

PERILAKU IBU HAMIL DALAM MENCEGAH ANAK LAHIR STUNTING DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAITURRAHMAN KOTA BANDA ACEH

Putri Bahraini¹, Meri Lidiawati^{2*}, Fia Dewi Auliani³, Iziddin Fadhil⁴

¹⁻⁴Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran,
Universitas Abulyatama, Aceh

^{*}Email korespondensi: merilidyawati_fk@abulyatama.ac.id

Abstract: Behavior of Pregnant Women in Preventing the Birth of Stunting Children in the Work Area of Baiturrahman Community Health Center, Banda Aceh City. Stunting is a growth and developmental disorder in children caused by prolonged malnutrition, influenced by environmental factors, poor maternal nutrition, disease, and improper feeding and care practices. In 2020, the global prevalence of stunting reached 22%, affecting 149.2 million children. In Indonesia, the 2022 Indonesian Nutritional Status Survey report has experienced a decline in stunting prevalence from 24.4% in 2021 to 21.6% in 2022, with a target reduction to 14% by 2024. In 2022, Aceh Province had the fifth-highest stunting prevalence in Indonesia at 31.2%, while in the working area of Puskesmas Baiturrahman, Banda Aceh City, the prevalence of stunting among toddlers was recorded at 3.81% or 40 toddlers. Indonesia has 22.4 million toddlers, with about 4.9 million children born each year, and three out of ten toddlers suffer from stunting.
Keywords: Stunting Prevention, Pregnant Women, Puskesmas Baiturrahman

Abstrak: Perilaku Ibu Hamil Dalam Mencegah Anak Lahir Stunting Di wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh. Stunting merupakan gangguan perkembangan dan pertumbuhan anak yang disebabkan oleh kekurangan gizi yang berkelanjutan, dipengaruhi oleh faktor lingkungan, gizi ibu yang buruk, penyakit, serta pemberian makan dan perawatan yang tidak tepat. Pada tahun 2020, prevalensi stunting global mencapai 22% atau 149,2 jutaan anak. Di Indonesia, laporan Studi Status Gizi Indonesia tahun 2022 menunjukkan prevalensi stunting mengalami penurunan sebesar 24,4% setiap tahunnya. Pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022, dengan target penurunan menjadi 14% pada tahun 2024. Provinsi Aceh memiliki prevalensi stunting tertinggi yang kelima di Indonesia sebesar 31,2% pada tahun 2022, sementara di Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh, prevalensi stunting balita tercatat 3,81% atau 40 balita. Indonesia memiliki 22,4 juta balita, dengan sekitar 4,9 juta anak lahir setiap tahunnya, dan tiga dari sepuluh balita mengalami stunting.

Kata Kunci: Pencegahan Stunting, Ibu Hamil, Puskesmas Baiturrahman

PENDAHULUAN

Kehamilan terjadi ketika sperma dan sel telur bertemu di ovarium, yang disebut konsepsi, berkembang menjadi sel telur yang telah dibuahi, menempel pada dinding rahim, tempat terbentuknya plasenta, dan konsepsi tumbuh dan berkembang hingga lahirnya janin (Putri et al., 2022). Masa kehamilan yang normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) terhitung sejak hari pertama haid terakhir. Kehamilan dapat

menimbulkan masalah dan komplikasi kapan saja (Agritubella et al., 2022). Saat ini sudah diterima secara luas bahwa semua tahap kehamilan mempunyai risiko bagi ibu. Kehamilan dibagi menjadi tiga tahap, yaitu trimester pertama, trimester kedua dan trimester ketiga. Pada masa kehamilan, ibu hamil memerlukan zat gizi yang lebih dibandingkan ibu tidak hamil karena peningkatan metabolisme energi yang

