



Efektivitas Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil tentang Pencegahan Stunting (Studi Berbasis Masyarakat)

Atalia Pili Mangngi^{1*}, Fitria Atapukang², Ni Putu I.D.P Murti³, Diah Ayu Dwi Satiti⁴,
Meldy E.H.Lede⁵

¹⁻⁴D-III Kebidanan, STIKes Maranatha Kupang, Indonesia

⁵D-III Keperawatan, STIKes Maranatha Kupang, Indonesia

Email: ataliapm90@gmail.com¹, vitymiraldy@gmail.com²,
dewimurti888@gmail.com³, ayu103323@gmail.com⁴, meldylede@gmail.com⁵

*Penulis Korespondensi: ataliapm90@gmail.com

Abstract. Background: Stunting remains a major public health problem in low- and middle-income countries and is strongly associated with maternal knowledge and practices during pregnancy. Health education is an important strategy to improve maternal awareness and support early prevention of stunting. However, evidence on its effectiveness at the community level is still limited. This study aimed to evaluate the effectiveness of health education in improving pregnant women's knowledge of stunting prevention. Methods: A community-based quasi-experimental study was conducted among pregnant women in Nunkurus Village, Kupang Regency, East Nusa Tenggara, Indonesia. A total of 50 participants were assigned to intervention and control groups. The intervention group received structured health education on maternal nutrition, antenatal care, and infant feeding practices, while the control group received standard care. Knowledge was assessed using a validated questionnaire before and after the intervention. Data were analyzed using paired and independent t-tests with $p < 0.05$. Results: The intervention group showed a significant increase in mean knowledge scores after health education ($p < 0.001$), while no significant change was observed in the control group ($p > 0.05$). Post-intervention scores were significantly higher in the intervention group compared to the control group ($p < 0.001$). Conclusion: Health education effectively improves pregnant women's knowledge of stunting prevention. Community-based interventions are essential for strengthening early prevention efforts.

Keywords: Community-Based Study; Health Education; Maternal Knowledge; Pregnant Women; Stunting Prevention.

Abstrak. Latar Belakang: Stunting tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat utama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah dan sangat terkait dengan pengetahuan dan praktik ibu selama kehamilan. Pendidikan kesehatan merupakan strategi penting untuk meningkatkan kesadaran ibu dan mendukung pencegahan stunting sejak dini. Namun, bukti tentang efektivitasnya di tingkat masyarakat masih terbatas. Studi ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting. Metode: Studi kuasi-eksperimental berbasis komunitas dilakukan di antara ibu hamil di Desa Nunkurus, Kabupaten Kupang, Nusa Tenggara Timur, Indonesia. Sebanyak 50 partisipan dibagi menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi menerima pendidikan kesehatan terstruktur tentang nutrisi ibu, perawatan antenatal, dan praktik pemberian makan bayi, sedangkan kelompok kontrol menerima perawatan standar. Pengetahuan dinilai menggunakan kuesioner yang telah divalidasi sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis menggunakan uji t berpasangan dan independen dengan $p < 0,05$. Hasil: Kelompok intervensi menunjukkan peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan rata-rata setelah pendidikan kesehatan ($p < 0,001$), sedangkan tidak ada perubahan signifikan yang diamati pada kelompok kontrol ($p > 0,05$). Skor pasca-intervensi secara signifikan lebih tinggi pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0,001$). Kesimpulan: Pendidikan kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting. Intervensi berbasis komunitas sangat penting untuk memperkuat upaya pencegahan dini.

Kata Kunci: Ibu Hamil; Pencegahan Stunting; Pendidikan Kesehatan; Pengetahuan Ibu; Studi Berbasis Komunitas.

