

## Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan Sikap Dan Perilaku Wanita Usia Subur Prakonsepsi

### The Influence of Nutrition Education on Changes in Knowledge, Attitudes and Behavior of Women of Preconception Childbearing Age

Megawati\*<sup>1</sup>, Fitriani Umar<sup>2</sup>, Makhrajani Majid<sup>3</sup>, Haniarti<sup>4</sup>

<sup>1,3</sup>Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Parepare, Indonesia

<sup>2,4</sup>Prodi Gizi, Universitas Muhammadiyah Parepare, Indonesia

e-mail: \*<sup>1</sup>[megaawatii45@gmail.com](mailto:megaawatii45@gmail.com), <sup>2</sup>[fitrah.gizi@gmail.com](mailto:fitrah.gizi@gmail.com), <sup>3</sup>[ninikmakhrajani@gmail.com](mailto:ninikmakhrajani@gmail.com), [haniarti.umpar@gmail.com](mailto:haniarti.umpar@gmail.com)

#### ABSTRACT

*The prevalence of stunting in the city of Parepare is still high. Early prevention can be done by providing education to prospective mothers before entering the conception period. The aim of this research is to determine the effect of nutrition education on changes in knowledge, attitudes and behavior of women of preconception childbearing age in preventing stunting. The type of research is a 2 group Quasi Experiment with a control comparison. The samples were women of preconception childbearing age who took Suscatin at KUA Parepare City. The sample was divided into two groups, namely a treatment group of 40 people and a control group of 40 people. The intervention provided is in the form of nutritional education about stunting prevention using booklet media. Respondents' knowledge, attitudes and behavior were measured before and after treatment using a questionnaire. Data analysis used the independent t test. The results of the study showed that there was an effect of nutritional education on knowledge ( $p=0.000$ ), attitudes ( $p=0.000$ ) and behavior ( $p=0.000$ ) of women of preconception childbearing age in preventing stunting. It is recommended that health workers provide nutritional education to prevent stunting to prospective brides or women of childbearing age at every guidance course for prospective brides, prospective mothers or women of childbearing age. It is hoped that this will be able to increase their knowledge regarding the importance of preventing stunting.*

*Keywords : Stunting; Preconception Knowledge; Attitude; Behavior Teenagers*

#### PUBLISHED BY :

Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Parepare

#### Address :

Jl. Jend. Ahmad Yani Km. 6, Lembah Harapan  
Kota Parepare, Sulawesi Selatan.

#### Email :

[jurnaljppg@gmail.com](mailto:jurnaljppg@gmail.com)

#### Article history :

Submitted 28 Desember 2024

Accepted 2 Januari 2025

Available online 4 Januari 2025



---

## ABSTRAK

Prevalensi stunting di kota Parepare masih tinggi. Pencegahan dini dapat dilakukan dengan memberikan edukasi pada calon ibu sebelum memasuki masa konsepsi. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku wanita usia subur prakonsepsi dalam pencegahan stunting. Jenis penelitian adalah *Quasi Eksprimen 2 group* dengan kontrol pembandingan. Sampel adalah sebagian wanita usia subur prakonsepsi yang mengikuti Suscatin di KUA Kota Parepare. Sampel dibagi menjadi dua kelompok yakni kelompok perlakuan 40 orang dan kelompok kontrol 40 orang. Adapun intervensi yang diberikan yaitu berupa edukasi gizi tentang pencegahan stunting dengan menggunakan media booklet. Pengetahuan, sikap dan perilaku responden diukur sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan *independent t-test*. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ( $p=0,000$ ), sikap ( $p=0,000$ ) dan perilaku ( $p=0,000$ ) wanita usia subur prakonsepsi dalam pencegahan stunting. Disarankan agar petugas kesehatan memberikan edukasi gizi pencegahan stunting pada calon pengantin atau pada wanita usia subur pada setiap bimbingan kursus calon pengantin, calon ibu atau wanita usia subur diharapkan mampu meningkatkan pengetahuannya mengenai pentingnya pencegahan stunting.

Kata kunci : Perilaku; Pengetahuan; prakonsepsi; Sikap; Stunting

---

## PENDAHULUAN

Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi anak penderita stunting di dunia, dan termasuk negara ke lima dengan jumlah balita tertinggi yang mengalami stunting di regional *Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR)*(1). Hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, angka stunting di Indonesia sebesar 21,5%, hanya turun 0,1% dari tahun 2022 (21,6%) (2). Angka kejadian stunting di Sulawesi Selatan sebanyak 27,4%. Di Kota Parepare ditemukan prevalensi stunting pada anak sebanyak 26,7% (2023) turun dari 27,1% pada tahun 2022. Parepare merupakan salah satu dikota Sulawesi Selatan yang memiliki angka kejadian stunting yang cukup tinggi. dan masih berada di atas prevalensi nasional (3,4). Angka ini masih tergolong tinggi dibandingkan dengan target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yaitu sebesar 14% di tahun 2024. Stunting adalah kondisi tinggi badan (TB) seseorang yang tidak sesuai dengan umur, yang penentuannya dilakukan dengan menghitung skor Z-indeks Tinggi Badan menurut Umur (TB/U) (5).