diperlukan untuk tumbuh kembang janin, pembesaran organ rahim, serta perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Ibu hamil merupakan salah satu kelompok yang paling rentan terkena dampak gizi buruk karena meningkatnya kebutuhan zat gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janinnya (Efendi et al., 2022). Kekurangan nutrisi yang terus-menerus menyebabkan penurunan berat badan, malnutrisi lebih lanjut, dan pertumbuhan terhambat. Terdapat perbedaan asupan zat besi antara anak stunting dan tidak stunting, dimana anak dengan kekurangan zat besi mempunyai risiko lebih tinggi untuk mengalami stunting. Menurut World Health Organization (WHO) 2020, stunting atau gagal tumbuh diistilahkan dengan tinggi badan yang rendah menurut umur. Stunting adalah konsekuensi dari kekurangan gizi yang berkelanjutan atau berulang, yang biasanya dikaitkan dengan faktor lingkungan, personal dan ibu yang buruk, efek penyakit, gizi dan perawatan yang tidak memadai pada tahap awal kehidupan bayi. Menurut WHO, prevalensi stunting di seluruh dunia pada tahun 2020 sebesar 22% atau 149,2 juta orang (Nirmalasari, 2020).

Laporan Studi Status Gizi Indonesia tahun 2022, angka stunting secara Nasional menunjukkan perbaikan dengan penurunan 2,8% dari 24,4% pada tahun 2021 menjadi 21,6% pada tahun 2022. Angka stunting di Indonesia diharapkan turun menjadi 14% pada tahun 2024. Provinsi Aceh saat ini merupakan provinsi dengan prevalensi balita stunting tertinggi kelima di Indonesia sebesar 31,2% pada tahun 2022, berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kota Banda Aceh untuk Puskesmas Baiturrahman berdasarkan data e-PPGBM, prevalensi kejadian stunting pada balita sebanyak 40 orang atau sebesar 3,81%. Ada 22,4 juta balita di Indonesia dengan rata-rata 5,2 juta perempuan melahirkan 4,9 juta anak setiap tahunnya. Tiga dari sepuluh balita di Indonesia menderita stunting atau memiliki tinggi badan di bawah standar usia (Harahap et al., 2023).

Pencegahan stunting dapat dilakukan saat ibu hamil khususnya sejak 1000 hari pertama kehidupan (HPK),

sehingga ibu dapat menyadari sikap dan perilakunya sendiri untuk mencegah anak. Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu mengenai kesehatan dan gizi, perlu dilaksanakan program gizi seperti pemberian tablet nutrisi, vitamin A, dan tablet tambah darah pada ibu hamil dan anak, serta mengedukasi mereka mengenai pola asuh yang baik dan benar (Agustian et al., 2023). Salah satu program pencegahannya adalah dengan pendekatan keluarga, misalnya melalui kunjungan ANC dilakukan secara berkala (K1-K4) yang dilaksanakan oleh puskesmas. Karena stunting dapat dicegah pada saat ibu hamil, sehingga kunjungan ANC sangat penting dilakukan untuk mencegah faktor risiko terjadinya stunting dengan memberikkan layanan tentang status kesehatan ibu, vaksinasi, nutrisi, dan edukasi menyusui (Fadlilah et al., 2022).

Oleh karena itu, perlu adanya pencegahan stunting untuk mengoptimalkan kesehatan ibu hamil dan menghasilkan generasi bebas dari stunting. Kriteria yang paling penting untuk dinilai adalah perilaku ibu hamil dalam mencegah anak lahir stunting, khususnya pada anak usia 2 tahun (Baduta). Perilaku ibu hamil yang dinilai terdiri dari sikap, pengetahuan, dan tindakan. Dengan menilai sikap, pengetahuan, dan perilaku, sehingga dapat memberitahu kita apa yang dilakukan para ibu hamil untuk mencegah anak lahir stunting (Merinda & Fajar, 2022).

Salah satu faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya stunting adalah perilaku ibu selama masa kehamilan, perilaku kesehatan dapat ditentukan oleh beberapa faktor, antara lain predisposisi yang merupakan faktor intraindividu yang meliputi pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai dan norma, serta faktor pendukung seperti fasilitas kesehatan, aksesibilitas terhadap fasilitas kesehatan, faktor-faktor pada ibu hamil seperti pengetahuan, pendidikan, pekerjaan, dan sikap mempunyai pengaruh yang signifikan dalam mencegah stunting pada anak baru lahir (Nurfatimah et al., 2021).

