha memenuhi kebutuhan ibu hamil, dan memotivasinya. Dari hasil penelitian diketahui bahwa edukasi pada kelas ibu hamil mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting. Sikap dan perilaku ibu selama hamil didukung oleh pengetahuan ibu tentang kehamilannya.

Kata Kunci: *Stunting, Pencegahan, Pengetahuan, Ibu Hamil.*

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi dimana panjang badan atau tinggi badan yang tidak sesuai atau tidak mencapai (kurang) jika dibandingkan dengan umur serta masalah gizi yang bersifat kronis karena menjadi salah satu keadaan malnutrisi yang memiliki hubungan dengan tidak tercukupinya zat gizi dimasa lalu (Nurfatimah et al., 2021). Kejadian stunting dapat terjadi pada masa kehamilan dikarenakan asupan gizi yang kurang saat hamil, pola makan yang tidak sesuai, serta kualitas makanan yang rendah sehingga mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan.

Menurut (Kemenkes, 2018) stunting dapat terjadi dimulai sejak masa pra konsepsi yaitu pada remaja putri yang mengalami anemia dan kurang gizi diperparah dengan asupan gizi yang kurang selama kehamilan, kesehatan ibu dan gizi ibu sebelum dan saat kehamilan, persalinan mempengaruhi postur tubuh ibu (pendek), jarak kehamilan yang terlalu dekat, ibu masih remaja, asupan nutrisi yang kurang selama kehamilan kerja. Oleh karena itu pendidikan pada ibu hamil merupakan hal yang sangat penting dalam upaya meningkatkan

pengetahuan dimana pada akhirnya dapat meningkatkan sikap dan perilaku positif pada ibu hamil untuk melakukan berbagai upaya dalam mencegah terjadinya stunting pada masa golden period atau 1000 hari pertama kehidupan (Kristiyanti R, dkk, 2021). Menurut (Bappenas,2017) keterkaitan antara tingkat pendidikan, pengetahuan serta sikap dalam memenuhi zat gizi selama mengandung dengan perbaikan gizi dan kesehatan ibu hamil. Karena kurangnya pengetahuan dan praktik yang tidak tepat sehingga mejadi hambatan dalam peningkatan gizi karena pada umumnya banyak orang yang tidak tahu tentang gizi selama kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan sangat penting bagi pertumbuhan kedepannya.

Menurut Chaerul, Saleh, dkk (2022) jenis pekerjaan ibu, pendidikan, kehamilan dengan status gizi KEK, dan pemberian ASI Eksklusif merupakan resiko kejadian wasting pada Baduta. Kejadian stunting dapat terjadi pada masa kehamilan dikarenakan asupan gizi yang kurang saat hamil, pola makan yang tidak sesuai, serta kualitas makanan yang rendah sehingga mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan. Keterkaitan antara tingkat pendidikan, pengetahuan serta sikap dalam memenuhi zat gizi selama mengandung dengan perbaikan gizi dan kesehatan ibu hamil (Nurfatihah et al., 2021). Intervensi untuk menurunkan angka stunting dan wasting harus di mulai sejak dini yaitu saat ibu masih hamil dengan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi yang dibutuhkan untuk perkembangan dan pertumbuhan janin dan juga mendorong ibu untuk Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dilanjutkan dengan pemberian ASI eksklusif sampai bayi 6 bulan.

METODOLOGI

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel kali ini adalah menggunakan pendekatan studi literatur. Data yang diperoleh adalah data sekunder atau data yang tidak diperoleh dari lapangan langsung, melainkan dari sumber-sumber lain yang memiliki kontekstual yang sama. Teknik pengumpulan data diperoleh melalui studi kepustakaan dengan membaca artikel-artikel jurnal yang bersifat ilmiah untuk mendapatkan pengetahuan yang sesuai. Artikel jurnal yang dijadikan referensi ini diperoleh melalui artikel jurnal-jurnal dengan memasukkan kata kunci stunting, pengetahuan ibu hamil, dan pencegahan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jurnal 1

Penulis	Muhammad Aji Saputra, Agustina Rahmawati
Judul	PENGARUH EDUKASI TERKAIT STUNTING TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU HAMIL: LITERATURE REVIEW.
Tempat Publish	Jurnal Kebidanan dan Keperawatan 'Aisyiyah published since June 2005 with ISSN 1858-0610 (print), ISSN 2477-8184 (online) by STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
Tahun Terbit	2022