Dampak yang ditimbulkan oleh stunting dalam jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme tubuh. Dalam jangka panjang berdampak pada menurunnya kemampuan secara kognitif serta prestasi belajar, rendahnya imunitas tubuh sehingga mudah sakit, resiko tinggi terkena penyakit degenerative, serta produktifitas yang rendahnya sehingga berakibat pada rendahnya produktifitas secara ekonomi (6–8).

Stunting banyak terjadi pada periode 1000 hari pertama kehidupan (HPK)(9). Penentuan berhasilnya 1000 hari pertama kehidupan bukan hanya dimulai saat ibu sedang hamil, namun dimulai sejak masa prakonsepsi, konsepsi dan setelahnya. Masalah gizi di Indonesia pada umumnya masih didominasi oleh masalah gizi kurang. Masalah gizi kurang pada kelompok wanita mempengaruhi status gizi pada periode siklus kehidupan berikutnya. Hasil SKI ditemukan determinan yang berkontribusi pada kejadian stunting salah satunya yakni pada kondisi prenatal dimana 16,9% ibu hamil berisiko Kekurangan Energi Kronik (KEK)(10). KEK yang terjadi pada ibu hamil umumnya telah terjadi jauh sebelum periode kehamilan. Salah satu periode status gizi yang paling menentukan adalah status gizi

pada masa pranikah atau yang biasa disebut masa prakonsepsi. Status gizi prakonsepsi dapat mempengaruhi kondisi kehamilan dan kesejahteraan bayi. Keadaan kesehatan dan status gizi ibu hamil ditentukan jauh sebelumnya, yaitu pada masa remaja dan dewasa sebelum hamil atau selama menjadi Wanita Usia Subur (WUS)(11).

Faktor langsung yang berhubungan dengan stunting diantaranya asupan nutrisi makanan dan status kesehatan. Penyakit infeksi yang terjadi secara berulang berisiko meningkatkan kejadian stunting pada anak (9). Kekurangan protein dan asupan energi berhubungan signifikan dengan kejadian stunting. Asupan protein yang tidak adekuat pada anak usia 2-5 tahun berhubungan dengan kejadian stunting (12). Faktor tidak langsung yang berhubungan dengan stunting diantaranya terkait dengan pelayanan kesehatan dan lingkungan rumah tangga.

Stunting dapat dicegah jika ibu diberi edukasi lebih dini terkait faktor resiko stunting. Wanita usia subur adalah wanita yang masih dalam usia produktif, yaitu antara usia 15-49 tahun dengan status belum menikah dan sudah menikah (13). Wanita usia subur (WUS) merupakan salah satu kelompok yang rawan mengalami anemia serta defisiensi zat gizi lain (14). Edukasi gizi bertujuan untuk mengurangi masalah gizi yang ditargetkan pada perubahan pengetahuan, sikap, dan perilaku pada wanita usia subur prakonsepsi. Pendekatan perubahan sikap yang digunakan biasanya berfokus pada wanita usia subur prakonsepsi (15). Hasil penelitian menunjukkan edukasi yang diberikan kepada wanita prakonsepsi mampu meningkatkan pengetahuan terkait faktor resiko stunting (16)

Berbagai media edukasi yang digunakan salah satunya adalah booklet. Booklet merupakan perpaduan antara leaflet dan buku atau sebuah buku dengan format kecil layaknya leaflet, namun cara penyajian materi lebih singkat daripada sebuah buku. Digunakannya booklet sebagai media edukasi adalah pada penelitian sebelumnya booklet sering digunakan sebagai media edukasi untuk meningkatkan suatu pengetahuan tertentu atau memberikan suatu informasi(17). Hasil penelitian menunjukkan penggunaan media booklet dapat mempengaruhi peningkatan pengetahuan (18).

Penelitian yang dilakukan oleh Nabila Utami diketahui bahwa mayoritas calon pengantin memiliki tingkat pengetahuan tentang gizi rendah sebanyak 10 %. Selain itu 38 % calon pengantin di Kota Parepare mengalami anemia dan kurang energi kronik (KEK) sebanyak 46% (19). Penelitian Nur Ukhti (2022) menyatakan bahwa calon pengantin hanya sedikit yang melakukan pemeriksaan di puskesmas sebelum menikah. Sehingga edukasi gizi pada wanita usia prakonsepsi dalam hal ini calon pengantin sangat penting (20).

Survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Kantor Urusan Agama (KUA) Parepare diperoleh data calon pengantin yang mengikuti suscatin selama Tahun 2022 di KUA Soreang 334 orang, KUA Bacukiki 392 orang dan 232 orang di KUA Kecamatan Ujung. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan pengetahuan sikap dan perilaku pencegahan stunting pada wanita usia subur prakonsepsi di KUA Kota Parepare.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperiment* dengan desain 2 group dengan kontrol pembanding. Penelitian dilakukan di KUA kota Parepare meliputi KUA Ujung, Soreang dan Bacukiki Barat Pada bulan Mei sampai bulan Juni 2023. Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas dua yaitu data primer dan sekunder. Data primer berupa pengetahuan, sikap dan perilaku diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan kuesioner. Data sekunder berupa jumlah calon pengantin diperoleh di Kantor Urusan Agama Kota Parepare.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh wanita usia subur prakonsepsi yang mengikuti kursus calon pengantin (Suscatin) di KUA Kota Parepare. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 80 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian wanita usia subur prakonsepsi yang mengikuti suscatin di KUA. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan yang diberi edukasi tentang pencegahan stunting menggunakan media booklet sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Variable yang diukur meliputi pengetahuan yakni segaa sesuatu yang diketahui responden tentang stunting, penyebab, dampak dan pencegahannya. Sikap yakni tanggapan responden tentang stunting dan pencegahannya, sedangkan varibel perilaku yakni beupaperilaku responden terkait gizi dan pencegahan stunting.

Instrumen media edukasi yang digunakan dalam penelitian ini berupa *Booklet* terkait edukasi gizi untuk pencegahan stunting dan kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan terkait pengetahuan, sikap dan perilaku pencegahan stunting. Kuesioner *pre-test* diberikan sebelum pemberian edukasi sedangkan kuesioner *posttest* I diberikan sesudah pemberian edukasi. *Post test* II diberikan 2 minggu setelah pemberian edukasi. Pengolahan data menggunakan aplikasi *SPSS For Windows* Versi 21. Analisis data untuk mengetahui pengaruh edukasi dengan menggunakan *uji independent t. test* (jika memenuhi syarat data terdistribusi normal ( $p > 0,05$ )) namun jika tidak maka di uji alternatif *Mann Whitney*.  $H_0$  ditolak jika nilai  $p < \alpha$  (0,05).

## HASIL

### *Karakteristik*

Distribusi karakteristik subjek penelitian terlihat pada table berikut. Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan umur terbanyak yaitu 25-29 tahun (46,3%) dan paling sedikit yaitu > 35 tahun (7,5%). Berdasarkan pendidikan terbanyak responden yaitu tamat SMA sebanyak 55 orang (68,8%) dan yang paling sedikit yaitu tamat D1 yaitu 1 orang (1,3%).

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden**

Karakteristik	N	(%)
<b>Umur (tahun)</b>		
20-24	19	23,8
25-29	37	46,3
30-35	18	22,5
>35	6	7,5
<b>Tingkat pendidikan</b>		
SMP	18	22,5
SMA	55	68,8
D1	1	1,3
S1	6	7,5
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>100,0</b>

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 2 menunjukkan bahwa ada perbedaan antara umur kelompok perlakuan dan control ( $p > 0,05$ ). Artinya kelompok perlakuan dan kontrol berada pada kondisi yang berbeda sebelum intervensi. Dan tingkat pendidikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ( $p < 0,05$ ). Artinya kelompok perlakuan dan kontrol berada pada kondisi yang berbeda sebelum intervensi.

**Perbedaan Karakteristik**

Variabel	Perlakuan n=40	Kontrol n=40	p*
<b>Umur (mean)</b>	25,83	24,75	0,000
<b>Tingkat pendidikan</b>			
Rendah	6(15,0%)	12 (15,0%)	
Tinggi	34 (42,5%)	28 (35,0%)	0,000

\* Uji Mann Whitney

**Perbedaan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Sebelum intervensi pada Kelompok Perlakuan dan Kontrol**

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan sebelum intervensi pada kelompok perlakuan yaitu 7,88 dan kelompok kontrol 7,08. Hasil uji statistik diperoleh nilai p pengetahuan ( $p = 0,072$ ), artinya ( $p > \alpha (0,05)$ ). Artinya pengetahuan kelompok perlakuan dan kontrol sama sebelum perlakuan. Adapun skor sikap pada kelompok perlakuan yaitu 10,28 dan kelompok kontrol 8,28. Hasil uji statistik diperoleh Nilai p sikap yaitu ( $p = 0,000$ ), artinya ( $p > \alpha (0,05)$ ). Artinya sikap kelompok

perlakuan dan kontrol berbeda sebelum perlakuan. skor perilaku pada kelompok perlakuan yaitu 4,18 dan kelompok kontrol 4,53. Hasil uji statistik perilaku ( $p=0,397$ ) artinya ( $p > \alpha(0,05)$ ). Artinya perilaku kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sama sebelum perlakuan.