Faktor terjadinya stunting tidak hanya disebabkan oleh kurangnya

asupan gizi pada ibu hamil, namun juga interaksi berbagai faktor. Banyak penelitian telah dilakukan mengenai faktor risiko stunting di Indonesia. Risiko stunting bisa dimulai saat hamil karena faktor ibu. Kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan dan gizi sejak hamil hingga melahirkan berperan penting dalam menyebabkan terhambatnya pertumbuhan pada anak (Dewi et al., 2021). Pada masa kehamilan, pelayanan *ANC-Ante Natal Care* (pelayanan kesehatan ibu selama hamil), *Post Natal Care* (pelayanan kesehatan ibu setelah melahirkan) dan pendidikan dini yang berkualitas juga sangat penting. Hal ini terkait dengan kecukupan suplementasi zat besi selama kehamilan, pemberian ASI eksklusif, dan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) yang baik (Barus et al., 2022).

METODE

Penelitian ini bersifat kualitatif, yang fokusnya adalah mempelajari kondisi objek dalam lingkungan alaminya. Peneliti berperan sebagai alat utama dalam pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Analisis data dapat dilakukan secara induktif, lebih menekankan pemahaman mendalam dari pada generalisasi luas. Dalam penelitian berjudul "Perilaku Ibu Hamil dalam Mencegah Anak Lahir Stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh," pendekatan ini digunakan untuk mengeksplorasi pengalaman dan tindakan ibu hamil dalam mencegah

stunting, sehingga dapat memberikan wawasan yang mendalam dan kontekstual tentang upaya pencegahan stunting di wilayah tersebut. Penelitian dilakukan di Wilayah Puskesmas Baiturrahman kota Banda Aceh pada Juni sampai dengan Juli 2024. Dalam penelitian ini uji keabsahan data dilakukan dengan uji kredibilitas yang dilakukan dengan teknik triangulasi yaitu mengecek data dengan sumber yang sama dengan teknik yang berbeda, seperti wawancara, observasi dan dokumentasi.

Penelitian ini sudah melalui kaji etik 69/06/Etik-Penelitian/2024. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari seluruh ibu hamil berjumlah 17 orang yang berkunjung ke Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh. Alasan peneliti menetapkan jumlah sampel tersebut merujuk pada teori Daymon dan Holloway (2008) yang menyebutkan bahwa tidak ada aturan atau panduan ketat pada sampel penelitian kualitatif, secara umum sampel pada penelitian kualitatif terdiri dari sampel kecil yang diteliti secara mendalam dan jumlah sampel pada penelitian kualitatif umumnya berkisar antara 4-40 sampel atau informan. Proses pengumpulan data primer melibatkan pengamatan langsung dan wawancara mendalam dengan individu yang memiliki informasi relevan terhadap masalah yang diteliti. Data sekunder dapat mencakup berbagai sumber informasi seperti dokumen tertulis, laporan, foto pendukung yang sudah ada, dan foto yang dihasilkan selama penelitian.

HASIL

Tabel 1. Hasil Indikator Variabel Penelitian

No.	Indikator	Keterangan		
		Buruk	Cukup	Baik
1	Pengetahuan Ibu Hamil terhadap Stunting		✓	
2	Sikap Ibu Hamil terhadap Pencegahan Stunting		✓	
3	Perilaku Ibu Hamil terhadap Pencegahan Stunting		✓	

Setelah melakukan penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh, peneliti berhasil mengumpulkan data yang diperlukan melalui beberapa

metode, yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi. Berdasarkan data yang diperoleh, peneliti akan memaparkan hasil penelitian yang berkaitan dengan perilaku ibu hamil dalam mencegah anak lahir stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh.

Hasil Wawancara

Pengetahuan Ibu Hamil terhadap Stunting

Selama penelitian, peneliti melakukan wawancara dengan 17 orang Ibu hamil pada Senin, 1 Juli 2024, di Puskesmas Baiturrahman Banda Aceh. Dari wawancara tersebut, ditemukan bahwa sebagian Ibu hamil di wilayah tersebut masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai stunting.