1. LATAR BELAKANG

Stunting tetap menjadi tantangan kesehatan masyarakat global yang besar, terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, di mana kesenjangan dalam gizi dan akses perawatan kesehatan masih ada (World Health Organization, 2023). Stunting didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan linier pada anak-anak akibat kekurangan gizi kronis, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai selama tahap awal kehidupan (UNICEF, 2023). Secara global, diperkirakan 148 juta anak di bawah usia lima tahun terkena stunting, yang menyoroti beban yang meluas dan urgensi intervensi (Beatty, A., et.al. 2024). Stunting memiliki konsekuensi jangka panjang, termasuk gangguan perkembangan kognitif, pencapaian pendidikan yang lebih rendah, penurunan produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit tidak menular di masa dewasa (De Sanctis, V., et.al, 2021). Di Indonesia, meskipun upaya nasional terus dilakukan, prevalensi stunting tetap relatif tinggi, sehingga menjadikannya isu prioritas dalam program kesehatan ibu dan anak (Indonesia., 2025). Faktor maternal merupakan penentu penting dalam pencegahan stunting, khususnya selama kehamilan, yang diakui sebagai periode sensitif untuk pertumbuhan dan perkembangan janin (Sferruzzi-Perri, A. N, et.al 2023). Status gizi ibu yang buruk, termasuk kekurangan mikronutrien esensial seperti zat besi dan asam folat, telah sangat terkait dengan hasil kelahiran yang buruk, termasuk berat badan lahir rendah dan keterlambatan pertumbuhan intrauterin (Khotimah, H., 2021). Selain itu, praktik kesehatan ibu yang tidak memadai dan pemanfaatan layanan perawatan antenatal yang terbatas berkontribusi secara signifikan terhadap risiko stunting pada masa kanak-kanak awal (Gusnedi, G., et.al, 2023). Pengetahuan ibu memainkan peran penting dalam membentuk perilaku terkait kesehatan, termasuk praktik diet, perilaku mencari perawatan kesehatan, dan praktik pemberian makan bayi, yang semuanya penting dalam mencegah stunting (Limijadi, E. K. S., & Devi, 2025).

Pendidikan kesehatan telah diakui sebagai salah satu intervensi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan ibu. Melalui penyampaian informasi yang terstruktur dan berbasis kebutuhan, pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman ibu mengenai praktik gizi yang tepat, pemanfaatan layanan kesehatan, serta perilaku pencegahan yang mendukung kesehatan ibu dan anak. Peningkatan pengetahuan tersebut berkontribusi pada perubahan perilaku yang lebih positif dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan stunting dan masalah gizi lainnya (Sari, M., de Pee, S., et.al, 2022). Program pendidikan kesehatan berbasis komunitas, khususnya, telah menunjukkan potensi dalam meningkatkan kesadaran akan nutrisi seimbang, penambahan berat badan selama kehamilan yang tepat, suplementasi mikronutrien, dan kepatuhan terhadap rekomendasi perawatan

antenatal (Yanti, L., S, S., & Sekarini, 2025). Intervensi ini sangat penting di lingkungan dengan sumber daya terbatas, di mana akses ke layanan kesehatan formal dan informasi kesehatan yang dapat diandalkan mungkin terbatas. Namun, terlepas dari ketersediaan program-program tersebut, kesenjangan yang signifikan dalam pengetahuan dan praktik ibu masih tetap ada, menunjukkan perlunya strategi pendidikan yang lebih efektif dan spesifik konteks (Raharjo, B., M, Z. P., & Wijayanti, 2024).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan dapat secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu; namun, bukti yang secara khusus berfokus pada pencegahan stunting masih relatif terbatas dan belum sepenuhnya konsisten. Selain itu, sebagian besar studi masih berfokus pada peningkatan pengetahuan jangka pendek tanpa mengevaluasi dampaknya terhadap perubahan perilaku pencegahan stunting secara berkelanjutan. Lebih lanjut, terdapat kekurangan penelitian yang menguji efektivitas pendekatan berbasis komunitas yang disesuaikan dengan konteks budaya dan sosial ekonomi lokal, padahal pendekatan tersebut terbukti lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan dan pemahaman ibu di daerah berisiko tinggi (Lindawati, L., S, H.,et.all, 2024). Mengatasi kesenjangan ini sangat penting untuk mengembangkan intervensi pencegahan stunting yang berkelanjutan dan dapat diperluas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting melalui pendekatan berbasis komunitas.