Rangkuman	Stunting adalah suatu kondisi gagal tumbuh pada anak dibawah lima tahun yang disebabkan karena kekurangan gizi kronis, yang membuat anak tumbuh terlalu pendek menurut usianya. Kurangnya kesadaran tentang pentingnya pengetahuan tentang gizi sebelum dan sesudah kehamilan oleh ibu akan berdampak pada kurangnya upaya pencegahan stunting. Sehingga perawakan anak yang pendek dianggap wajar dan tidak berdampak pada perkembangan masa depan anak, sehingga tidak diperlukan perlakuan khusus.
Metode	literature review
Hasil	Pemberian edukasi tidak hanya berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, melainkan meningkatkan upaya, sikap dan perilaku kesehatan. Pemberian edukasi dilakukan guna meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, dan kemampuan ibu untuk tetap memberikan gizi yang baik selama kehamilan. Metode pendidikan juga perlu disesuaikan dengan budaya lokal untuk membantu tenaga kesehatan masyarakat melakukan promosi kesehatan dan memastikannya mudah diterima oleh ibu hamil dalam rangka mempercepat peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik mengenai gizi dan kesehatan reproduksi.

Jurnal 2

Penulis	Sopyah Anggraini, Sarmaida Siregar, Ratna Dewi
Judul	PENGARUH MEDIA AUDIO VISUAL TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP PADA IBU HAMIL TENTANG PENCEGAHAN STUNTING DI DESA CINTA RAKYAT
Tempat Publish	JURNAL ILMIAH KEBIDANAN IMELDA Vol.6, No.1, Maret 2020, pp. 26-31 ISSN: 2597-7180 (Online), 2442-8116 (Print) http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEBIDANAN
Tahun Terbit	2020
Rangkuman	Stunting atau kurang gizi kronik adalah suatu bentuk lain dari

	kegagalan pertumbuhan, dan kurang gizi kronik. Keadaan yang sudah terjadi sejak lama, bukan seperti kurang gizi akut. Stunting dapat juga terjadi sebelum kelahiran dan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola asuh makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan.
Metode	Metode kuantitatif
Hasil	Promosi kesehatan dengan leaflet dan audio visual terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang pencegahan stunting pada Ibu hamil menunjukkan bahwa media audio visual lebih meningkatkan pengetahuan Ibu dibanding leaflet.

Jurnal 3

Penulis	Nurfatihah, Priska Anakoda, Kadar Ramadhan, Christina Entoh, Sony Bernike Magdalena Sitorus, Lisda Widiyanti Longgupa
Judul	Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil
Tempat Publish	Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan Vol.15 No.2 Agustus 2021: Hal. 97-104 p-ISSN: 1907-459X e-ISSN: 2527-7170 http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JIK
Tahun Terbit	2021
Rangkuman	Pencegahan stunting mulai dari awal kehamilan harus dilakukan agar dapat menurunkan kejadian stunting pada anak. Kejadian stunting dapat terjadi pada masa kehamilan dikarenakan asupan gizi yang kurang saat hamil, pola makan yang tidak sesuai, serta kualitas makanan yang rendah sehingga mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan. Perbaikan gizi dan kesehatan remaja, calon pengantin (catin), ibu hamil (bumil), ibu nifas (bufas) serta anak balita termasuk PAUD adalah beberapa cara pencegahan stunting dan dapat dilakukan dengan cara pendekatan gizi dan non gizi.
Metode	Penelitian Deskriptif
Hasil	Pendidikan dianggap dapat mempengaruhi perilaku seseorang, dapat meningkatkan peran aktif dalam kegiatan posyandu dan berperilaku, bertindak, dan bersikap untuk mendorong perilaku kesehatan. Keaktifan ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan ANC adalah hal yang penting. ANC penting untuk untuk menilai keadaan kesehatan ibu dan janin

	pada awal kehamilan, mencegah komplikasi yang tidak diinginkan selama kehamilan, mencegah kematian ibu dan anak, meningkatkan kesehatan ibu dan bayinya, untuk membina hubungan suami, istri dan anak yang baik.
--	--

Jurnal 4

Penulis	Salma Kusumaningrum, Merry Tiyas Anggraini, Chamim Faizin
Judul	HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU HAMIL
Tempat Publish	Herb-Medicine Journal ISSN: 2620-567X
Tahun Terbit	2020
Rangkuman	Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis pada balita yang disebabkan keadaan malnutrisi yang berkaitan dengan kekurangan asupan gizi paa lampau. Kasus stunting pada balita di wilayah kerja Puskesmas Rejosari termasuk kasus tertinggi kedua di Kudus. Oleh karena itu, perlu dilakukan perilaku pencegahan stunting, salah satunya pada ibu hamil. Terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil, diantaranya adalah pengetahuan dan dukungan keluarga.
Metode	metode kuantitatif
Hasil	Hasil analisis juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dalam mencegah stunting dengan perilaku ibu hamil dalam mencegah stunting ($p= 0,001$). Pada hasil rasio prevalensi didapatkan $PR > 1$ dan rentang dari interval tidak mencakup angka yang artinya variabel dukungan keluarga yang kurang dalam mencegah stunting merupakan faktor risiko dari perilaku pencegahan stunting yang negatif. Nilai prevalence ratio sebesar 3,2 memiliki arti bahwa ibu hamil yang memiliki dukungan keluarga yang kurang akan lebih berisiko 3 kali lebih besar untuk melakukan perilaku negatif dalam mencegah stunting

