

## ORIGINAL ARTICLE

# PENINGKATAN PENGETAHUAN GIZI PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU HAMIL DI DESA SERUT, KECAMATAN BOYOLANGU, KABUPATEN TULUNGAGUNG

Natasya Nishfiana Rachma <sup>a</sup>, Alfi Najah Kamila <sup>a</sup>, Achmad Djunawan <sup>a\*</sup>,  
M Risya Rizki <sup>a</sup>, Emilia Indahyati <sup>a</sup>

<sup>a</sup> Program Studi Administrasi Rumah Sakit, STIKES Yayasan Rumah Sakit Dr. Soetomo, Surabaya

\*Corresponding Author: [achmadjuna@gmail.com](mailto:achmadjuna@gmail.com)



### ARTICLE INFORMATION

#### Article history

Received (April 30th, 2025)

Revised (June 21th, 2025)

Accepted (August 18th, 2025)

#### Keywords

Nutrition; Pregnant Women;

Stunting; Prevention

### ABSTRACT

Stunting is one of the health problems that still poses a challenge in Indonesia, especially in rural areas. In Tulungagung Regency, the prevalence of stunting reached around 5.17% in 2025. Although the general stunting rate in Tulungagung has sharply decreased, there are still several villages in this area that report a relatively high stunting prevalence, reaching around 5% in Serut village. This achievement places Tulungagung as one of the regencies with a relatively high stunting rate in East Java. Dissemination to improve nutritional knowledge among pregnant mothers is an important step in preventing stunting. This study aims to prove that the dissemination that enhances nutritional knowledge for pregnant mothers in Serut Village, Boyolangu District, Tulungagung Regency. The activities used are the pre-post method using the Wilcoxon Signed Rank Test to determine the significance of the increase in understanding among pregnant mothers. Data collection in this activity uses interviews, observations, and documentation. The results show that dissemination improves nutritional knowledge for pregnant women, covering nutrition education, food assistance utilization programs, and the active role of health workers, proving that education plays an important role in increasing pregnant women's awareness of adequate nutrition fulfillment. Stakeholders need to pay attention to improving pregnant women's knowledge and access to nutritious food. It is hoped that increased nutritional knowledge can reduce the risk of stunting in children.

Jurnal Abdimas jatibara is a peer-reviewed journal published by Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yayasan RS Dr. Soetomo (STIKES YRSD Soetomo).

This journal is licensed under the [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Website: <https://jurnal.stikes-yrsds.ac.id/index.php/JAJ>

E-mail: [jurnalabdimas@stikes-yrsds.ac.id](mailto:jurnalabdimas@stikes-yrsds.ac.id)

## PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi pertumbuhan anak yang terhambat akibat defisiensi gizi yang terjadi dalam jangka waktu panjang, khususnya selama masa 1000 hari pertama kehidupan (1,2). Menurut data World Health Organization (WHO), Negara Indonesia tercatat sebagai lima negara yang memiliki jumlah kasus stunting tertinggi di dunia. Pada data Kementerian Kesehatan, kasus stunting di Negara Indonesia belum berubah dari angka yang mengkhawatirkan, dengan berbagai faktor yang mempengaruhi kondisi tersebut, termasuk akses terhadap makanan bergizi, cara mendidik, lalu jenjang pendidikan dan taraf pengetahuan ibu hamil mengenai gizi (3).

Kekurangan gizi berkepanjangan sendiri merupakan faktor utama penyebab stunting (4), dimana pada kejadian ini dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan fisik, mengganggu perkembangan motorik, menurunnya kemampuan kognitif, dan menyebabkan ketidak seimbangan fungsi tubuh (5). Masalah gizi buruk pada anak ini harus mendapatkan perhatian yang lebih lagi sehingga masalah stunting pada anak dapat menurun (6).