**Tabel 3. Perbedaan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Kelompok Perlakuan dan Kontrol sebelum intervensi**

Sebelum	Perlakuan n=40		Kontrol n=40		P
	Mean	SD	Mean	SD	
Pengetahuan	7,88	1,80	7,08	1,474	0,072
Sikap	10,28	2,112	8,28	2,264	0,000
Perilaku	4,18	1,357	4,53	1,633	0,397

*Uji Mann Whitney*

**Perubahan Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Wanita Usia Subur Prakonsepsi Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol**

Tabel 4 menunjukkan bahwa skor pengetahuan pada kelompok yang diberikan perlakuan mengalami kenaikan sebesar 6,62 dan pada kelompok kontrol mengalami peningkatan yaitu sebesar 1,67. Berdasarkan *Uji Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai ( $p=0,000$ )  $< \alpha (0,05)$  sehingga ada perbedaan antara pengetahuan kelompok perlakuan dan kelompok kontrol . sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan pengetahuan wanita usia subur terhadap pencegahan stunting.

**Tabel 4. Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Sebelum dan Sesudah intervensi**

Variabel	Pre-test		Post-test		P	$\Delta$ Pre-post	P
	Mean	SD	Mean	SD			
<b>Pengetahuan</b>							
Perlakuan	7,88	1,870	14,50	1,519	0,000	6,62 ↑	0,000*
Kontrol	7,08	1,474	8,70	1,436	0,000	1,67 ↑	
<b>Sikap</b>							
Perlakuan	10,28	2,112	23,68	2,283	0,000	13,4 ↑	0,000**
Kontrol	8,28	2,264	12,58	2,363	0,000	4,3 ↑	
<b>Perilaku</b>							
Perlakuan	4,18	1,375	10,85	1,442	0,000	6,05 ↑	0,000*
Kontrol	4,53	1,633	5,23	1,050	0,021	0,7 ↑	

*Uji Paired t Test, \*Uji Wilcoxon*

Skor sikap pada kelompok yang diberikan perlakuan mengalami kenaikan sebesar 13,4 dan pada kelompok kontrol juga mengalami kenaikan sebesar 4,3. Berdasarkan *Uji Paired t Test* menunjukkan bahwa nilai ( $p=0,000$ )  $< \alpha$  (0,05) sehingga ada perbedaan antara sikap kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi gizi sikap wanita usia subur terhadap pencegahan stunting. Skor perilaku pada kelompok yang diberikan perlakuan mengalami kenaikan yaitu sebesar 6,67 sedangkan kelompok kontrol juga mengalami kenaikan sebesar 0,7. Berdasarkan *Uji Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai ( $p=0,000$ )  $< \alpha$  (0,05) sehingga ada perbedaan antara perilaku kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi gizi terhadap perilaku wanita usia subur terhadap pencegahan stunting.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan Hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh data distribusi menurut umur wanita usia subur KUA Ujung, Soreang dan Bacukiki Barat di kota Parepare menunjukkan bahwa mayoritas umur responden berada pada kelompok umur 25-29 tahun sebanyak 46,3%. namun ada yang berusia  $>35$  tahun sebanyak (7,5%) yang termasuk kategori usia beresiko untuk hamil. Ibu yang hamil di usia  $>35$  tahun atau lebih berisiko melahirkan bayi dengan kondisi cacat bawaan lahir atau kelainan genetic, seperti *sindrom down*, penyakit jantung bawaan, polidaktili dan bibir sumbing.

Usia merupakan faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Seiring bertambahnya usia, semakin banyak pula pengalaman dan informasi yang diterima sehingga dapat mempermudah wanita usia subur dalam memahami stunting dengan baik. Hal ini akan berdampak baik dalam upaya pencegahan terjadinya stunting sejak dini (21). Umur yang semakin tua maka semakin banyak pula pengalaman yang dimiliki, sehingga pengetahuannya makin bertambah. Menurut Notoadmojo banyaknya pengetahuan tersebut dapat membuat seseorang akan lebih siap dalam menghadapi sesuatu, dengan bertambahnya usia seseorang biasanya diiringi juga dengan perubahan perilaku. Usia muda lebih mudah menerima perubahan perilaku disamping itu pada usia dewasa muda apabila dilihat dari perkembangan kognitifnya maka kebiasaan berfikir rasional mereka meningkat (22). Mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 68,8%. Namun ada juga responden yang berpendidikan SMP sebanyak 22,5%. Tingkat pendidikan akan sangat mempengaruhi seseorang untuk berpikir kritis dalam mencari dan mengolah informasi. Pendidikan rendah pada ibu dan kurangnya pemahaman terkait gizi serta pola asuh yang tidak sesuai dapat mengakibatkan resiko anak mengalami stunting (22).

