

Kesiapan Gizi dan Kesehatan Reproduksi Calon Pengantin sebagai Faktor Pencegahan Stunting pada Anak

Noeroel Arham^{1*}, Erna Fitria², Adella Safitry³, Rismaliza⁴, Hizqia Azzura⁵, Ainul Riski⁶, Sayyida Nabila⁷, Widia Rahmatun Anja⁸

¹⁻⁸ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama, Indonesia

*Korepondensi penulis: noeroelarham_fikes@abulyatama.ac.id

Article History:

Received: Maret 15, 2025

Revised: April 11, 2025

Accepted: Mei 17, 2025

Published: Mei 20, 2025

Keywords: Counseling, Nutrition, Prospective brides, Public health, Stunting

Abstract. This report aims to identify and address the problem of stunting in prospective brides and grooms in the Piyeung Health Center area, Aceh Besar. Stunting is a serious health problem that can affect the growth and development of children. Through the counseling activities carried out, the author seeks to increase the knowledge and awareness of prospective brides and grooms regarding the importance of good nutrition before and during pregnancy to prevent stunting. The methodology used in this report is Quasy Experiment. The results of this activity indicate an increase in understanding of nutrition and reproductive health among prospective brides and grooms. The conclusion of this report emphasizes the importance of appropriate and sustainable nutritional interventions to prevent stunting, as well as the need for support from various parties to improve the quality of public health. It is hoped that this report can be a reference for related parties in efforts to prevent stunting in the future.

Abstrak:

Laporan ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah stunting pada calon pengantin di wilayah Puskesmas Piyeung, Aceh Besar. Stunting merupakan masalah kesehatan yang serius yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Melalui kegiatan penyuluhan yang dilakukan, penulis berupaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran calon pengantin mengenai pentingnya gizi yang baik sebelum dan selama kehamilan untuk mencegah stunting. Metodologi yang digunakan dalam laporan ini Quasy Eksperiment. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman tentang gizi dan kesehatan reproduksi di kalangan calon pengantin. Kesimpulan dari laporan ini menekankan pentingnya intervensi gizi yang tepat dan berkelanjutan untuk mencegah stunting, serta perlunya dukungan dari berbagai pihak untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Diharapkan laporan ini dapat menjadi referensi bagi pihak-pihak terkait dalam upaya pencegahan stunting di masa mendatang

Kata Kunci: Konseling, Gizi, Calon Pengantin, Kesehatan Masyarakat, Stunting

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah kesehatan prioritas di Indonesia. Stunting menggambarkan kondisi gagal tumbuh pada anak di bawah usia lima tahun akibat dari kekurangan gizi kronis terutama pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK), sehingga anak terlalu pendek untuk usianya.

Stunting berdampak pada tingkat kecerdasan, menurunkan produktivitas, kerentanan terhadap penyakit, sehingga menghambat pertumbuhan ekonomi serta meningkatkan kemiskinan dan ketimpangan yang berefek jangka panjang bagi dirinya, keluarga, dan pemerintah. Bila pertumbuhan stunting dapat dicegah, maka diharapkan

pertumbuhan ekonomi bisa lebih baik, tanpa dibebani oleh biaya-biaya pengobatan terhadap penyakit degeneratif

Menurut World Health Organization, stunting dapat menyebabkan perkembangan kognitif atau kecerdasan, motorik, dan verbal berkembang secara tidak optimal, peningkatan risiko obesitas dan penyakit degeneratif lainnya, peningkatan biaya kesehatan, serta peningkatan kejadian kesakitan dan kematian . Anak yang memiliki tingkat kecerdasan yang tidak maksimal akibat stunting pada akhirnya dapat menghambat pertumbuhan ekonomi, meningkatkan kemiskinan, dan memper lebar ketimpangan di suatu negara . (WHO 2017), Pada tahun 2017 lebih dari setengah balita stunting di dunia berasal dari Asia (55%) sedangkan lebih dari sepertiganya (39%) tinggal di Afrika. Dari 83,6 juta balita stunting di Asia, proporsi terbanyak berasal dari Asia Selatan (58,7%) dan proporsi paling sedikit di Asia Tengah (0,9%). Data prevalensi balita stunting yang dikumpulkan *World Health Organization* (WHO), Indonesia termasuk ke dalam negara ketiga dengan prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR). Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005-2017 adalah 36,4%.