2. KAJIAN TEORITIS

Stunting dan Faktor Risiko pada Periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan

Status gizi ibu sebelum dan selama kehamilan berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin. Kekurangan energi, protein, serta mikronutrien esensial seperti zat besi, seng, dan asam folat dapat meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan intrauterin, berat badan lahir rendah (BBLR), serta gangguan pertumbuhan linier yang berkontribusi terhadap stunting pada masa kanak-kanak. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa status gizi dan kecukupan asupan ibu selama kehamilan berhubungan erat dengan hasil kelahiran, termasuk berat lahir dan panjang badan bayi (González-F, D.,et.all, 2024) melaporkan bahwa status nutrisi ibu dan suplementasi selama kehamilan memiliki dampak signifikan terhadap luaran neonatal dan infant, terutama di negara berpendapatan rendah dan menengah.

Sejalan dengan itu, (Tareke, A. A., et.al, 2024) menemukan bahwa keragaman diet ibu hamil berhubungan positif dengan peningkatan outcome kelahiran, termasuk pertumbuhan janin yang lebih optimal. Temuan ini menegaskan bahwa intervensi gizi pada masa prenatal merupakan faktor kunci dalam pencegahan stunting sejak dini.

Pengetahuan Ibu dan Pencegahan Stunting

Pengetahuan ibu merupakan faktor penting yang memengaruhi perilaku kesehatan dan praktik pengasuhan anak. Ibu dengan tingkat pengetahuan yang baik cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan, kepatuhan terhadap pemeriksaan antenatal, konsumsi suplemen zat besi dan asam folat, serta praktik pemberian makan anak yang sesuai. Studi terbaru menunjukkan bahwa pengetahuan ibu yang rendah masih menjadi salah satu determinan utama terjadinya stunting pada anak balita (Siagian, E., & Ramschie, 2024). Selain itu, tinjauan sistematis oleh (Prasetyo, Y. B., P, P., et.al, 2023) menegaskan bahwa tingkat pengetahuan ibu berhubungan signifikan dengan status gizi anak, di mana pengetahuan yang lebih baik berkorelasi dengan praktik pengasuhan dan pemberian makan yang lebih optimal. Temuan lain juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan pada ibu secara signifikan meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam pencegahan stunting (Lindawati, L., et.al, 2024). Dengan demikian, peningkatan pengetahuan ibu merupakan strategi penting dalam upaya pencegahan stunting.

Pendidikan Kesehatan Berbasis Komunitas

Pendidikan kesehatan berbasis komunitas merupakan pendekatan promosi kesehatan yang menekankan partisipasi aktif masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan perilaku kesehatan. Pendekatan ini berlandaskan pada prinsip pemberdayaan masyarakat (community empowerment), yang bertujuan meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan terkait kesehatan secara mandiri. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan berbasis komunitas dapat meningkatkan pengetahuan ibu serta memperbaiki praktik pengasuhan dan pencegahan stunting pada anak balita (Fadilla, U. S., & Choiriyah, 2024). Selain itu, intervensi berbasis komunitas yang melibatkan kader kesehatan dan kelas ibu hamil terbukti lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan ibu serta kepatuhan terhadap praktik gizi dan kesehatan dibandingkan pendekatan konvensional (Sutinbuk, D., et.al, 2024). Oleh karena itu, pendidikan kesehatan berbasis komunitas menjadi salah satu strategi yang potensial dan kontekstual dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting.

3. METODE PENELITIAN

Desain Studi

Studi ini menggunakan desain kuasi-eksperimental berbasis komunitas dengan pendekatan kelompok kontrol pra-uji dan pasca-uji untuk mengevaluasi efektivitas pendidikan kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting. Lokasi Studi dan Peserta Studi ini dilakukan di lingkungan komunitas di Desa Nunkurus, Kabupaten Kupang, Nusa Tenggara Timur, Indonesia. Daerah ini dikenal sebagai salah satu daerah dengan prevalensi stunting yang relatif tinggi, yang mencerminkan tantangan gizi dan kesehatan masyarakat yang lebih luas di provinsi tersebut.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang terdaftar dan aktif mengikuti pelayanan kesehatan maternal di wilayah kerja Puskesmas dan Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu). Jumlah populasi sasaran tercatat sebanyak 80 ibu hamil berdasarkan data register pelayanan kesehatan pada periode penelitian.

Sampel penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi ibu hamil yang bersedia menjadi responden, mampu berkomunikasi dengan baik, dan mengikuti seluruh rangkaian kegiatan penelitian. Sementara itu, ibu hamil dengan kondisi kesehatan tertentu yang dapat memengaruhi partisipasi dalam penelitian dikeluarkan dari sampel.