Salah seorang responden, Ibu NA, mengatakan:

"Saya kurang paham juga apa itu stunting, sebelumnya sudah pernah dengar tapi belum paham, yang saya tahu stunting itu kurang gizi, tapi tidak tahu maksud jelasnya bagaimana. Saya juga belum pernah mendapatkan penjelasan yang detail mengenai stunting ini, padahal saya ingin tahu lebih banyak agar bisa mencegahnya dengan baik. Selama ini, saya hanya berusaha menjaga asupan makanan, tapi belum tahu pasti apakah itu sudah cukup untuk mencegah stunting."

Selain itu, wawancara dengan ibu hamil lainnya, Ibu RA, mengungkapkan hal serupa. Beliau menyatakan:

"Saya tahu sedikit tentang stunting, bahwa itu adalah kondisi anak yang tidak tumbuh dengan baik karena kurang gizi. Namun, saya tidak tahu bagaimana mencegahnya secara efektif. Saya sering merasa khawatir tentang kesehatan bayi saya, tapi informasi yang saya dapatkan masih sangat terbatas. Saya berharap ada lebih banyak sosialisasi atau

program edukasi yang bisa memberikan panduan praktis bagi ibu hamil seperti saya."

Ibu hamil lain, Ibu SN, menambahkan:

" Saya pernah mendengar kata tersebut, tapi saya tidak tahu apa artinya atau apa dampaknya pada anak-anak. Saya belum pernah mendapatkan penjelasan mendalam tentang stunting, Sepemahaman saya makanan tambahan yang kaya akan protein dan vitamin membantu ibu hamil mendapatkan nutrisi yang diperlukan untuk mendukung perkembangan bayi dengan baik dan mencegah stunting. Selain itu, sayuran seperti bayam dan brokoli, buah-buahan seperti stroberi dan blueberry, ikan seperti mackerel, daging ayam, telur, kacang-kacangan, dan produk susu seperti yogurt sangat baik untuk ibu hamil."

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan adanya kesenjangan pengetahuan di kalangan ibu hamil yang kurang mengenai stunting. Meskipun istilah stunting sering terdengar, pemahaman yang mendalam tentang stunting dan cara pencegahannya masih kurang atau terbatas.

Observasi juga menunjukkan bahwa informasi tentang stunting belum tersosialisasi dengan baik di kalangan ibu hamil. Banyak dari mereka belum menerima edukasi yang memadai tentang pentingnya asupan gizi seimbang selama kehamilan untuk mencegah stunting. Beberapa ibu hamil bahkan tidak menyadari bahwa stunting bukan hanya sekadar masalah gizi, tetapi juga mencakup faktor lain seperti sanitasi yang buruk, kurangnya akses terhadap layanan kesehatan yang memadai, dan praktik pemberian makan yang tidak sesuai.

Sikap Ibu Hamil terhadap Pencegahan Stunting

Peneliti juga melakukan wawancara dengan para ibu hamil tentang bagaiman

sikap mereka dalam melakukan pencegahan stunting. Berdasarkan hasil wawancara dengan para ibu hamil di Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh, ditemukan bahwa kesadaran dan tindakan mereka dalam mencegah stunting bervariasi. Beberapa ibu hamil menunjukkan pemahaman yang baik dan berupaya menjaga kesehatan selama kehamilan, sementara yang lain masih menghadapi tantangan dalam menjaga pola makan dan rutinitas perawatan kesehatan.

Salah seorang responden, Ibu MF, mengatakan:

"Kadang makan saya susah diatur, kadang tiap jam minta makan kadang kurang selera, tetapi saya tetap mengonsumsi makanan yang bergizi seperti sayur dan buah, mengecek berat badan dan rutin melakukan pemeriksaan kehamilan ke puskesmas, tapi saya juga belum melakukan imunisasi. Saya tahu pentingnya asupan gizi yang baik untuk mencegah stunting, jadi saya mencoba berbagai cara untuk menjaga asupan nutrisi, meskipun terkadang sulit."

