

Pengaruh Penyuluhan Gizi dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu Hamil sebagai Upaya Pencegahan Stunting

Aminatul Muthia Ahla¹, Frani Mariana², Dwi Rahmawati³, Nurul Hidayah⁴

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia, Banjarmasin

⁴ Program Studi Diploma III Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia, Banjarmasin,

Email Penulis Korespondensi: aminatulmuthiaahlamut@gmail.com

Article History:

Received Jul 21th, 2025

Accepted Aug 19th, 2025

Published Aug 19th, 2025

Abstrak

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia menunjukkan bahwa Provinsi Kalimantan Selatan berada pada posisi ke-6 (30%) dengan kejadian stunting tertinggi di Indonesia. Di Kota Banjarmasin, Puskesmas Alalak Selatan pada tahun 2023 menunjukkan peningkatan kasus stunting menjadi 246 balita. Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Alalak Selatan yang mengalami stunting pada tahun 2021 sebanyak 43 orang, tahun 2022 sebanyak 48 orang dan tahun 2023 sebanyak 210 orang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Alalak Selatan. Penelitian ini menggunakan *pre-eksperimental design* dengan rancangan *pretest-posttest*. Sampel penelitian adalah ibu hamil yang berada Puskesmas Alalak Selatan sebanyak 54 orang yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *Marginal Homogeneity*. Hasil menunjukkan sebelum diberikan penyuluhan kesehatan gizi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 35 orang (64,8%), kurang sebanyak 16 orang (29,6%) dan baik sebanyak 3 orang (5,6%). Setelah diberikan penyuluhan kesehatan gizi sebagian besar memiliki pengetahuan baik sebanyak 51 orang (94,4%), cukup sebanyak 2 orang (3,7%) dan kurang 1 orang (1,9%). Hasil uji *marginal homogeneity* didapatkan nilai p sebesar 0,0001 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh penyuluhan kesehatan gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Alalak Selatan.

Kata Kunci : Ibu Hamil, Media Leaflet, Penyuluhan Kesehatan Gizi

Abstract

According to the Indonesian Nutrition Status Survey, South Kalimantan Province ranks sixth (30%) with the highest incidence of stunting in Indonesia. In Banjarmasin City, the Alalak Selatan Community Health Centre reported an increase in stunting cases to 246 infants in 2023. Based on a preliminary study at the Alalak Selatan Health Centre, there were 43 cases of stunting in 2021, 48 cases in 2022, and 210 cases in 2023. This study aims to determine the effect of nutrition health education using leaflets on the knowledge of pregnant women as a preventive measure against stunting at the Alalak Selatan Health Centre. This study used a pre-experimental design with a pretest-posttest design. The study sample consisted of 54 pregnant women at the Alalak Selatan Health Centre, selected using purposive sampling. Data were analysed using the Marginal Homogeneity test. Results showed that before receiving nutrition health education, most respondents had adequate knowledge (35 individuals, 64.8%), insufficient knowledge (16 individuals, 29.6%), and good knowledge (3 individuals, 5.6%). After receiving nutrition health education, most respondents had good knowledge, with 51 respondents (94.4%), adequate knowledge, with 2 respondents (3.7%), and insufficient knowledge, with 1 respondent (1.9%). The results of the marginal homogeneity test yielded a p-value of 0.0001, indicating that there is an effect of nutrition health education using leaflets on the knowledge of pregnant women as a preventive measure against stunting at the Alalak Selatan Health Centre.

Keyword : Pregnant Women, Media Leaflets, Nutrition Health Education

1. PENDAHULUAN

Gizi adalah komponen yang sangat penting dalam masa kehamilan. Gizi berperan aktif dalam pemberian karakter dan kemampuan yang dimiliki oleh janin. Kekurangan gizi saat hamil akan menjadi salah satu faktor risiko terjadinya stunting. Stunting adalah tumbuh kembang yang dialami anak akibat gizi buruk, infeksi berulang dan stimulasi psikososial yang tidak memadai [1].

United Nations Children's Fund (UNICEF) menyatakan bahwa prevalensi stunting pada populasi balita diseluruh dunia mencapai 21,9% [2]. Berdasarkan data tersebut jumlah kasus tersebut, jumlah kasus stunting tertinggi berada di Afrika dan Asia, termasuk di Indonesia. Kesehatan dasar Indonesia Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga (30,8%) dari populasi balita mengalami stunting dan yang mengalami stunting ini harus diatasi [3].