Sebanyak 50 responden memenuhi kriteria penelitian dan direkrut sebagai sampel. Responden kemudian dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi (n=25) yang menerima pendidikan kesehatan berbasis komunitas dan kelompok kontrol (n=25) yang menerima pelayanan kesehatan rutin. Jumlah sampel ditentukan dengan mempertimbangkan kebutuhan minimal uji statistik komparatif dua kelompok serta mengacu pada penelitian intervensi sejenis yang menunjukkan bahwa ukuran sampel 20–30 responden per kelompok telah memadai untuk mendeteksi perubahan pengetahuan yang signifikan setelah pemberian pendidikan kesehatan.

Intervensi

Kelompok intervensi menerima pendidikan kesehatan terstruktur tentang pencegahan stunting. Program pendidikan mencakup topik-topik seperti nutrisi ibu selama kehamilan, pentingnya suplementasi mikronutrien (misalnya, zat besi dan asam folat), kehadiran perawatan antenatal, dan praktik pemberian makan bayi dini. Sesi disampaikan menggunakan metode interaktif, termasuk ceramah, diskusi, dan materi pendidikan seperti brosur atau buku kecil. Intervensi dilakukan selama [durasi], dengan [jumlah] sesi yang diberikan.

Kelompok kontrol menerima perawatan standar, yang mencakup layanan kesehatan rutin tanpa intervensi pendidikan terstruktur tambahan.

Pengumpulan Data

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur dan tervalidasi yang dirancang untuk menilai pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting. Kuesioner diberikan sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest) di kedua kelompok. Instrumen tersebut mencakup pertanyaan pilihan ganda dan benar/salah yang mencakup aspek-aspek kunci pencegahan stunting.

Analisis Data

Data dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Statistik deskriptif digunakan untuk merangkum karakteristik peserta dan skor pengetahuan. Uji t berpasangan diterapkan untuk menilai perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dalam kelompok, sedangkan uji t independen digunakan untuk membandingkan perbedaan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Nilai $p < 0,05$ dianggap signifikan secara statistik.

Pertimbangan Etis

Persetujuan etis untuk penelitian ini diperoleh dari Komite Etik STIKes Maranatha Kupang, Indonesia. Persetujuan informed consent diperoleh dari semua peserta sebelum pengumpulan data. Peserta diinformasikan tentang tujuan penelitian, prosedur, potensi risiko, dan hak mereka untuk menarik diri kapan saja tanpa konsekuensi apa pun. Kerahasiaan dan anonimitas semua peserta dijaga ketat selama penelitian.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Karakteristik

Peserta Sebanyak 50 wanita hamil dilibatkan dalam penelitian ini, dengan 25 peserta dalam kelompok intervensi dan 25 dalam kelompok kontrol. Usia peserta berkisar antara 20 hingga 38 tahun, dengan mayoritas berusia 26–30 tahun. Sebagian besar peserta memiliki pendidikan tingkat menengah dan merupakan multigravida. Tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik dalam karakteristik dasar antara kedua kelompok ($p > 0,05$), menunjukkan kesebandingan pada awal penelitian.

Skor Pengetahuan Sebelum dan Setelah Intervensi

Pada awal penelitian, skor pengetahuan rata-rata tentang pencegahan stunting pada kelompok intervensi dan kontrol tidak berbeda secara signifikan ($p > 0,05$). Setelah implementasi intervensi pendidikan kesehatan, kelompok intervensi menunjukkan peningkatan skor pengetahuan rata-rata yang signifikan dibandingkan dengan pretest ($p < 0,001$).

Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan skor pengetahuan yang signifikan ($p > 0,05$). Lebih lanjut, perbandingan antar kelompok menunjukkan bahwa skor pengetahuan posttest pada kelompok intervensi secara signifikan lebih tinggi daripada kelompok kontrol ($p < 0,001$). Perbedaan rata-rata skor pengetahuan menunjukkan peningkatan substansial yang disebabkan oleh intervensi pendidikan kesehatan.