Peneliti juga berbicara dengan Ibu R, yang mengungkapkan:

"Saya berusaha menjaga pola makan saya dengan mengonsumsi makanan yang seimbang, termasuk protein, karbohidrat, sayuran, dan buah-buahan. Saya juga sering membaca artikel tentang kesehatan kehamilan dan stunting untuk menambah pengetahuan saya. Meski demikian, ada saat-saat di mana saya merasa mual dan tidak bisa makan banyak, tetapi saya tetap berusaha untuk makan dalam porsi kecil tapi sering. Selain itu, saya selalu memeriksakan kehamilan secara rutin dan mengikuti semua saran dari bidan dan dokter."

Sementara itu, Ibu SY mengungkapkan:

"Pada awal kehamilan, saya kehilangan nafsu makan karena sering merasa mual. Namun, sekarang saya sudah merasa lebih baik dan nafsu makan saya telah kembali normal. Saya pernah

pergi ke puskesmas untuk pemeriksaan kehamilan dan rutin memantau berat badan saya. Di awal kehamilan, saya tidak begitu sering mengecek berat badan, tetapi sekarang saya melakukannya setiap kali ada pemeriksaan kehamilan. Selama kehamilan, saya minum tablet penambah darah satu kali per hari. Hari ini, saya baru dijadwalkan untuk imunisasi. Aktivitas sehari-hari saya tetap normal dan waktu istirahat saya juga cukup."

Dari hasil wawancara, dapat disimpulkan bahwa kesadaran ibu hamil di Puskesmas Baiturrahman mengenai pentingnya pencegahan stunting sudah cukup baik, namun masih perlu ditingkatkan. Edukasi dan sosialisasi yang lebih intensif tentang pentingnya gizi seimbang dan perawatan kesehatan selama kehamilan perlu terus dilakukan. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan ibu hamil dapat mengambil langkah-langkah yang lebih efektif dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan optimal bagi anak-anak mereka, sehingga risiko stunting dapat diminimalisir. Langkah-langkah yang diambil oleh para ibu hamil, seperti mengonsumsi makanan bergizi, memantau berat badan secara teratur, mengonsumsi suplemen yang dianjurkan, melakukan imunisasi, dan menjaga pola hidup sehat, merupakan upaya yang sangat penting dalam mencegah stunting. Oleh karena itu, memastikan bahwa ibu hamil mendapatkan asupan gizi yang cukup dan perawatan kesehatan yang optimal sangat penting.

Perilaku Ibu Hamil terhadap Pencegahan Stunting

Peneliti juga melakukan wawancara dengan para ibu hamil tentang bagaimana perilaku mereka dalam melakukan pencegahan stunting. Berdasarkan hasil wawancara dengan para ibu hamil di Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh, dapat dilihat variasi dalam kebiasaan dan praktik sehari-hari ibu hamil dalam menjaga kesehatan mereka dan mencegah stunting.

Salah seorang responden, Ibu MF, rutin.
mengatakan:

"Sumber air yang saya gunakan adalah air PDAM, air minum juga dimasak sendiri dan makan makanan kesehatan yang steril di masak sendiri. Menu makanan juga berbeda-beda mengikuti selera makan dan masak untuk sekali makan. Saya tetap mengikuti arahan dokter ketika konsultasi kehamilan ke puskesmas Baiturrahman ini tentang apa saja yang boleh dimakan dan tidak boleh dimakan selama proses kehamilan."

Ibu hamil lain, Ibu RA, menambahkan:

"Saya sangat memperhatikan kebersihan air yang saya gunakan untuk minum dan memasak. Saya juga rajin memasak makanan sendiri dengan berbagai variasi, seperti tumis, rebus, atau panggang, dan selalu mengandalkan bahan makanan yang segar dan sehat. Suami saya juga sangat membantu saya dengan sangat baik selama masa kehamilan ini sehingga saya tidak begitu kesulitan ketika ingin melakukan berbagai hal."

Ibu hamil lain, Ibu R, mengatakan:

"Saya biasanya menggunakan air minum dari air PDAM untuk kebutuhan sehari-hari. Saya memasak sendiri makanan sehari-hari, mencoba untuk menyediakan menu yang seimbang dengan kandungan gizi yang baik, termasuk sayuran dan buah-buahan."