Jurnal 5

Penulis	Sukmawati, Yanti Hermayanti, Furkon Nurhakim, Iceu Amira DA dan Henny Suzana Mediani
Judul	EDUKASI PADA IBU HAMIL, KELUARGA DAN KADER POSYANDU TENTANG PENCEGAHAN STUNTING

Tempat Publish	Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat, Vol. 10, No. 4, Desember 2021: 330 - 335 ISSN 1410 - 5675 eISSN 2614-2392
Tahun Terbit	2021
Rangkuman	<p>Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis yang terjadi pada anak balita yang disebabkan kurangnya asupan nutrisi dalam waktu yang lama. Stunting berdampak mudah terkena penyakit, tidak optimalnya perkembangan kognitif, motorik dan verbal, postur tubuh, kapasitas belajar, performa saat usia sekolah, produktifitas, kapasitas kerja, meningkatnya obesitas dan penyakit lain serta menurunnya sistem reproduksi. Salah satu penyebab stunting adalah kurangnya pengetahuan ibu sehingga diperlukan edukasi yang efektif untuk mencegah terjadinya stunting. Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan oleh (Mediani, 2020) terdapat berbagai prediktor terjadinya stunting pada anak balita di Indonesia diantaranya kurangnya pengetahuan ibu dan dari temuan juga menunjukkan perlu dikembangkan promosi kesehatan terpadu pencegahan dan intervensi untuk mengurangi stunting. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian. bahwa tingginya angka kejadian stunting belum diimbangi dengan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu hamil, dukungan keluarga dan kader posyandu dalam melakukan upaya pencegahan stunting sedini mungkin atau dalam 1000 hari pertama kehidupan.</p>
Metode	Metode kuantitatif
Hasil	<p>Dari hasil penelitian diketahui bahwa edukasi pada kelas ibu hamil mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting. Sikap dan perilaku ibu selama hamil didukung oleh pengetahuan ibu tentang kehamilannya. Kejadian stunting dapat dicegah salah satunya dengan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil. Kehamilan merupakan periode penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Pertumbuhan, perkembangan serta kesehatan anak sangat ditentukan oleh kondisi janin saat di dalam kandungan. Di Negara berkembang termasuk Indonesia masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan</p>

	masyarakat yang utama. Rendahnya status gizi ibu hamil selama kehamilan dapat mengakibatkan berbagai dampak tidak baik bagi ibu dan bayi.
--	---

Definisi stunting yang dipahami informan ibu hamil menunjukkan suatu definisi yang tidak berbeda jauh dengan definisi stunting secara teoritis. Informan mendeskripsikan bahwa stunting ditandai dengan ciri tubuh pendek, tidak sehat, berat badan rendah, tinggi badan kurang yang semuanya disebabkan karena kurang gizi

Menurut kemenkes RI (2016) Stunting merupakan suatu keadaan dengan tinggi badan kurang dibanding dengan tinggi standar usianya yang disebabkan asupan nutrisi yang kurang dalam waktu yang lama dan dapat berdampak pada terganggunya produktifitas pada saat dewasa karena anak yang stunting akan mengalami gangguan pertumbuhan fisik, kekebalan tubuh dan fungsi kognitif. Mayoritas ibu hamil yang kurang memiliki dukungan keluarga, ternyata memiliki dukungan informasi dan dukungan penilaian yang kurang.

Kehamilan merupakan periode penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Pertumbuhan, perkembangan serta kesehatan anak sangat ditentukan oleh kondisi janin saat di dalam kandungan. Di Negara berkembang termasuk Indonesia masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama (Sukmawati et al., 2021).

Dari hasil penelitian diketahui bahwa edukasi pada kelas ibu hamil mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting. Kejadian stunting dapat dicegah salah satunya dengan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil. Dukungan penilaian yang dilakukan keluarga terutama suami dengan memuji / memberikan perhatian lebih pada ibu hamil sangat diperlukan, karena pada saat hamil, ibu memerlukan kasih sayang dan perhatian penuh dari keluarga agar dapat merasa lebih nyaman dan aman dalam menjalani masa kehamilan. Dukungan informasi mengenai pencegahan stunting seperti dengan menjelaskan tentang pentingnya meminum tablet penambah darah, suplemen kalsium, dan asam folat dapat mendorong ibu hamil untuk melakukan pencegahan stunting karena konsumsi obat tersebut merupakan salah satu cara untuk mencegah stunting sejak masa kehamilan (Muftiyaturrohmah,2020).