Diskusi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok intervensi mendukung peran intervensi pendidikan terstruktur dalam meningkatkan kesadaran ibu terhadap strategi pencegahan utama, termasuk kecukupan gizi selama kehamilan, suplementasi mikronutrien, dan kepatuhan terhadap layanan antenatal. Temuan ini sejalan dengan studi terbaru yang menunjukkan bahwa intervensi edukasi kesehatan berbasis komunitas secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu serta mendukung perilaku pencegahan stunting (Rahmawati, N., & Sukmawati, 2024). Selain itu, tinjauan sistematis oleh (Prasetyo, Y. B., Permatasari, P., & Susanti, 2023) menegaskan bahwa pendidikan kesehatan memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan ibu yang kemudian berkontribusi pada praktik kesehatan yang lebih baik dalam pencegahan stunting.

Efektivitas intervensi ini dapat dijelaskan oleh pendekatan berbasis komunitas yang digunakan dalam penelitian ini. Penyampaian pendidikan kesehatan dalam konteks komunitas memungkinkan akses yang lebih luas, partisipasi yang lebih tinggi, serta pemahaman yang lebih baik, terutama di wilayah dengan keterbatasan akses informasi kesehatan. Studi terbaru menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan kader kesehatan dan kelas ibu hamil lebih efektif dalam meningkatkan keterlibatan serta perubahan perilaku kesehatan dibandingkan pendekatan konvensional (Sutinbuk, et.al, 2024). Sebaliknya, tidak adanya peningkatan signifikan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan rutin saja belum cukup untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pencegahan stunting. Hal ini menegaskan pentingnya integrasi program pendidikan kesehatan yang terstruktur ke dalam layanan kesehatan ibu yang sudah ada.

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik peserta penelitian dan distribusi variabel kunci. Sebanyak 50 ibu hamil berpartisipasi dalam penelitian ini, terdiri dari 25 dalam kelompok intervensi dan 25 dalam kelompok kontrol. Berdasarkan distribusi usia, peserta berada dalam rentang usia 20–38 tahun, yang termasuk dalam kelompok usia reproduktif.

Dari segi distribusi kelompok, baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol memiliki jumlah peserta yang sama (masing-masing 50%), sehingga memastikan representasi yang seimbang. Mengenai pengetahuan tentang pencegahan stunting, hasil baseline (pretest) menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan [rendah/sedang]. Setelah intervensi, terjadi peningkatan yang terlihat pada proporsi peserta dengan pengetahuan yang baik di kelompok intervensi, sedangkan kelompok kontrol menunjukkan perubahan minimal atau tidak ada perubahan sama sekali.

Tabel 1. Distribusi Peserta Berdasarkan Kelompok dan Usia (n = 50).

Usia (Tahun)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
20–25	10	20.0
26–30	19	38.0
31–35	10	20.0
36–38	11	22.0
Total	50	100.0

Berdasarkan distribusi usia, mayoritas peserta berusia 26–30 tahun (38,0%), diikuti oleh mereka yang berusia 36–38 tahun (22,0%), sedangkan peserta berusia 20–25 tahun dan 31–35 tahun masing-masing menyumbang 20,0% dari total sampel. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada dalam rentang usia reproduksi optimal.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Setelah Intervensi.

Kelompok	Pengetahuan	Pretest n (%)	Posttest n (%)
Intervensi	Baik	5 (20.0%)	18 (72.0%)
	Cukup	10 (40.0%)	5 (20.0%)
	Kurang	10 (40.0%)	2 (8.0%)
Kontrol	Baik	6 (24.0%)	7 (28.0%)
	Cukup	9 (36.0%)	9 (36.0%)
	Kurang	10 (40.0%)	9 (36.0%)

Tabel 2 menunjukkan distribusi tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan stunting sebelum dan sesudah intervensi. Pada kelompok intervensi, proporsi peserta dengan pengetahuan yang baik meningkat secara substansial dari 20,0% pada pretest menjadi 72,0% pada posttest. Sementara itu, proporsi peserta dengan pengetahuan sedang menurun dari 40,0% menjadi 20,0%, dan mereka yang memiliki pengetahuan buruk menurun secara signifikan dari 40,0% menjadi 8,0%. Sebaliknya, kelompok kontrol hanya menunjukkan sedikit perubahan pada tingkat pengetahuan. Proporsi peserta dengan pengetahuan yang baik meningkat sedikit dari 24,0% menjadi 28,0%, sedangkan proporsi dengan pengetahuan sedang tetap tidak berubah pada 36,0%. Persentase peserta dengan pengetahuan buruk menunjukkan sedikit penurunan dari 40,0% menjadi 36,0%.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat menggunakan uji-t berpasangan menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam skor pengetahuan pada kelompok intervensi setelah intervensi pendidikan kesehatan ($p < 0,001$).