Dari hasil wawancara ini, dapat disimpulkan bahwa ibu hamil di Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh mempunyai tingkat kesadaran yang tinggi dalam pentingnya menjaga kesehatan selama masa kehamilan untuk mencegah stunting. Meskipun mereka menghadapi berbagai tantangan seperti fluktuasi nafsu makan dan kondisi kesehatan yang tidak stabil, ibu hamil tetap gigih dalam upaya mereka untuk mengonsumsi makanan bergizi dan menjalani pemeriksaan kesehatan secara

rutin. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya gizi seimbang dan perawatan kesehatan yang teratur selama kehamilan, diharapkan ibu hamil dapat mengambil langkah-langkah yang lebih efektif dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan optimal bagi anak-anak mereka. Dukungan dari keluarga dan petugas kesehatan juga sangat penting untuk membantu ibu hamil menjalani masa kehamilan dengan sehat dan memastikan anak-anak mereka mendapatkan awal kehidupan yang terbaik.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan 17 orang Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh yang dipaparkan di atas, penelitian ini menyimpulkan hasil penelitian tentang bagaimana perilaku ibu hamil dalam mencegah anak lahir stunting di Wilayah Kerja Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh menjadi tiga aspek utama, yaitu aspek pengetahuan, sikap, dan perilaku.

Aspek Pengetahuan

Pada aspek pengetahuan, hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di Puskesmas Baiturrahman Kota Banda Aceh memiliki pemahaman yang cukup tentang stunting yaitu berkisar 9 ibu (52,9%), penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Anggraini Harahap dengan judul "Perilaku Pencegahan Anak Stunting Pada Saat Ibu Hamil di Puskesmas Lipat Kain Kabupaten Kampar" dengan hasil 30 ibu (41,6%) memiliki pengetahuan cukup dalam pencegahan stunting.

Meskipun istilah ini sering terdengar, pengetahuan mendalam tentang apa sebenarnya stunting dan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kondisi ini masih kurang tersebar luas di masyarakat. Banyak ibu hamil, seperti yang diungkapkan oleh beberapa responden, menyatakan bahwa mereka hanya memiliki pemahaman yang umum tentang stunting sebagai kondisi pertumbuhan anak yang terhambat

akibat kurang gizi. Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan edukasi dan sosialisasi yang lebih intensif tentang stunting di kalangan ibu hamil, agar mereka dapat mengenali risiko dan langkah-langkah pencegahannya dengan lebih baik.

Aspek Sikap

Pada aspek sikap, sikap ibu hamil dalam menghadapi masalah stunting juga menjadi sorotan dalam penelitian ini. Meskipun sebagian besar ibu hamil menunjukkan kesadaran untuk menjaga kesehatan selama kehamilan yaitu berkisar 10 ibu (58,8%) dengan sikap yang cukup, pada penelitian Dewi terdapat 56 ibu (77,8%) berada pada kategori sikap cukup dalam pencegahan stunting dalam kehamilan.

Tantangan seperti fluktuasi nafsu makan dan kondisi kesehatan yang tidak stabil dapat menjadi penghambat dalam menerapkan pola makan yang sehat dan gizi yang cukup. Namun demikian, hasil wawancara juga menunjukkan bahwa ada upaya nyata dari ibu hamil untuk mengatasi kendala ini, seperti dengan mengonsumsi makanan bergizi, rutin melakukan pemeriksaan kehamilan, dan mengikuti anjuran dari petugas kesehatan. Sikap positif ini menunjukkan bahwa ada potensi untuk memperkuat langkah-langkah pencegahan stunting melalui pendekatan yang lebih terstruktur dan terarah.

Aspek Perilaku

Pada aspek perilaku, penelitian menyoroti variasi dalam praktik sehari-hari ibu hamil dalam menjaga kesehatan mereka dan bayi yang dikandung. Beberapa ibu hamil cukup dalam memilih makanan sehat, memastikan kebersihan air dan makanan, serta rutin mengikuti pemeriksaan kesehatan berkisar 11 ibu (64,7%). Pada penelitian Dewi hasil dari perilaku ibu berkisar 34 ibu (47,2%).