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting nasional tercatat sebesar 19,8%, menunjukkan penurunan dari angka 21,5% pada tahun 2023. Meskipun penurunan ini merupakan sinyal positif terhadap upaya perbaikan gizi anak di Indonesia, capaian tersebut masih belum memenuhi target pemerintah sebesar 18,8% yang ditetapkan untuk tahun 2025. Di tingkat provinsi, pada tahun 2025 prevalensi stunting di provinsi Jawa Timur berhasil ditekan hingga mencapai kisaran 14,7%, menjadikan provinsi sebagai salah satu provinsi dengan angka stunting terendah di Pulau Jawa. Salah satu daerah yang mencatat prestasi gemilang adalah Kabupaten Tulungagung, yang berhasil menurunkan prevalensi stunting secara drastis hingga mencapai sekitar 5,17% pada tahun 2025. Capaian ini menempatkan Tulungagung sebagai salah satu kabupaten dengan angka stunting cukup tinggi di Jawa Timur bahkan di tingkat nasional (7). Meskipun angka stunting secara umum di Tulungagung telah menurun tajam, masih terdapat beberapa desa di wilayah ini yang mencatatkan prevalensi stunting cukup tinggi, yaitu mencapai sekitar 5% di desa serut.

Hal ini bisa terjadi dikarenakan kurangnya kesadaran akan pentingnya asupan gizi sebelum, selama, dan setelah kehamilan, keterbatasan akses terhadap bahan pangan bergizi (8), serta kurangnya informasi mengenai pola makan sehat menjadi beberapa variabel yang menyebabkan melesatnya kasus stunting di wilayah ini (7). Oleh karena itu, upaya pemenuhan gizi pada ibu hamil perlu dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan, dengan melibatkan berbagai pihak seperti tenaga kesehatan, pemerintah, serta masyarakat setempat (9). Namun, sudah ada upaya dari bidan desa untuk mengurangi pertumbuhan stunting dengan melakukan penyuluhan kepada ibu balita setiap bulannya sebanyak tujuh kali di posyandu dan polindes

Pemahaman yang baik dari ibu hamil mengenai gizi diharapkan mampu meningkatkan kecukupan nutrisi janin dalam kandungan (10). Dengan demikian janin dalam kandunga dapat terhindar resiko penyebab stunting pada masa pertumbuhan (11), dan perkembangannya setelah dilahirkan supaya memperoleh anak yang sehat (12).

Pemerintah telah mengupayakan berbagai intervensi untuk menanggulangi stunting, di antaranya melalui program Pemberian Makanan Tambahan (PMT), edukasi gizi melalui Posyandu dan kelas ibu hamil, serta pemantauan kesehatan ibu hamil secara berkala (13). Namun, efektivitas dari upaya tersebut perlu dikaji lebih lanjut untuk memastikan bahwa intervensi yang dilakukan benar-benar berdampak terhadap pencegahan stunting (14). Oleh karena itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Desa Serut dalam rangka mencegah stunting.

## **METODE**

Kegiatan penyuluhan kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 3 Januari 2025 di Desa Serut, Kecamatan Boyolangu, Kabupaten Tulungagung. Sasaran penyuluhan ini adalah ibu hamil yang berada di wilayah tersebut. Metode kegiatan dilakukan melalui penyuluhan dengan presentasi materi mengenai pentingnya gizi seimbang bagi ibu hamil, dampak kekurangan gizi terhadap janin, serta cara memenuhi kebutuhan gizi harian. Selain itu, dilakukan sesi tanya jawab dan pembagian kuesioner mengukur pemahaman peserta sebelum dan sesudah penyuluhan.



**Gambar 1.** Bagan Alur Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Tahap pertama adalah perizinan yang meliputi pengurusan izin kepada kepala desa serta tenaga kesehatan di Puskesmas Beji, Kecamatan Boyolangu. Proses ini dilakukan dengan mengajukan surat permohonan kegiatan penyuluhan. Setelah mendapatkan surat izin maka akan diberikan jadwal pelaksanaan kegiatan dan rencana kegiatan ke pihak terkait.

Tahap kedua adalah persiapan penyuluhan meliputi penyusunan materi, pembuatan leaflet, penyediaan sarana prasarana, serta penyusunan kuesioner pretest, posttest, dan alat tulis. Selain itu, dilakukan koordinasi dengan tenaga kesehatan mengenai pelaksanaan penyuluhan.