Pendidikan seseorang yang semakin tinggi, maka kualitas pengetahuannya akan semakin matang intelektualnya. Tingkat pendidikan tinggi akan memudahkan penyerapan informasi, sehingga dengan pendidikan yang cukup seseorang akan mau serta mampu berperilaku baik dalam upaya pencegahan stunting. Tingkat pendidikan dan pengetahuan yang rendah mempengaruhi pola pikir terbatas yang akan berdampak pada perilaku individu. Pendidikan dapat mempengaruhi penentuan sikap seseorang dalam

mengambil keputusan. Semakin tinggi pendidikan diharapkan akan mendapatkan informasi yang semakin banyak. Adapun pengetahuan yang dimiliki responden merupakan salah satu faktor pencetus yang memberikan pengaruh terhadap perubahan sikap dalam pencegahan stunting (23).

### ***Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan Wanita Usia Subur Prakonsepsi Dalam Pencegahan Stunting***

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan wanita usia subur tentang pencegahan stunting di KUA Ujung, Soreang dan Bacukiki Barat Kota Parepare. Pada penelitian ini ditemukan hasil dari 80 responden rata-rata skor pengetahuan pada kelompok perlakuan sebelum intervensi yaitu 7,88 dan setelah intervensi meningkat menjadi 14,50. Sedangkan pada kelompok kontrol sebelum intervensi yaitu 7,08 dan setelah intervensi 8,70.

Peningkatan pengetahuan dipengaruhi oleh intervensi terkait edukasi gizi. Edukasi gizi dengan media booklet merupakan salah satu metode atau media yang digunakan untuk dapat meningkatkan pengetahuan wanita usia subur. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan intervensi wanita usia subur belum mengetahui apa itu stunting (52%), dampak stunting (45%) dan pencegahan stunting (57%). Pengetahuan dapat mempengaruhi tindakan seseorang. Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting dalam kesehatan karena pengetahuan adalah salah satu faktor pendukung yang mencapai suatu perilaku sehat. Pengetahuan yang cukup akan dapat menjadi salah satu upaya pencegahan dan penanganan terjadinya stunting (24).

Penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan Wanita Usia Subur pada kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media Booklet. Beberapa penelitian menemukan ada pengaruh signifikan pelaksanaan edukasi gizi pada Wanita Usia Subur. Edukasi gizi tentang stunting yang diberikan kepada wanita usia subur secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya pencegahan stunting (16,25,26). Penelitian yang dilakukan oleh Ratu, et al (2020) yang menemukan bahwa terdapat hubungan pengetahuan WUS dengan risiko terjadinya stunting. Tingkat pengetahuan berperan penting dalam menentukan dan mengarahkan seseorang dalam berbuat. Pengetahuan tentang gizi yang diperoleh ibu sangat bermanfaat bagi kesehatan ibu sendiri serta bayi yang dikandung apabila ibu berhasil mengaplikasikannya (27).

Adanya peningkatan pengetahuan pada kelompok kontrol di post test kedua bisa disebabkan karena beberapa hal seperti adanya fasilitas yang dapat menyediakan sumber informasi seperti social media, internet, TV, majalah dll. Melalui media tersebut mereka bisa mendapatkan berbagai informasi yang dapat menambah pengetahuan terutama mengenai stunting. Tapi dalam penelitian ini tidak ada diperoleh informasi. Menurut Nugrohi (2020) menyatakan bahwa pengaruh pemberian materi melalui social media dapat meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting. Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Bahari (2020) bahwa media social dapat meningkatkan pengetahuan (28). Edukasi merupakan salah satu pilar utama dalam upaya pencegahan stunting. Edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Wanita Usia Subur terkait stunting. Pemberian informasi

melalui edukasi gizi juga dapat menimbulkan perubahan sikap dan perilaku Wanita Usia Subur. Meningkatnya pengetahuan responden juga dipengaruhi oleh tingkat pendidikan responden dimana mayoritas dari mereka merupakan tamat SMA. Tingkat pendidikan yang cukup memudahkan seseorang untuk memperoleh informasi

Edukasi pencegahan stunting sejak dini yang diberikan kepada calon ibu dapat mempersiapkan ibu agar memiliki pengetahuan cukup dalam upaya memenuhi gizi di 1000 Hari Pertama Kehidupan (29). Menurut Notoatmodjo (2018) menjelaskan bahwa pengetahuan dan kesadaran melalui pengalaman dapat menciptakan perubahan perilaku atau tindakan sehingga diharapkan menjadi pembelajaran untuk lebih baik kedepannya.(26). Kurangnya pengetahuan tentang stunting akan mempengaruhi sikap remaja terkhusus calon ibu, orang tua, keluarga bahkan petugas kesehatan. Penelitian oleh Paskalia Tri Kurniati (2021) menyebutkan bahwa masih kurangnya pemahaman wanita usia subur dalam pemenuhan nutrisi bagi dirinya, baik sebelum masa kehamilan, pada saat hamil akan memberikan dampak bagi peningkatan kejadian stunting, yang akhirnya berdampak panjang bagi tumbuh kembang anak dan masa depan generasi selanjutnya (30).