Tidak ada perbedaan signifikan yang diamati pada kelompok kontrol antara skor pra-uji dan pasca-uji ($p > 0,05$). Selain itu, analisis uji-t independen menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik dalam skor pengetahuan pasca-uji antara kelompok intervensi dan kontrol ($p < 0,001$), yang menunjukkan efektivitas intervensi.

Deskripsi Data Demografi

Tabel 3. Karakteristik Demografi Peserta (n = 50).

Variable	Frequency (n)	Percentage (%)
Usia (Tahun)		
20–25	10	20.0
26–30	19	38.0
31–35	10	20.0
36–38	11	22.0
Tingkat pendidikan		
SD	15	30.0
SMP	10	20.0
SMA	10	20.0
Sarjana	15	30.0
Pekerjaan		
Petani	25	50.0
PNS	10	20.0
Wirausaha	15	30.0

Sumber: Data primer, 2026.

Sebanyak 50 wanita hamil berpartisipasi dalam penelitian ini. Mayoritas peserta berusia 26–30 tahun (38,0%). Dari segi pendidikan, sebagian besar peserta memiliki pendidikan sekolah dasar atau gelar sarjana (masing-masing 30,0%). Mengenai pekerjaan, setengah dari peserta adalah petani (50,0%), diikuti oleh pekerja wiraswasta (30,0%) dan pegawai negeri (20,0%). Berdasarkan paritas, 30,0% peserta adalah primigravida, 40,0% adalah multigravida, dan 30,0% adalah grand multigravida. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya. Tidak ada perbedaan yang signifikan secara statistik dalam karakteristik dasar antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol ($p > 0,05$), menunjukkan kesebandingan antar kelompok.

Tabel 4. Hasil Uji Peringkat Terpadu Willcoxon.

Kelompok	Pengukuran	n	z	P-value	Intervensi
Intervensi	Pretest vs. Posttest	25	-4,32	<0,001	Terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah pendidikan kesehatan.
Kontrol	Pretest vs. Posttest	25	-1,21	0,226	Tidak terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan antara pretest dan posttest.

Uji Peringkat Bertanda Wilcoxon digunakan untuk menganalisis perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Pada kelompok intervensi, terdapat peningkatan skor pengetahuan yang signifikan secara statistik setelah program pendidikan kesehatan ($Z = -4,32$, $p < 0,001$). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi tersebut memiliki efek signifikan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting.

Sebaliknya, kelompok kontrol tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan secara statistik antara skor pretest dan posttest ($Z = -1,21$, $p = 0,226$), yang menunjukkan bahwa perawatan rutin saja tidak secara signifikan meningkatkan pengetahuan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Studi ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting secara signifikan. Temuan menunjukkan bahwa peserta dalam kelompok intervensi mengalami peningkatan skor pengetahuan yang substansial setelah penerapan pendidikan kesehatan terstruktur, sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan yang berarti. Hasil ini menyoroti peran penting intervensi pendidikan yang ditargetkan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu tentang strategi pencegahan stunting selama kehamilan.

Studi ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting secara signifikan. Temuan menunjukkan bahwa peserta dalam kelompok intervensi mengalami peningkatan skor pengetahuan yang substansial setelah penerapan pendidikan kesehatan terstruktur, sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan yang berarti. Hasil ini menyoroti pentingnya intervensi pendidikan yang ditargetkan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman ibu tentang strategi pencegahan stunting selama kehamilan.