Tahap ketiga adalah pelaksanaan dengan penyuluhan selama 2 jam mulai jam 08.00-10.00 kepada seluruh peserta dengan jumlah peserta sebanyak 24 ibu hamil. Kegiatan ini meliputi pembukaan, pembagian kuesioner pretest, pemaparan materi, pembagian kuesioner posttest, diskusi interaktif, serta simulasi penyusunan menu seimbang bagi ibu hamil. Selama penyuluhan, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi mengenai permasalahan gizi yang mereka hadapi.

Tahap keempat adalah evaluasi dengan analisis hasil pretest dan posttest untuk mengukur pemahaman peserta serta kendala dalam pemenuhan gizi. Evaluasi dilakukan dengan membandingkan hasil pretest dan posttest dengan menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* guna mengetahui signifikansi peningkatan pemahaman ibu hamil.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pelaksanaan Program (*Program Implementation*)

Kegiatan penyuluhan dimulai dengan persiapan. Panitia menyiapkan lembar presensi, pretest, posttest, dan alat tulis. Pada saat pelaksanaan penyuluhan, kegiatan tersebut dapat terselenggara tepat waktu yaitu pukul 08.00. Beberapa alat yang dibawa seperti speaker, maupun LCD sudah tersedia di balai Desa Serut. Pada kegiatan ini semua peserta sudah hadir di tempat, kegiatan berjalan dengan baik dan lancar.



**Gambar 2** Kegiatan Persiapan Penyuluhan



**Gambar 3** Pembukaan oleh Bidan Desa Serut

Penyuluhan dilakukan oleh Alfi Najah Kamilah dan Natasya Nishfiana Rachma dengan menggunakan media penyuluhan leaflet. Tahapan penyuluhan terdiri atas pengenalan, penjelasan gizi seimbang, manfaat, dampak kekurangan gizi, kebutuhan zat gizi ibu hamil, pantangan makanan saat hamil, dan rekomendasi makanan untuk ibu hamil untuk pencegahan stunting. Pada pemaparan materi, keantusiasan para

partisipan dalam menyimak materi patut diapresiasi. Selain memaparkan materi, pemateri memberikan penjelasan mengenai bagaimana cara memenuhi gizi pada saat hamil agar terhindar dari *stunting*. *Stunting* memang tidak selalu terjadi pada balita dengan latar belakang keluarga yang kurang mampu. Keluarga dengan latar belakang cukup mampu juga bisa mengalaminya.



**Gambar 4** Paparan Materi



**Gambar 5** Sesi Tanya Jawab

Saat dibuka sesi tanya jawab, peserta cukup antusias. Pada sesi ini pemateri menanyakan beberapa pertanyaan mengenai materi yang telah di paparkan sebelumnya seperti zat gizi apa yang dibutuhkan saat hamil, apa manfaat mengkonsumsi gizi seimbang pada ibu hamil, dan lain sebagainya. Peserta juga dapat menjawab pertanyaan yang diberikan dengan benar.



**Gambar 6** Foto bersama dengan Petugas Puskesmas dan Peserta Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan ini diakhiri dengan foto bersama dengan peserta beserta petugas puskesmas. Tidak lupa pemberian souvenir bagi para peserta yang berhasil menjawab pertanyaan.

### **Diskusi Reflektif Capaian Program (*Program Reflective Discussion*)**

Salah satu tujuan dari kegiatan penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman peserta. Salah satu bentuk untuk membuktikan hal ini adalah dengan menggunakan *pretest* dan *posttest*. Skor capaian nilai *pretest* dan *posttest* tiap nomor adalah sebagai berikut.