Berdasarkan hasil studi SSGI yang dilakukan oleh BKPK Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2021 mayoritas stunting terjadi di Nusa Tenggara Timur sebesar (37,8%), Sulawesi Barat sebesar (33,8%), Aceh sebesar (33,2%) dan Kalimantan Selatan menduduki peringkat 6 stunting tertinggi yaitu sebesar (30%), pada tahun 2022 mayoritas stunting terjadi di Nusa Tenggara Timur sebesar (35,3%), Sulawesi Barat sebesar (35,0%), Papua sebesar (34,6%) dan Kalimantan Selatan menduduki peringkat 15 stunting tertinggi yaitu sebesar (24,6%) [4]. Pada Kabupaten/Kota Banjarmasin pada tahun 2021 sebesar 27,80%, sedangkan pada tahun 2022 sebesar 22,40% mengalami penurunan stunting sebanyak 5,40% dan Kota Banjarmasin menduduki peringkat 8 angka stunting. Kota Banjarmasin tahun 2022 menargetkan (17,05%), tahun 2023 (14,07%) dan tahun 2024 (17,22%) untuk target Prevalensi stunting [5].

Berdasarkan hasil data studi pendahuluan Di Puskesmas Alalak Selatan yang mengalami stunting pada tahun 2021 Sebanyak 43 Balita yang mengalami Stunting. Pada tahun 2022 sebanyak 48 Balita yang mengalami Stunting dan pada tahun 2023 sebanyak 210 Balita yang mengalami Stunting [6].

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan di puskesmas alalak selatan berdasarkan pengisian kuesioner dengan 10 ibu hamil didapatkan pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan gizi sebagai upaya pencegahan stunting sebanyak (50%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan gizi sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Alalak Selatan masih kurang. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan gizi dengan media leaflet terhadap pengetahuan ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Alalak Selatan.

2. METODOLOGI PENELITIAN

2.1 Tahapan Penelitian

Penelitian ini dimulai dengan tahapan proses perizinan ke Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin. Penelitian ini telah lolos uji etik oleh Komisi Etik Penelitian Universitas Sari Mulia Banjarmasin dengan Nomor sertifikat105/KEP-UNISM/IV/2025. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *pretest* dan *posttest*.

2.2 Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pra eksperimen dengan rancangan one group pretest-posttest. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil yang berada Puskesmas Alalak Selatan sebanyak 119 ibu hamil dari periode bulan Februari 2025 sampai bulan Maret 2025. Sampel dalam

penelitian ini sejumlah 54 orang yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *marginal homogeneity*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur			
1	Berisiko	13	24,1
2	Tidak berisiko	41	75,9
Jumlah		54	100
Pendidikan			
1	Tinggi	9	16,7
2	Sedang	20	37
3	Rendah	25	46,3
Jumlah		54	100
Pekerjaan			
1	Bekerja	9	16,7
2	Tidak Bekerja	45	83,3
Jumlah		54	100
Paritas			
1	Primipara	35	64,8
2	Multipara	15	27,8
3	Grande multipara	4	7,4
Jumlah		54	100
Usia Kehamilan			
1	Trimester I	25	46,3
2	Trimester II	12	22,2
3	Trimester III	17	31,5
Jumlah		54	100

Berdasarkan tabel 1, didapatkan data bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia yang tidak berisiko (20-35 tahun) yaitu sebanyak 41 orang (75,9%). Sisanya 13 orang (24,1%) merupakan responden dengan umur yang berisiko (< 20 tahun dan > 35 tahun). mayoritas responden dalam penelitian ini adalah dengan pendidikan rendah (SD-SMP) yaitu sebanyak 25 orang (46,3%). Pendidikan Tinggi (D1-S1) hanya sebanyak 9 orang (16,7%).

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah responden yang tidak bekerja (ibu rumah tangga) yaitu sebanyak 45 orang (83,3%). Sedangkan sisanya hanya 9 orang (16,7%) yang bekerja. mayoritas responden dalam penelitian ini adalah responden dengan paritas primipara yaitu sebanyak 35 orang (64,8%). Paritas paling sedikit dalam penelitian ini adalah Grande multipara sebanyak 4 orang (7,4%). mayoritas responden dalam penelitian ini adalah responden dengan usia kehamilan pada Trimester I yaitu sebanyak 25 orang (46,3%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil
Sebelum di Berikan Penyuluhan Kesehatan Gizi**

No.	Pengetahuan Sebelum Penyuluhan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	3	5,6
2	Cukup	35	64,8
3	Kurang	16	29,6
Jumlah		54	100

Berdasarkan tabel 2, didapatkan data bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu hamil dalam penelitian ini adalah responden sesudah diberikan penyuluhan kesehatan gizi adalah pengetahuan baik yaitu sebanyak 51 orang (94,4%) dan 1 orang (1,9%) dengan pengetahuan kurang.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil
Sesudah di Berikan Penyuluhan Kesehatan Gizi**

No.	Pengetahuan Sesudah Penyuluhan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	51	94,4
2	Cukup	2	3,7
3	Kurang	1	1,9
Jumlah		54	100

Berdasarkan tabel 3, didapatkan data bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu hamil dalam penelitian ini adalah responden sesudah diberikan penyuluhan kesehatan gizi adalah pengetahuan baik yaitu sebanyak 51 orang (94,4%) dan 1 orang (1,9%) dengan pengetahuan kurang.