### ***Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Sikap Wanita Usia Subur Prakonsepsi Dalam Pencegahan Stunting***

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi berpengaruh terhadap perubahan sikap wanita usia subur tentang pencegahan stunting di KUA Ujung, Soreang dan Bacukiki Barat Kota Parepare. Perubahan skor sikap terlihat dari jawaban sikap responden dimana 67,5% menyatakan tidak setuju dengan pernyataan memiliki berat badan ideal dan setelah intervensi 72% telah menyatakan setuju dan 27,5% sangat setuju dengan pernyataan tersebut. Sebanyak 60% responden tidak setuju dengan umur MP-ASI yang dimulai sejak usia 6-8 bulan dan tekstur makanan dibuat lembut, dan setelah intervensi 65,0% menyatakan setuju dan 35% sangat setuju. Sebanyak 75% responden tidak setuju dengan pernyataan sikap perbanyak konsumsi makanan bergizi seimbang kaya protein dan zat besi untuk mencegah anemia setelah diberikan intervensi berubah menjadi 65% responden setuju dan 35% responden sangat setuju.

Hal ini sejalan dengan penelitian Pittman (2021) menunjukkan bahwa pemberian edukasi dengan menggunakan media booklet selama 2 minggu efektif dalam meningkatkan sikap wanita usia subur mengenai stunting (31). Haryono (2019) juga membuktikan bahwa pendidikan kesehatan tentang anemia dengan media leaflet pada remaja putri dapat berpengaruh pada sikap remaja putri dalam mengonsumsi tablet Fe ( $p=0,001$ ) (26).

Sikap merupakan bentuk tingkah laku individu untuk merespon situasi atau kondisi sehingga individu mau melakukan atau tidak melakukan sesuatu, berdasarkan pemahaman persepsi dan perasaannya(32). Informasi dalam edukasi gizi dapat mengubah pola pikir menjadi lebih baik sehingga terjadi perubahan pada sikap. Pembentukan sikap diawali dengan pengetahuan yang dipersepsikan sebagai hal yang positif atau negatif, kemudian diinternalisasikan dalam diri seseorang. Selain

itu peningkatan sikap positif atau baik ini karena adanya informasi saat memberikan edukasi gizi yang mengisyaratkan bahwa pemenuhan gizi untuk mencegah stunting itu penting.

Adanya peningkatan kelompok kontrol pada perubahan sikap dapat dipengaruhi karena adanya perubahan tingkat pengetahuan. Seseorang dengan tingkat pengetahuan yang tinggi akan berpengaruh terhadap cara dia bersikap. Mereka akan bersikap sesuai dengan pengetahuan yang dia peroleh. Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap stimulasi atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang bersangkutan. Sikap terbentuk karena adanya interaksi social yang dialami individu. Dimana dalam interaksi social individu bereaksi membentuk pola sikap tertentu terhadap objek yang dihadapinya. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan sikap seperti pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, media massa(33).

### ***Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Perilaku Wanita Usia Subur Prakonsepsi Dalam Pencegahan Stunting***

Hasil penelitian menunjukkan bahwa edukasi gizi berpengaruh terhadap perubahan perilaku wanita usia subur tentang pencegahan stunting di KUA Ujung, Soreang dan Bacukiki Barat Kota Parepare. Pada penelitian ini ditemukan rata-rata skor perilaku pada kelompok perlakuan sebelum intervensi 4,18 dan setelah intervensi meningkat menjadi 10,85. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata skor sikap sebelum intervensi yaitu 4,53 dan setelah intervensi yaitu 5,23.

Peningkatan perilaku setelah intervensi dipengaruhi oleh intervensi terkait edukasi gizi dengan media booklet. Hasil penelitian diperoleh ada perubahan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan nilai ( $p=0,000$ ) terlihat dari tingkat perilaku responden dimana 52,5% tidak menerapkan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari dan setelah intervensi hanya 7,5% yang tidak menerapkan gizi seimbang. Perilaku melewatkan sarapan setiap pagi yaitu 62,5% setelah intervensi menjadi 0% tidak pernah melewatkan sarapan setiap pagi. Perilaku tidak mengonsumsi protein, lemak untuk mencegah anemia dan resiko stunting sebanyak 80% setelah intervensi menjadi 12,5%. Sebelum intervensi sebanyak 92,5% yang tidak mengutamakan konsumsi protein, hewani setiap kali makan namun setelah intervensi masih ada 17,5%.