**Tabel 1** Persentase jawaban benar responden pada pretest dan posttest (n = 24)

No	Indikator Per Soal	pretest (%)	Posttest (%)
1	Pemahaman tentang makanan yang mengandung sumber zat tenaga, zat pengatur, dan zat pembangun	0,58	0,95
2	Pemahaman tentang makanan yang mengandung karbohidrat	0,54	1,00
3	Pemahaman tentang makanan yang tidak mengandung zat protein/pembangun	0,66	0,95
4	Pemahaman tentang makanan yang mengandung zat besi	0,41	0,87
5	Pemahaman tentang manfaat makanan bergizi untuk ibu hamil	0,58	0,87
6	Pemahaman tentang bahaya kekurangan zat besi dalam persalinan	0,50	0,79
7	Pemahaman tentang makanan yang mengandung vitamin dan mineral	0,50	0,91
8	Pemahaman tentang makanan yang dilarang selama kehamilan	0,62	0,95
9	Pemahaman tentang perbedaan kebutuhan zat gizi ibu hamil dengan orang biasa	0,58	0,83
10	Pemahaman tentang bahaya kurang gizi bagi bayi baru lahir	0,54	0,70

Dari tabel 1 diatas, terlihat adanya peningkatan rerata pretest ke posttest pada sebagian besar indikator, yang menunjukkan keberhasilan penyuluhan dalam meningkatkan pemahaman peserta (1,3). Uji normalitas menggunakan uji kolmogrov-smirnov menunjukkan bahwa data pretest diketahui nilai signifikasinya 0,592 dimana dapat disimpulkan nilai datanya memiliki distribusi normal dan posttest diketahui nilai signifikasinya 0,031 yang berarti datanya tidak berdistribusi normal. Peningkatan nilai dipastikan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,00 yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest. Nilai rerata pretest sebesar 55,41 meningkat menjadi 88,75 pada posttest. Terdapat peningkatan pemahaman sebesar 33,34 poin setelah mendapatkan penyuluhan. Hasil ini sejalan dengan kegiatan sebelumnya bahwa penyuluhan terbukti dapat meningkatkan pengetahuan pada ibu hamil (1,3).

Hasil ini menunjukkan bahwa penyuluhan gizi yang diberikan meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pentingnya pemenuhan gizi yang tepat selama kehamilan. Peningkatan ini diharapkan dapat berdampak pada perubahan perilaku ibu hamil dalam menjaga keseimbangan asupan nutrisi. Harapan dari kegiatan ini secara tidak dapat membantu mencegah stunting pada anak yang akan dilahirkan. Hasil ini sejalan dengan penelitian (15) yang meneliti tentang pengetahuan ibu terhadap gizi seimbang.

Sebagaimana yang di analisis oleh (1,3), terjadi peningkatan pemahaman, penyuluhan yang diberikan terbukti efektif secara statistik dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil. Peningkatan skor menunjukkan adanya potensi keberhasilan penyuluhan yang dapat ditindak lanjuti melalui evaluasi materi, perbaikan soal, serta peningkatan jumlah responden untuk mendapatkan hasil lebih representatif. Tantangan dalam implementasi pemenuhan gizi ibu hamil tetap ada. Faktor ekonomi, ketersediaan bahan pangan bergizi, serta kebiasaan konsumsi masyarakat masih menjadi kendala utama dalam penerapan gizi seimbang. Sama seperti dalam penelitian (16), pihak yang berkepentingan diharapkan dapat meningkatkan status gizi anak balita. Selain itu, diharapkan informasi yang telah diperoleh dapat disebar luaskan oleh ibu balita yang mendapatkan pengetahuan. Di akhir, harapannya akan terjadi peningkatan status gizi dan mengurangi kejadian stunting di Desa Serut . Oleh karena

itu, upaya yang lebih luas dan terintegrasi dari berbagai stakeholder diperlukan agar ibu hamil dapat memenuhi kebutuhan gizinya secara optimal.