Tabel 4. Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Gizi Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Puskesmas Alalak Selatan

No.	Pengetahuan	Sebelum		Sesudah		P value
		Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase	
1	Baik	3	5,6	51	94,4	0,0001
2	Cukup	35	64,8	2	3,7	
3	Kurang	16	29,6	1	1,9	
Jumlah		54	100	54	100	

Berdasarkan tabel 4, didapatkan data bahwa sebelum diberikan penyuluhan hanya terdapat 3 orang (5,6%) responden yang pengetahuannya baik tentang penyuluhan Kesehatan gizi, namun setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 51 orang (94,4%). Begitu pula halnya pada 16 orang (29,6%) responden yang awalnya pengetahuannya kurang setelah diberikan penyuluhan hanya tersisa 1 orang (1,9%). Berdasarkan uji statistik didapatkan nilai p sebesar 0,0001 ($<0,05$) yang berarti ada pengaruh penyuluhan kesehatan gizi dengan media Leaflet sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Alalak Selatan.

3.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dengan cara pembagian kuesioner pada kegiatan pretest didapatkan pengetahuan ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Alalak Selatan masih tergolong rendah. Hasil analisis data menggunakan analisis univariat didapatkan bahwa sebanyak 35 orang (64,8%) memiliki pengetahuan yang sedang. Sisanya sebanyak 16 orang (29,6%)

dengan pengetahuan kurang dan 3 orang (5,6%) dengan pengetahuan baik. Masih sedikitnya responden yang memiliki pengetahuan baik pada penelitian ini dikarenakan kurangnya pengetahuan tentang gizi untuk mencegah stunting. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mardian yang menunjukkan bahwa pengetahuan responden tentang pencegahan stunting adalah masih rendah, yaitu sebanyak 24 orang (80%) [7].

Makanan bagi ibu hamil berbeda dengan sebelum hamil karena makanan bergizi untuk ibu hamil seharusnya terdiri atas kelompok makanan pokok (seperti beras, jagung, singkong, ubi dan lain sebagainya), kelompok lauk pauk yang mengandung protein tinggi yaitu berupa pangan hewani seperti daging, ikan dan produk laut lainnya, telur dan susu. Kelompok sayur dan buah-buahan sebagai sumber vitamin, mineral dan serat pangan misalnya sayuran hijau dan buah seperti pisang, apel dan lainnya. Keempat kelompok makanan ini dibutuhkan ibu hamil untuk memenuhi kebutuhan dua individu yaitu untuk ibu dan janin dalam kandungannya. Makanan 1 sampai 2 piring lebih banyak dari sebelum hamil, makan 4 sampai 5 kali sehari. Ibu hamil makan makanan bergizi 3 kali sehari pada waktu yang tepat yaitu sarapan, makan siang dan makan malam, serta 2 kali makan makanan selingan [8].

Hasil analisis data menggunakan analisis univariat didapatkan bahwa sesudah diberikan penyuluhan kesehatan gizi, mayoritas responden adalah dengan pengetahuan baik yaitu sebanyak 51 orang (94,4%) dan hanya 1 orang (1,9%) dengan pengetahuan kurang. Peningkatan pengetahuan ini karena responden sudah mengetahui pentingnya gizi selama kehamilan sebagai upaya pencegahan stunting. Pengetahuan adalah hasil dari tahu yang terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Maka dari itu ketika seseorang diberikan edukasi dapat meningkatkan tingkat pengetahuan yang sebelum edukasi dari tingkat yang dasar yaitu *know* (tahu) menjadi tingkat yang tinggi yaitu evaluasi karena berkaitan dengan kemampuan-kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi gizi ibu hamil [9].

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh penyuluhan kesehatan gizi dengan media Leaflet sebagai upaya penyuluhan Kesehatan gizi pada ibu hamil untuk mencegah stunting. Sebelum diberikan penyuluhan hanya terdapat 3 orang (5,6%) responden yang pengetahuannya baik tentang stunting, namun setelah diberikan penyuluhan meningkat menjadi 51 orang (94,4%). Begitu pula halnya pada 16 orang (29,6%) responden yang awalnya pengetahuannya kurang setelah diberikan penyuluhan hanya tersisa 1 orang (1,9%).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Putriani dkk (2024) menunjukkan ada pengaruh penyuluhan dengan media leaflet terhadap pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting pada balita usia 12-36 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Ambalawi. Pengetahuan dan tindakan merupakan komponen dan prasyarat penting terjadinya perubahan sikap dan perilaku gizi untuk menurunkan masalah gizi. Pengetahuan mengenai gizi menyumbangkan pengaruh yang cukup besar terhadap status gizi seseorang. Tingkat pengetahuan gizi seseorang akan mempengaruhi tindakan. Penyuluhan gizi yaitu suatu prinsip pemasaran yang bersifat pengetahuan untuk memperbaiki kesadaran gizi kepada ibu dan menghasilkan perilaku peningkatan gizi yang baik. Ibu sangat berperan dalam terbentuknya pola perilaku makan balita dikarenakan ibu lah yang berperan mengatur pola si anak di mulai dari kecil hingga bertumbuh dewasa, sehingga diharapkan terjadi perubahan perilaku dalam pemilihan makan pada balita [10].