Namun, ada juga tantangan seperti kesulitan dalam mengatur pola makan yang konsisten dan mencukupi kebutuhan gizi selama kehamilan. Upaya untuk meningkatkan pemahaman akan pentingnya asupan gizi seimbang dan kebersihan lingkungan sehari-hari perlu ditingkatkan agar ibu hamil dapat secara

konsisten mengadopsi perilaku yang mendukung pencegahan stunting.

Pentingnya pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil terhadap pencegahan stunting tidak hanya berdampak pada kesehatan ibu, tetapi juga pada perkembangan janin yang sedang dikandung. Dengan pemahaman yang lebih baik dan perilaku yang lebih sehat, diharapkan risiko stunting dapat diminimalkan, memberikan fondasi yang kuat bagi pertumbuhan dan perkembangan optimal anak yang akan lahir. Hal ini tidak hanya mempengaruhi masa kehamilan, tetapi juga memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan anak dalam aspek fisik, kognitif, dan sosio-emosional.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disampaikan sebelumnya, peneliti dapat menyimpulkan bahwa sebagian besar ibu hamil memiliki pemahaman yang terbatas tentang stunting, meskipun demikian, para ibu hamil menunjukkan sikap positif terhadap pencegahan stunting. Perilaku sehari-hari ibu hamil dalam menjaga kesehatan dan kebersihan makanan juga memberikan dampak positif dalam mengoptimalkan kondisi kesehatan bayi yang akan lahir.

DAFTAR PUSTAKA

- Agritubella, S. M., Jannah, F., Keperawatan, J., Riau, P. K., Keperawatan, J., & Riau, P. K. (2022). Prevention of Stunting Through Nutrition Education on Pregnant Women. *Jurnal Endurance*, 7(1), 221–228. <https://doi.org/10.22216/jen.v7i1.863>
- Agustian, D., Triyanto, S. A., Apriyani, D., & Helbawanti, O. (2023). Strategi Pencegahan Stunting dalam Rumah Tangga untuk Mendukung Pembangunan Berkelanjutan di Kota Tasikmalaya. *DEDIKASI: Community Service Reports*, 5(1), 75–90. <https://doi.org/10.20961/dedikasi.v5i1.69811>
- Barus, E., Siahaan, J. M., Octavia, Y. T., & Gowasa, I. (2022). Edukasi Pencegahan Stunting Anak pada

- Ibu Hamil di Desa Sijarango I Kec. Pakkat Kab. Humbang Hasundutan. *Indonesia Berdaya*, 3(2), 397–406. <https://doi.org/10.47679/ib.2022299>
- Dewi, A. K., Dary, D., & Tampubolon, R. (2021). Status Gizi dan Perilaku Makan Ibu Selama Kehamilan Trimester Pertama. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, 6(1), 135–144. <https://doi.org/10.14710/jekkk.v6i1.10413>
- Efendi, N. R. Y., Yanti, J. S., & Hakameri, C. S. (2022). Ketidaknyamanan Trimester III di PMB Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 2, 275–279.
- Fadlilah, A., Susanto, E., Wahyuni, W., Muthoharoh, H., & Susila, I. (2022). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Desa Dradah. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 218–223. <https://jceh.org/index.php/JCEH/article/view/424>
- Harahap, D. A., Zainiyah, Z., & Sartika, Y. (2023). Perilaku Ibu Ketika Hamil dalam Upaya Pencegahan Anak Lahir Stunting di Kabupaten Kampar. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 9(1), 149–156. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol9.iss1.1450>
- Merinda, K., & Fajar, N. A. (2022). Perilaku Pencegahan Stunting Pada Ibu Baduta (Bayi Dibawah Dua Tahun) Di Desa Air Beliti Kecamatan Tuah Negeri Kabupaten Musi <https://repository.unsri.ac.id/72686/>
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting Pada Anak: Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. *Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming*, 14(1), 19–28. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Putri, M. S., Anita, J., Anggawinata, Khatimah, H. C., & Nelyza, F. (2022). Sosialisasi Pencegahan Stunting Sejak Dini pada Ibu Hamil dan Ibu Balita. *Jurnal Mitra Pengabdian Farmasi*, 2(1), 26–31. <https://ejurnal.akfar-mandiri.ac.id/index.php/abdimas>