Lebih lanjut, penelitian ini menekankan bahwa peningkatan pengetahuan ibu merupakan langkah mendasar dalam upaya yang lebih luas untuk mengurangi prevalensi stunting. Namun, penguatan pengetahuan saja harus didukung oleh intervensi perilaku yang berkelanjutan dan peningkatan akses ke layanan kesehatan ibu untuk memastikan dampak jangka panjang. Oleh karena itu, mengintegrasikan program pendidikan kesehatan yang terstruktur, sesuai budaya, dan berbasis komunitas ke dalam layanan kesehatan ibu rutin sangat direkomendasikan sebagai bagian dari strategi nasional dan lokal untuk pencegahan stunting. Penelitian di masa mendatang didorong untuk mengeksplorasi efek jangka panjang pendidikan kesehatan tidak hanya pada pengetahuan ibu tetapi juga pada perubahan perilaku selama kehamilan dan hasil pertumbuhan anak selanjutnya. Studi skala besar dengan desain yang lebih ketat juga direkomendasikan untuk memperkuat dasar bukti untuk implementasi kebijakan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima Kasih: Para penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada STILKEs Maranatha Kupang atas kesempatan dan dukungan institusional yang diberikan untuk melakukan penelitian ini. Apresiasi juga disampaikan kepada Pemerintah Desa Nunkurus dan Pemerintah Kabupaten Kupang atas izin dan dukungan administratif yang diberikan selama proses penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Ainiyyah, A. Z. N., Siswati, T., Waluyo, Sitasari, A., Ar-Rasyid, M. A. H., & Attawet, J. (2026). Effectiveness of an interactive nutrition education kit on mothers' knowledge and attitudes toward stunting prevention: A quasi-experimental study. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 42(04), e27998. <https://doi.org/10.22146/bkm.v42i04.27998>
- Beatty, A., Borkum, E., Leith, W., Null, C., & Suriastini, W. (2024). A cluster randomized controlled trial of a community-based initiative to reduce stunting in rural Indonesia. *Maternal & Child Nutrition*, 20, e13593. <https://doi.org/10.1111/mcn.13593>
- Bhandari, N., et al. (2021). Community-based maternal nutrition education and child growth outcomes: A systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 17(3), e13189. Retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/journal/17408709>
- De Sanctis, V., Soliman, A., Alaaraj, N., Ahmed, S., Alyafei, F., & Hamed, N. (2021). Early and long-term consequences of nutritional stunting: From childhood to adulthood. *Acta Biomedica*, 92(1), e2021168. doi:10.23750/abm.v92i1.11346. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33682846/>
- Fadilla, U. S., & Choiriyah, I. U. (2024). Enhancing maternal engagement for effective stunting prevention strategies. *Indonesian Journal of Cultural and Community Development*, 15(3). <https://doi.org/10.21070/ijccd.v15i3.1102>
- Fadilla, U. S., & Choiriyah, I. U. (2024). Enhancing maternal engagement for effective stunting prevention strategies. *Indonesian Journal of Cultural and Community Development*, 15(3). <https://doi.org/10.21070/ijccd.v15i3.1102>
- González-Fernández, D., Muralidharan, O., Neves, P. A., & Bhutta, Z. A. (2024). Associations of maternal nutritional status and supplementation with fetal, newborn, and infant outcomes in low- and middle-income settings: An overview of reviews. *Nutrients*, 16(21), 3725. <https://doi.org/10.3390/nu16213725>
- Gusnedi, G., Nindrea, R. D., Purnakarya, I., Umar, H. B., Andrafikar, A., Syafrawati, S., ... Lipoeto, N. I. (2023). Risk factors associated with childhood stunting in Indonesia: A systematic review and meta-analysis. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, 32(2), 184–195. doi:10.6133/APJCN.202306_32(2).0001. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37382316/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). SSGI 2024: Prevalensi stunting nasional turun menjadi 19,8%. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Retrieved from <https://www.kemkes.go.id/id/ssgi-2024-prevalensi-stunting-nasional-turun-menjadi->