Secara global, masalah stunting sering terjadi di negara berkembang. Pada tahun 2019 sebanyak 144 juta anak di usia di bawah 5 tahun mengalami stunting, 47 juta anak wasting dan 38 juta anak overweight (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan laporan level malnutrisi yang dikeluarkan oleh UNICEF, terdapat jutaan anak yang kegemukan, kurang nutrisi dan stunting di dunia. Berdasarkan data dari United Nations Children's Fund (UNICEF) pada tahun 2020 prevalensi bayi yang mengalami stunting tertinggi terdapat di Negara Kongo sebesar 40,8%, Ethiopia sebesar 35,3% dan Rwanda 32,6%. Sedangkan Negara dengan Prevalensi Stunting terendah yaitu Korea Selatan sebesar 2,2%.

Diketahui bahwa target stunting yang ditetapkan oleh WHO adalah kurang dari 20% (Kemenkes RI, 2017). Sasaran WHO pada tahun 2030 adalah penurunan stunting hingga 50% sehingga prevalensi stunting menjadi 12,2% (UNICEF, 2019). Pencapaian target penurunan stunting pada balita diprediksi dapat menyelamatkan 3,7 juta kehidupan anak di dunia dan mengurangi 65 juta anak stunting apabila dilakukan secara terus-menerus selama sepuluh tahun ke depan (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data dari Kementerian kesehatan Republik Indonesia tahun 2020, prevalensi stunting tertinggi terdapat di provinsi Nusa Tenggara Timur yaitu sebesar 43,82, Sulawesi Barat sebesar 40,38%, Nusa Tenggara Barat sebesar 37,85%, dan Gorontalo sebesar 34,89%. Sedangkan provinsi terendah prevalensi stunting yaitu Bali sebesar

14,42%. Provinsi Aceh berada pada urutan ke lima dengan prevalensi stunting sebesar 34,18%.

Pada tahun 2016 kasus stunting di Aceh adalah 26,4%, dan meningkat pada tahun 2017 menjadi 35,7% (Laporan Status Gizi, 2018). Pidie merupakan kabupaten ke-3 tertinggi kasus stunting di Aceh dari 23 kabupaten dengan prevalensi 43,7%, yang pertama adalah kabupaten Subulussalam (47,3%) dan kedua adalah Aceh Selatan (44,9%) (PSG & PKG Aceh, 2017). Di Kabupaten Aceh Besar pada tahun 2020 prevalensi stunting sebesar 40% yang artinya prevalensi stunting di kabupaten Aceh Besar melebihi prevelensi Stunting di Indonesia (Dinkes Aceh Besar, 2020).

2. METODE

Desain kegiatan penyuluhan ini merupakan penyuluhan berbasis komunitas yang mengutamakan metode diskusi dan tanya jawab. Pendekatan ini dipilih untuk memastikan informasi yang disampaikan mudah dipahami oleh calon pengantin. Lokasi penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Piyeung, Kecamatan Montasik, Kabupaten Aceh Besar. Penelitian ini berlangsung dalam kurun waktu tertentu, dengan menargetkan populasi seluruh calon pengantin yang telah terdaftar di Puskesmas Piyeung sejak bulan Juni hingga September. Dari populasi tersebut, dipilih sebanyak empat pasangan calon pengantin sebagai sampel penelitian. Adapun kriteria inklusi yang ditetapkan adalah calon pengantin yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Piyeung. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi calon pengantin yang tidak merespons ketika dihubungi melalui WhatsApp dan calon pengantin yang tidak berdomisili di wilayah tersebut.