Secara fisiologis, pemberian edukasi kesehatan dengan menggunakan leaflet ini akan memberikan hubungan keterlibatan antara panca indera yaitu indera pendengaran, penglihatan dan peraba dengan apa yang akan diterima oleh otak. Hubungan tersebut dapat berpengaruh terhadap kesiapan ibu hamil dalam menerapkan gizi ibu hamil yang baik. Bagian talamus merupakan bagian otak yang menerima informasi [11]. Menurut peneliti informasi yang didapatkan responden tersebut diolah dari dari tingkat terendah yaitu tahu atau *know*, dimana peserta edukasi mampu mengingat

materi gizi ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting yang sebelumnya telah diberikan oleh peneliti.

Menurut teori, pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui pancaindra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behaviour*). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, salah satunya adalah pendidikan [12]. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah berpendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 20 orang (37%). Menurut teori, ibu yang memiliki pendidikan tinggi akan lebih mudah menerima informasi yang diberikan dan dengan lebih sadar dan peduli akan pentingnya informasi dan pengetahuan untuk dirinya dan anaknya.

Berdasarkan hasil penelitian tingkat pengetahuan responden sebelum diberikan penyuluhan kesehatan gizi adalah pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 35 orang (64,8%) dan 3 orang (5,6%) dengan pengetahuan baik. Sesudah diberikan penyuluhan kesehatan gizi adalah pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 51 orang (94,4%) dan 1 orang (1,9%) dengan pengetahuan kurang. Penyuluhan kesehatan gizi dengan media leaflet berpengaruh terhadap pengetahuan ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Alalak Selatan dengan nilai p value 0,0001.

4. KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan stunting di wilayah kerja Puskesmas Alalak Selatan sebelum diberikan penyuluhan masih tergolong rendah, dengan sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan sedang hingga kurang. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan gizi menggunakan media leaflet, terjadi peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan ibu hamil, di mana mayoritas responden menunjukkan pengetahuan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan gizi dengan pendekatan media visual sederhana seperti leaflet efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pentingnya gizi selama kehamilan sebagai upaya pencegahan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Wijayanti D, Purwati A, and Retnaningsih R, "Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA," *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, vol. 9, no. 2, pp. 67–74, 2024.
- [2] UNICEF, "Levels and trends in child malnutrition Estimates Key findings of the 2023 edition," UNICEF. Accessed: Jul. 29, 2025. [Online]. Available: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>
- [3] Mustakim MRD, Irwanto, Irawan R, Irmawati M, and Setyoboedi B, "Impact of Stunting on Development of Children between 1-3 Years of Age," *Ethiop J Health Sci*, vol. 32, no. 3, pp. 569–578, 2022.
- [4] Kementrian Kesehatan RI, "Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023," Jakarta, 2023.
- [5] Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan, "Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2023," Banjarmasin, 2023.
- [6] Puskesmas Alalak Selatan, "Profil Kesehatan Puskesmas Alalak Selatan," Banjarmasin, 2023.

- [7] Mardian E, “Pengaruh Penyuluhan Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Dengan Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting di PMB Elisa Mardian Bekasi Jawa Barat Tahun 2023 ,” *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, vol. 14, no. 4, pp. 335–347, 2024.
- [8] Adhi KT, Lubis DS, Pinatih GNI, and Mahendra GAA, *Modul Pendidikan Kesehatan Dan Pemenuhan Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil*. Bali: Panuduh Atma Waras, 2021.
- [9] Rahmawati TA, Mamlukah M, and Iswarawanti DN, “Pengaruh penyuluhan kesehatan dengan media video dan booklet terhadap pengetahuan ibu baduta dalam pencegahan stunting,” *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Science Journal*, vol. 15, no. 2, pp. 521–530, 2024.
- [10] Putriani N, “Pengaruh Penyuluhan dengan Media Leaflet terhadap Pengetahuan Ibu tentang Stunting pada Balita Usia 12-36 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Ambalawi Kabupaten Bima,” Lombok Timur, 2023.
- [11] Sandra, Ennimay, Handra D, and Rahmanisa TA, *Edukasi Perioperatif*. Yogyakarta: Zahir Publishing, 2023.
- [12] Notoatmodjo S., *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2017.