Berdasarkan kegiatan penyuluhan yang telah dilakukan, peran tenaga kesehatan sangat penting dalam melanjutkan edukasi gizi kepada ibu hamil agar pemahaman yang sudah diberikan dapat dipertahankan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pemerintah juga perlu mendukung kegiatan ini melalui penyediaan bahan pangan bergizi dan perluasan akses layanan kesehatan. Dukungan dari keluarga dan masyarakat akan memperkuat hasil penyuluhan, sehingga ibu hamil lebih termotivasi menerapkan pola makan seimbang untuk mencegah stunting.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan mengenai gizi ibu hamil dan pencegahan *stunting* memberikan dampak positif terhadap peningkatan pemahaman peserta. Terdapat perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest, yang membuktikan bahwa edukasi berperan penting dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pemenuhan gizi yang cukup.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini, terutama para peserta yang telah bersedia mengikuti penyuluhan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada tenaga kesehatan, pemerintah, dan masyarakat yang terus berupaya dalam meningkatkan kesadaran serta kesejahteraan ibu dan anak.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Djunawan A, Rizki MR, Oktavia C. Upaya Pencegahan dan Penanganan Stunting Melalui Penyuluhan di Wilayah Puskesmas Porong Sidoarjo. *J Abdimas Jatibara*. 2025;3(2):170–6.
2. Rizki MR, Djunawan A, Ramadhani RA. Upaya Peningkatan Self Awareness Masyarakat pada Kondisi Stunting di Wilayah Puskesmas Porong Sidoarjo. *J Abdimas Jatibara*. 2024;2(2):73–80.
3. Djunawan A, Mujiburrahman MA, Rizki MR, Puriyanti P. Pencegahan Stunting Melalui Peningkatan Pengetahuan Calon Pengantin tentang Prediksi Tinggi, Berat badan Balita Serta Berat Badan Ibu Hamil di Desa Notorejo Kecamatan Gondang Kabupaten Tulungagung. *J Abdimas Jatibara*. 2025;3(2):119–26.
4. Riyanti E, Saputri R, Saputri R. Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil pada Kelas Ibu Hamil di Desa Krandegan Kecamatan Bayan Kabupaten Purworejo. *J Pengabdian Kpd Masy [Internet]*. 2022;1(2):97–105. Available from: <https://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/pmkep/article/view/123>
5. Soumena RZ. Edukasi dan Pemantauan Pasien Gizi Buruk dengan Metode Home Visit Demi Mewujudkan Generasi Bebas Stunting. *J Pengabdian Masy Kalesang*. 2024;1(January):1–8.
6. Mundari R. Pengetahuan Ibu Hamil tentang Kebutuhan Nutrisi Selama Kehamilan. *J Ilmu Gizi Indones*. 2022;3(1):9–16.
7. Lestari DP. Upaya Pencegahan Risiko Gizi Buruk pada Balita: Literature Review. *J Ilm Univ Batanghari Jambi*. 2022;22(1):532.
8. Susana Dwi astuti S, Hidayah N. Penyuluhan Kesehatan Nutrisi Pada Ibu Hamil di

- Pmb Yuliyanti, Str.Keb. Teluk Betung Bandar Lampung. *J Pengabd Masy Jajama*. 2022;1(2):76–85.
9. Alpin. Hubungan Karakteristik Ibu dengan Status Gizi Buruk Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Tawanga Kabupaten Konawe. *Nurs Care Heal Technol J*. 2021;1(2):87–93.
  10. Chori Elsera, Soniya S, Marwanti M, Permatasari D, Hamranani SST. Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Masa Kehamilan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *TRIAGE J Ilmu Keperawatan*. 2023;10(2):80–6.
  11. Rohayati R, Aprina A. Pengaruh Penyuluhan Partisipatif untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu tentang Penerapan Gizi Seimbang dalam Penanggulangan Stunting. *J Kesehat*. 2021;12(2):287–93.
  12. Fadlila RN. Pembagian Nutrisi Untuk Ibu Hamil. *J Pengabd Masy Teknol Kesehat LPPM*. 2022;03(02):2–4.
  13. Rahmadani S, Lubis S. Evaluasi peran pemerintah dalam menentukan angka stunting berdasarkan perpres 72 tahun 2021. *J Educ J Pendidik Indones*. 2023;9(1):188.
  14. Risa HN. Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi, Asupan Energi, dan Protein pada Ibu Hamil dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) di Puskesmas Manyar Kota Gresik. *Nutrizone*. 2023;03(November):25–33.
  15. Tadale DL, Ramadhan K, Nurfatimah N. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Terkait Gizi Seimbang Balita untuk Mencegah Stunting Melalui Penyuluhan. *Community Empower*. 2021;6(1):48–53.
  16. Sa'danoer IM, Tyas DA, S HZ. Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Stunting Dengan Upaya Perbaikan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. *J Pengabd Masy Sasambo*. 2022;1(4):54–9.