Pola asuh dan status gizi sangat dipengaruhi oleh pemahaman orang tua (seorang ibu) maka, dalam mengatur kesehatan dan gizi di keluarganya edukasi diperlukan agar dapat mengubah perilaku yang bisa mengarahkan pada peningkatan kesehatan gizi atau ibu dan anaknya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Permatasari et al (2021) edukasi efektif untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu hamil mengenai nutrisi dan kesehatan reproduksi menggunakan pendekatan multisektorial.

Metode pendidikan juga perlu disesuaikan dengan budaya lokal untuk membantu tenaga kesehatan masyarakat melakukan promosi kesehatan dan memastikannya mudah diterima oleh ibu hamil dalam rangka mempercepat peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik mengenai gizi dan kesehatan reproduksi (Saputra & Rahmawati, 2022).

Salah satu faktor penyebab ibu tidak mengkonsumsi makanan bergizi adalah ketidaktahuan akan zat-zat gizi yang diperlukan ibu sejak masa kehamilan. Hal inilah yang menyebabkan kemungkinan risiko anak lahir dengan perkembangan stunting. Intervensi edukasi menggunakan audiovisual pada ibu hamil mengenai stunting memperoleh respon yang positif. Ibu lebih mudah memahami dan tertarik, meskipun secara spesifik tidak menjelaskan mengenai cara-cara menghindari atau menghentikan konsumsi rokok pada suami, namun ibu sudah paham bahwa rokok memiliki risiko terhadap stunting (Asri MA, 2019).

Pentingnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil dan bagaimana menyiapkan makanan

yang benar dapat diperoleh dari petugas kesehatan (bidan) saat dilakukan kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil merupakan sarana belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, nifas, serta bayi baru lahir. Dengan adanya kelas ibu hamil, ibu dapat mengetahui tentang pengaturan gizi saat hamil yang secara langsung meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting. Stunting dipengaruhi salah satunya oleh pengetahuan gizi ibu dan asupan ibu. Asupan ibu terutama saat hamil merupakan salah satu faktor yang berperan penting (Anggraini et al., 2020).

KESIMPULAN

Stunting adalah kondisi dimana panjang badan atau tinggi badan yang tidak sesuai atau tidak mencapai (kurang) jika dibandingkan dengan umur serta masalah gizi yang bersifat kronis karena menjadi salah satu keadaan malnutrisi yang memiliki hubungan dengan tidak tercukupinya zat gizi dimasa lalu.

Pendidikan pada ibu hamil merupakan hal yang sangat penting dalam upaya meningkatkan pengetahuan dimana pada akhirnya dapat meningkatkan sikap dan perilaku positif pada ibu hamil untuk melakukan berbagai upaya dalam mencegah terjadinya stunting pada masa golden period atau 1000 hari pertama kehidupan.

Pentingnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil dan bagaimana menyiapkan makanan yang benar dapat diperoleh dari petugas kesehatan (bidan) saat dilakukan kelas ibu hamil

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, S. A., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Media 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.
- Asri MA. Pengaruh penyuluhan media audiovisual dalam pengetahuan pencegahan stunting pada ibu hamil di Desa Cibatok 2 Cibungbulang. *Promotor*, 2019; 2(3): 182-190.
- Chaerul, Saleh dkk. (2022). Faktor resiko kejadian wasting pada baduta umur 7 – 24 bulandi wilayah kerja UPTD Puskesmas Wolo Kabupaten Kolaka. *Jurnal Gizi Ilmiah Volume 9*
- Kristiyanti R, Khuzaiyah S, Susiatmi SA. Gambaran Pengetahuan tentang Stunting dan Sikap Ibu dalam Mencegah Stunting. 2021;1043-6
- Kementerian Kesehatan R.I. Laporan Riskesdas 2018 Provinsi Sulawesi Tengah. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan R.I; 2018. 399 p.
- Muftiyaturrohmah. Analisis Dukungan Ayah Berdasarkan Persepsi Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Anak Batita Di Wilayah Kerja Puskesmas TambakWedi. Universitas Airlangga; 2020
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104.
- Permatasari, T. A. E., Rizqiya, F., et al. (2021) ‘The Effect of Nutrition and Reproductive Health Education of Pregnant Women in Indonesia Using Quasi Experimental Study’, *BMC Pregnancy and Childbirth* 21(1), 1–15.
- Saputra, M. A., & Rahmawati, A. (2022). Pengaruh Edukasi Terkait Stunting Terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil: Literature Review Naskah Publikasi. Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta, 6(2).
- Sukmawati, S., Hermayanti, Y., Nurhakim, F., DA, I. A., & Mediani, H. S. (2021). Edukasi

Pada Ibu Hamil, Keluarga Dan Kader Posyandu Tentang Pencegahan Stunting.
Dharmakarya, 10(4), 330.