Tabel 1. Keterangan

No	Variabel	N	%	Mean (SD)
1	Umur	18	25.00	22
		21	25.00	
		22	25.00	
		27	25.00	
2	Pendidikan	Perguruan Tinggi	25.00	
		SMA	75.00	
3	Pekerjaan	Petani	75.00	
		Karyawan Swasta	25.00	

Metode pengumpulan data yang digunakan meliputi pre-test dan post-test yang diberikan kepada peserta guna mengukur peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan. Selain itu, data juga dikumpulkan melalui observasi dan wawancara terhadap peserta. Intervensi dalam kegiatan ini diawali dengan rencana kegiatan yang terstruktur. Tahap awal

penyusunan mencakup penilaian kebutuhan untuk mengidentifikasi isu-isu penting yang relevan bagi calon pengantin. Selanjutnya tim penyuluhan menyusun materi edukasi yang disesuaikan dengan konteks lokal dan kebutuhan peserta. Rencana kegiatan juga mencakup penyusunan jadwal, metode presentasi seperti presentasi, diskusi kelompok, serta sesi tanya jawab, dan penyiapan materi pendukung berupa brosur dan modul edukasi. Dalam tahap ini juga dilakukan pengaturan logistik yang mencakup tempat, waktu, serta fasilitas pendukung untuk menjamin lancarnya pelaksanaan penyuluhan.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara individual tanpa penjadwalan khusus, bersamaan dengan pemeriksaan kesehatan calon pengantin. Seluruh calon pengantin yang menjadi peserta aktif dilibatkan secara langsung dalam kegiatan ini. Materi edukasi disampaikan secara interaktif melalui metode ceramah, dengan peran aktif dari kader kesehatan dan tenaga medis dalam menyampaikan informasi serta menjawab pertanyaan dari peserta. Proses penyuluhan pengawasan secara berkala guna memastikan kegiatan berjalan sesuai rencana dan untuk menangani permasalahan yang mungkin muncul di lapangan. Evaluasi dilakukan secara langsung untuk menilai pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan serta efektivitas metode penyuluhan. Hasil dari evaluasi ini digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penyesuaian kegiatan, serta menjadi dasar dalam merencanakan tindak lanjut atau program lanjutan yang lebih baik ke depannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan pencegahan stunting di Puskesmas piyeung kecamatan Montasik adalah kegiatan yang bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya pencegahan stunting, yang merupakan masalah gizi kronis pada anak-anak akibat kekurangan nutrisi dalam jangka waktu lama. Stunting berdampak pada pertumbuhan fisik yang terhambat, perkembangan otak yang terganggu, serta peningkatan risiko penyakit di masa dewasa.

Komponen utama penyuluhan meliputi beberapa aspek kunci. Pertama, penyuluhan dimulai dengan penjelasan tentang pengertian dan penyebab stunting, yaitu kondisi di mana anak memiliki tinggi badan yang jauh lebih pendek dibandingkan anak seusianya akibat kekurangan gizi kronis. Penyebab utama stunting meliputi pola makan yang tidak seimbang, kurangnya asupan nutrisi selama 1.000 hari pertama kehidupan, dan infeksi berulang. Selanjutnya, penyuluhan menekankan pentingnya 1.000 hari pertama kehidupan, yaitu masa dari kehamilan hingga anak berusia 2 tahun, sebagai periode krusial untuk

pemberian gizi yang cukup dan seimbang. Ibu hamil perlu mendapatkan asupan nutrisi yang baik, termasuk zat besi, asam folat, kalsium, dan vitamin.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Demografi Responden

No	Variabel	Pretest	Posttest
		Mean (SD)	Mean (SD)
1	Berat Badan	54.25 (9.42)	54.25 (9.42)
2	Tinggi Badan	151.75 (8.99)	151.75 (8.99)
3	IMT	23.85 (5.72)	23.85 (5.72)
4	HB	11.29 (1.41)	12.47 (.66)
5	LILA	25 (2.12)	25.07 (2.26)
6	Keterpaparan Rokok	1.75 (.5)	1.75 (.5)
7	Catin pria perokok	1 (0)	1 (0)
8	Pengetahuan	11.75 (1.5)	12 (1.41)
9	Sikap	40 (9.20)	46 (3.82)
9	Intensi	11 (0)	11.25 (.95)
10	Perilaku	18.5 (4.50)	19.11 (3.51)

Berdasarkan tabel 2 distribusi frekuensi demografi responden yang mencakup umur, pendidikan terakhir, dan pekerjaan, dapat mempengaruhi perubahan pengetahuan. Umur Responden rata-rata dalam kategori usia produktif yaitu 18 tahun sebanyak 1 responden (25%), 21 tahun 1 responden (25%), umur 22 tahun ada 1 responden (25%) dan 27 tahun ada 1 responden (25%).