Menurut Notoatmodjo (2022), semakin banyak informasi dapat pengetahuan menimbulkan kesadaran yang akhirnya seseorang akan bersikap dan berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki dan Tanya jawab. Adanya peningkatan pada kelompok kontrol perilaku juga bisa disebabkan karna faktor perubahan sikapnya. Ketika seseorang mengalami perubahan sikapnya tentu akan berpotensi lebih besar untuk mengubah perilakunya (34). Perubahan perilaku seseorang dapat terjadi ketika ia belajar dari pengalaman interaksi sosialnya atau ketika orang lain dengan sengaja melakukan intervensi. Edukasi gizi yang diberikan dapat mempengaruhi perilaku melalui faktor predisposisi. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bersifat lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari dengan pengetahuan (35).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Lusi Indriani 2019) yang mendapatkan hasil penelitian bahwa terjadi peningkatan perilaku pada saat sebelum dan sesudah diberikan intervensi dari 64,52 menjadi 68,43. Peningkatan perilaku responden juga dapat didukung oleh penerimaan informasi melalui infografis pada saat edukasi gizi, karena informasi yang diterima secara visual dan akan diproses sekaligus oleh otak.(36)

### KESIMPULAN DAN SARAN

Ada pengaruh edukasi gizi terhadap perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku wanita usia subur prakonsepsi dalam pencegahan stunting. Untuk itu disarankan bagi petugas kesehatan diharapkan memberikan edukasi gizi tentang pencegahan stunting pada calon pengantin atau pada wanita usia subur pada setiap bimbingan kursus calon pengantin dan ibu senantiasa meningkatkan pengetahuan terkait gizi dalam mempersiapkan memasuki masa prenatal.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Kepala KUA Ujung, Bacukiki dan Soreang yang telah memfasilitasi dan memberikan izin untuk melaksanakan penelitian, dan juga kepada peserta Suscatin yang sudah berpartisipasi dalam penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Haryanti T, Hayati N. Penegakan Hukum Hak Asasi Manusia bagi Anak Penderita Stunting. *J HAM*. 2019;10(2):249.
2. Kemenkes B. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 Dalam Angka Data Akurat Kebijakan Akurat. Vol. 01, Kemenkes RI. 2023.
3. Kemenkes. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021 [Internet]. Litbang Kemenkes RI. 2021. Available from: <https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
4. Liza Munira S. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 [Internet]. 2023. Available from: <https://promkes.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>
5. Boucot A, Poinar Jr. G. Stunting. *Foss Behav Compend*. 2010;5:243–243.
6. Haniarti H, Umar F, Ananda ST, Anwar AD. Stunting Risk Factor in Toddlers 6-59 Months. *J Ilm Kesehat* [Internet]. 2022;4(2):210–9. Available from: <https://salnesia.id/jika/article/view/266>
7. Titaley CR, Ariawan I, Hapsari D, Muasyaroh A, Dibley MJ. Determinants of the stunting of children under two years old in Indonesia: A multilevel analysis of the 2013 Indonesia basic health survey. *Nutrients*. 2019;11(5).
8. Aziza N, Umar F, Sari RW, Majid M. Perbedaan Karakteristik Balita Stunting Di perkotaan Dan Pedesaan. 2024;
9. Millward DJ. Nutrition, infection and stunting: The roles of deficiencies of individual nutrients and foods, and of inflammation, as determinants of reduced linear growth of children. *Nutr Res Rev*. 2017;30(1):50–72.
10. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Factsheets: Stunting di Indonesia dan Determinannya. 2024;1–2. Available from: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/fact-sheet-survei->