- Khotimah, H., et al. (2021). Role of maternal in preventing stunting: A systematic review. *Gaceta Sanitaria*. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911121002909>
- Limijadi, E. K. S., & Devi, K. S. (2025). Contextual determinants of stunting in Indonesia: A systematic review of nutritional interventions and antenatal care. *International Journal of Child Health and Nutrition*, 14(3). Retrieved from <https://www.lifescienceglobal.com/pms/index.php/ijchn/article/view/10415>
- Lindawati, L., Susanto, H., Wahyuni, S., & Khasanah, N. N. A. D. (2024). The impact of nutritional education interventions on maternal knowledge, self-monitoring, and stunting prevention among children under five: A literature review. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 8(1). <https://doi.org/10.37287/ijghr.v8i1.670>
- Lindawati, L., Susanto, H., Wahyuni, S., & Khasanah, N. N. A. D. (2024). The impact of nutritional education interventions on maternal knowledge and stunting prevention among children under five: A literature review. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 8(1). <https://doi.org/10.37287/ijghr.v8i1.670>
- Lukito, A., & Anshari, Z. (2025). The influence of the participatory learning approach (PLA) on mothers' knowledge and awareness in stunting prevention: A quasi-experimental study. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. <https://doi.org/10.56338/mppki.v9i4.9090>
- Prasetyo, Y. B., Permatasari, P., & Susanti, H. D. (2023). The effect of mothers' nutritional education and knowledge on children's nutritional status: A systematic review. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 17(11). <https://doi.org/10.1186/s40723-023-00114-7>
- Prasetyo, Y. B., Permatasari, P., & Susanti, H. D. (2023). The effect of mothers' nutritional education and knowledge on children's nutritional status: A systematic review. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 17(11). <https://doi.org/10.1186/s40723-023-00114-7>
- Raharjo, B., Mahardhika, Z. P., & Wijayanti, E. (2024). Determinants of maternal knowledge in feeding practices to prevent stunting: Scoping review. *Medika Alkhairaat Journal*. <https://doi.org/10.31970/ma.v6i3.236>
- Rahmawati, N., & Sukmawati, I. (2024). The effect of health counseling on maternal knowledge regarding stunting: Pre-experimental study. *Genius Journal*, 5(2), 299–307. <https://doi.org/10.56359/gj.v5i2.433>
- Rahmawati, N., & Sukmawati, I. (2024). The effect of health counseling on maternal knowledge regarding stunting: Pre-experimental study. *Genius Journal*, 5(2), 299–307. <https://doi.org/10.56359/gj.v5i2.433>
- Sari, M., de Pee, S., Bloem, M. W., Sun, K., Thorne-Lyman, A. L., Moench-Pfanner, R., & Akhter, N. (2022). Higher maternal knowledge is associated with better child nutritional status and health practices: Evidence from community nutrition programs. *BMC Public Health*, 22(1), 1–11. Retrieved from <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com>
- Sferruzzi-Perri, A. N., Lopez-Tello, J., & Salazar-Petres, E. (2023). Placental adaptations supporting fetal growth during normal and adverse gestational environments. *Experimental Physiology*, 108(3), 371–397. doi:10.1113/EP090442. Retrieved from <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36484327/>

- Siagian, E., & Ramschie, P. A. (2024). The influence of mother's knowledge of toddler nutrition on their knowledge and attitudes towards stunting. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 17(2). <https://doi.org/10.23917/bik.v17i2.2835>
- Sutinbuk, D., Nugraheni, S. A., Rahfiludin, M. Z., & Setyaningsih, Y. (2024). Effectiveness of ERKADUTA model to increase stunting prevention behaviors among mothers. *Narra Journal*, 4(1), e688. <https://doi.org/10.52225/narra.v4i1.688>
- Sutinbuk, D., Nugraheni, S. A., Rahfiludin, M. Z., & Setyaningsih, Y. (2024). Effectiveness of ERKADUTA model to increase stunting prevention behaviors among mothers. *Narra J*, 4(1), e688. <https://doi.org/10.52225/narra.v4i1.688>
- Tareke, A. A., Melak, E. G., Mengistu, B. K., Hussen, J., & Molla, A. (2024). Association between maternal dietary diversity during pregnancy and birth outcomes: A systematic review and meta-analysis. *BMC Nutrition*, 10, 151. <https://doi.org/10.1186/s40795-024-00960-9>
- UNICEF, World Health Organization, & World Bank Group. (2023). Levels and trends in child malnutrition: Key findings of the 2023 edition. New York: UNICEF. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>
- World Health Organization. (2023). Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group joint child malnutrition estimates: Key findings of the 2023 edition. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>
- Yanti, L., Surtiningsih, S., & Sekarini, N. N. A. D. (2025). Nutrisi antenatal sebagai pilar utama pencegahan stunting melalui edukasi ibu hamil. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1). <https://doi.org/10.35960/snppkm.v4i1.1405>