Kemudian tingkat pendidikan terakhir kategori Tamat SMA ada 3 responden dengan persentase (75 %) Dan perguruan tinggi sebanyak 1 responden dengan persentase (25%). Pekerjaan dengan kategori petani terdapat 3 responden dengan persentase (75%), dan kategori Karyawan Swasta 1 responden dengan persentase (25%).

Berdasarkan data yang diberikan, partisipan penelitian terdiri dari kelompok usia yang beragam, dengan distribusi umur yang seimbang pada kelompok usia 21, 22, dan 27 tahun, masing-masing sebesar 25%. Dari sisi pendidikan, mayoritas partisipan memiliki latar belakang pendidikan SMA (75%), sementara hanya 25% yang telah menempuh pendidikan di perguruan tinggi. Hal ini mencerminkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki tingkat pendidikan menengah. Dilihat dari segi pekerjaan, 75% partisipan bekerja sebagai petani, yang menunjukkan dominasi profesi di sektor pertanian, sementara sisanya bekerja sebagai karyawan swasta (25%).

Pada analisis pretest dan posttest, data menunjukkan beberapa perubahan dalam berbagai variabel yang diukur. Variabel fisik seperti berat badan dan tinggi badan tidak

mengalami perubahan sama sekali, dengan rata-rata berat badan partisipan tetap di angka 54,25 kg dan rata-rata tinggi badan di 151,75 cm pada pretest dan posttest. Indeks Massa Tubuh (IMT), yang dihitung berdasarkan berat dan tinggi badan, juga tidak berubah dan tetap berada di angka 23,85, yang menunjukkan konsistensi dalam komposisi tubuh partisipan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan tidak berdampak pada parameter fisik seperti berat, tinggi, atau IMT.

Namun, terdapat peningkatan yang signifikan pada kadar hemoglobin (HB), di mana nilai rata-rata meningkat dari 11,29 pada pretest menjadi 12,47 pada posttest. Peningkatan ini mengindikasikan adanya perbaikan dalam kesehatan darah partisipan, yang mungkin disebabkan oleh intervensi atau perubahan asupan gizi. Selain itu, lingkaran lengan atas (LILA) partisipan juga mengalami sedikit peningkatan dari 25 cm menjadi 25,07 cm, meskipun perubahan ini sangat kecil dan mungkin tidak signifikan secara klinis.

Untuk variabel perilaku merokok, tidak terdapat perubahan antara pretest dan posttest. Keterpaparan rokok tetap di angka 1,75, dan seluruh pria dalam sampel adalah perokok baik pada pretest maupun posttest. Ini menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan tidak mempengaruhi kebiasaan merokok partisipan. Dari segi pengetahuan, terjadi sedikit penurunan dari rata-rata skor 12 pada pretest menjadi 11,75 pada posttest, meskipun perbedaan ini relatif kecil dan mungkin tidak signifikan.

Di sisi lain, terjadi peningkatan yang signifikan dalam sikap partisipan. Pada pretest, rata-rata skor sikap berada di angka 40, namun meningkat menjadi 46 pada posttest. Hal ini menunjukkan bahwa partisipan memiliki perubahan sikap yang lebih positif setelah intervensi. Selain itu, terdapat sedikit peningkatan dalam intensi, dari 11 menjadi 11,25, yang menunjukkan adanya perbaikan niat atau kecenderungan partisipan untuk melakukan perubahan. Perilaku partisipan juga menunjukkan peningkatan dari 18,5 menjadi 19,11, meskipun perubahan ini tidak terlalu besar.

Secara keseluruhan, meskipun tidak ada perubahan signifikan pada parameter fisik seperti berat badan, tinggi badan, IMT, atau keterpaparan rokok, penelitian ini menunjukkan adanya perbaikan dalam aspek kesehatan darah (HB) dan perubahan positif dalam sikap, intensi, dan perilaku partisipan. Peningkatan dalam variabel-variabel ini dapat mencerminkan dampak positif dari intervensi yang dilakukan, meskipun efeknya pada kebiasaan fisik dan pengetahuan tampaknya lebih terbatas.