kesehatan-indonesia-ski-2023/

11. Apriliani IM, Purba NP, Dewanti LP, Herawati H, Faizal I. intervensi pencegahan stunting pada masa prakonsepsi. Citizen-Based Mar Debris Collect Train Study case Pangandaran. 2021;2(1):56–61.
12. Ariati LIP. Faktor-Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Stunting Pada Balita Usia 23-59 Bulan. OKSITOSIN J Ilm Kebidanan. 2019;6(1):28–37.
13. Hayati N, Maimunah S, Yulivantina EV. Penyuluhan kesehatan deteksi dini kanker payudara sebagai upaya promosi kesehatan wanita usia subur di lingkungan V kelurahan tanah merah kecamatan binjai selatan kota binjai prov . sumatera utara. J homepage. 2022;5(1):295–303.
14. Attaqy FC, Kalsum U, Syukri M, Studi P, Kesehatan I, Kedokteran F. Determinan Anemia Pada Wanita Usia Subur (15-49 Tahun) Pernah Hamil Di Indonesia. Jambi Med J J Kedokt dan Kesehat. 2021;10(02):220–33.
15. Naulia RP, Hendrawati H, Saudi L. Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Stunting. J Ilmu Kesehat Masy. 2021;10(02):95–101.
16. Umar F, Sari RW, Megawati, Aspiranda M, J W, Rahman SW. Literacy Early Detection of Stunting Risk Factors in Women of Preconceptional Childbearing Age. j Abdimas Community Heal [Internet]. 2023;4(1):9–16. Available from: <http://journal.gunabangsa.ac.id/index.php/jach/article/view/613>
17. Sari DK. Penerapan Media Booklet Untuk Meningkatkan Perkembangan Bahasa (Membaca Awal) Pada Kelompok B Di Tk Kemala Bhayangkari 34 Kendal. 2017;64.
18. Bagaray FEK, Wowor VNS, Mintjelungan CN. Perbedaan efektivitas DHE dengan media booklet dan media flip chart terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut siswa SDN 126 Manado. e-GIGI. 2016;4(2).
19. Nabila NU, Usman, Umar F, Rusman ADP. Early Detection of Stunting Risk in Women of Preconception Reproductive Age. Al-Gizzai Public Heal Nutr [Internet]. 2023;3(1):22–32. Available from: <https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/algizzai/article/view/32590>
20. HS NU. Evaluasi Pelaksanaan Program Suscatin Di KUA Kota Parepare. Universitas Muhammadiyah Parepare; 2022.
21. Mutingah Z, Rokhaidah R. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Balita. J Keperawatan Widya Gantari Indones. 2021;5(2):49.
22. Alamsyah A, Ikhtiaruddin I, Muhamadiyah M, Priwahyuni Y, Gloria Purba CV. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Saat Pandemi Covid-19 Di Desa Sungai Raya. Al-Tamimi Kesmas J Ilmu Kesehat Masy (Journal Public Heal Sci. 2021;9(1):57–70.
23. Syafangah U dan I. Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pekerjaan dengan Pernikahan Dini pada remaja Putri di Kecamatan Gamping Kabupaten Sleman 2018. Naskah Publ. 2017;1–15.
24. Iis Rahmawati D. Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stunting dengan Deteksi Stunting pada Balita di Kecamatan Sawahan Primastika Nila Madyasari 1 , Lantin Sulistyorini 1 , Iis Rahmawati 1 1. J Ilmu Keperawatan Anak. 2022;5(2):53–9.
25. Amdadi ZA, Sabur F, Afriani A. Edukasi Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Media Kesehat Politek Kesehat Makassar. 2021;16(1):29.
26. Hidayati DU, Yulastini F, Fajriani E. Pengaruh Edukasi 1000 Hari Pertama Kehidupan ( HPK ) Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Wanita Usia Subur ( WUS ) Pembangunan kesehatan Indonesia. 2022;5(2):169–77.
27. Yuli E. Stunting. Eureka Media Aksara; 2023.
28. Aisyah S, Syafar M, Amiruddin R. Pengaruh Media Sosial Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan

- Sikap Remaja Tentang Hiv & Aids Di Kota Parepare. *J Kesehat Masy Marit*. 2020;3(1).
29. Noviasy R, Indriani M, Rahayu F, Firdaus F. Eduwhap remaja siap cegah stunting dalam wadah kumpul sharing remaja. *LOGISTA-Jurnal Ilm Pengabd Kpd Masy*. 2020;4(2):494–501.
  30. Kurniati PT. Penyuluhan Tentang Pencegahan Stunting Melalui Pemenuhan Gizi pada Wanita Usia Subur. *J Altifani Penelit dan Pengabd Kpd Masy*. 2021;1(2):113–8.
  31. Sofianita NI, Meiyetriani E, Arini FA. Intervensi Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Anak-Anak Sekolah. *J Kedokt dan Kesehat*. 2018;14(2):54.
  32. Frimayanti, Ade I. Pendidikan Sikap Spiritual Peserta Didik Mts Negeri Provinsi Lampung (Pengaruh Faktor Eksternal Dan Internal Terhadap Pembentukan Sikap Spiritual) Uin Suska Riau. *Angew Chemie Int Ed* 6(11), 951–952. 2017;1–146.
  33. Williianti. Bab ii kajian pustaka bab ii kajian pustaka 2.1. Bab Ii Kaji Pustaka 21. 2020;12(2004):6–25.
  34. Hutabarat ENN, Rochadi RK, Aulia D. Pengaruh karakteristik dan persepsi individu tentang peringatan bahaya merokok pada bungkus rokok terhadap perubahan sikap perokok aktif di lingkungan XXVII Kelurahan Pekan Labuhan Kecamatan Medan Labuhan. *J Muara Sains, Teknol Kedokt Dan Ilmu Kesehat*. 2019;3(1):9–20.
  35. Yulianasari P, Nugraheni SA, Kartini A. Pengaruh pendidikan gizi dengan media booklet terhadap perubahan perilaku remaja terkait pencegahan kekurangan energi kronis (Studi pada Remaja Putri SMA Kelas XI di SMA Negeri 14 dan SMA Negeri 15 Kota Semarang). *J Kesehat Masy*. 2019;7(4):420–8.
  36. Rusdi FY, Helmizar H, Rahmy HA. Pengaruh Edukasi Gizi Menggunakan Instagram Terhadap Perubahan Perilaku Gizi Seimbang Untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 2 Padang. *J Nutr Coll*. 2021;10(1):31–8.