4. KESIMPULAN

Stunting merupakan masalah kesehatan yang serius di Indonesia, khususnya di wilayah Puskesmas Piyeung, Aceh Besar. Penyuluhan yang dilakukan kepada calon pengantin menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan mengenai gizi dan kesehatan reproduksi sangat penting untuk mencegah stunting.

Kegiatan penyuluhan berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang selama 1.000 hari pertama kehidupan, yang merupakan periode krusial bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, keterlibatan kader kesehatan dan komunitas dalam proses edukasi terbukti efektif dalam mendukung upaya pencegahan stunting.

Rekomendasi yang dihasilkan dari kegiatan ini mencakup perlunya program edukasi yang berkelanjutan, peningkatan akses layanan kesehatan, serta monitoring dan evaluasi berkala untuk menilai efektivitas intervensi yang dilakukan. Dengan implementasi yang tepat dan berkesinambungan, diharapkan prevalensi stunting dapat berkurang secara signifikan, sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat dan mendukung pertumbuhan ekonomi jangka panjang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan segala kerendahan hati, kami ingin mengucapkan terima kasih yang mendalam kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian artikel ini.

Pertama-tama, kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh teman-teman yang telah memberikan dukungan penuh dan informasi yang berharga. Tanpa bantuan dan kerjasama dari petugas kesehatan, kader posyandu, dan tokoh masyarakat, penelitian ini tidak akan mungkin dilakukan. Pengalaman dan pengetahuan mereka telah memberikan wawasan yang mendalam tentang upaya dan strategi yang diterapkan dalam mengatasi masalah gizi pada ibu menyusui.

Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah menyediakan data dan dokumen yang sangat penting untuk analisis kami. Dukungan administratif dan logistik dan sangat membantu dalam pelaksanaan program ini.

Terima kasih yang sebesar-besarnya juga kami sampaikan kepada keluarga yang telah memberikan dorongan dan dukungan moral selama proses penelitian ini. Kesabaran dan pengertian mereka telah memberikan kami kekuatan untuk terus maju.

Akhir kata, kami menghargai semua masukan dan bimbingan dari para kolega dan ahli yang telah memberikan kritik konstruktif serta saran yang berharga. Kontribusi mereka sangat berharga dalam memastikan kualitas dan keakuratan artikel ini.

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam upaya peningkatan kesehatan ibu menyusui dan menjadi referensi bagi pihak-pihak yang berkepentingan. Terima kasih atas segala dukungan dan kerjasamanya.

REFERENSI

- Astutik, E., & Prabandari, Y. S. (2020). Edukasi calon pengantin tentang kesehatan reproduksi dan gizi untuk pencegahan stunting. *Jurnal Promkes*, 8(1), 60–67.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2020). *Buku saku catin: Siap nikah siap hamil*. Jakarta: BKKBN.
- Damayanti, R., & Wulandari, S. (2021). Hubungan status gizi calon pengantin dengan risiko stunting pada anak. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 13(2), 95–102.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2021). *Profil Kesehatan Aceh Tahun 2021*.
- Kamilah, A., & Ramadhaniah, T. D. S. (2022). Hubungan akses pelayanan kesehatan, BBLR, ASI eksklusif dan asupan protein dengan kejadian stunting pada balita usia >6–59 bulan di wilayah kerja PUSKESMAS Baitussalam Kecamatan Baitussalam Kabupaten Aceh Besar tahun 2022. *Journal of Health and Medical Science*, 171–177.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pelayanan kesehatan reproduksi calon pengantin dalam pencegahan stunting*. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian PPN. (2018). *Pedoman pelaksanaan intervensi penurunan stunting*. Jakarta: Kementerian Perencanaan dan Pembangunan Nasional.
- Patata, N. P., Haniarti, H., & Usman, U. (2021). Pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap calon pengantin dalam pencegahan stunting di KUA Kabupaten Tana Toraja: *Effect of nutrition education on knowledge and attitudes of prospective bride and groom in preventing stunting at KUA Tana Toraja Regency*. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(3), 458–463.
- Prawirohartono, E. P. (2016). *Gizi untuk kesehatan reproduksi*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- World Health Organization. (2018). *Essential nutrition actions: Mainstreaming nutrition through the life-course*. Geneva: WHO.