



Pengaruh Penyuluhan Metode Ceramah Terhadap Pengetahuan Gizi Ibu Hamil Pada Kelas Ibu Hamil Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Puskesmas Mokoau Kota Kendari

Djusiana Eka Cessaria¹, La Ode Alifariki^{2*}, Amiruddin Eso³, Mubarak⁴, Asmarani⁵, Nina Indriyani Nasruddin⁶

^{1,3,5,6} Departemen Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

^{2,4} Departemen Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

ABSTRAK

Pengetahuan gizi ibu hamil berperan penting dalam mencegah terjadinya stunting sejak fase kehamilan. Namun, masih banyak ibu hamil yang memiliki pemahaman gizi yang kurang optimal, sehingga diperlukan intervensi edukasi yang efektif seperti penyuluhan metode ceramah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan metode ceramah terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada kelas ibu hamil di Puskesmas Mokoau Kota Kendari. Penelitian menggunakan desain pra-eksperimen *one-group pretest-posttest* dengan sampel 25 ibu hamil yang dipilih melalui teknik total sampling. Pengetahuan diukur menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan. Analisis data dilakukan menggunakan uji *paired t-test* dengan batas signifikansi $p < 0.05$. Hasil penelitian dilaporkan bahwa rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 65.97 pada pretest menjadi 85.11 pada posttest, dengan hasil uji *paired t-test* menunjukkan perbedaan yang signifikan ($t = 8.115$; $p = 0.000$). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh positif penyuluhan metode ceramah terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil. Kesimpulan penelitian ini adalah bahwa penyuluhan metode ceramah terbukti efektif meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting. Program edukasi berbasis ceramah dapat terus dioptimalkan di fasilitas pelayanan kesehatan.

Kata Kunci: Ceramah, Gizi, Ibu hamil, Pengetahuan, Penyuluhan, Stunting

ABSTRACT

Maternal nutrition knowledge plays an important role in preventing stunting from the pregnancy phase. However, many pregnant women still have suboptimal understanding of nutrition, making effective educational interventions such as lecture-based counseling necessary. This study aimed to determine the effect of lecture-based counseling on improving nutrition knowledge among pregnant women attending antenatal classes at Mokoau Health Center, Kendari City. The study used a one-group pretest-posttest quasi-experimental design with a sample of 25 pregnant women selected through total sampling. Knowledge was assessed using a questionnaire before and after the counseling session. Data were analyzed using a paired t-test with a significance level of $p < 0.05$. The results showed that the average knowledge score increased from 65.97 in the pretest to 85.11 in the posttest, with the paired t-test indicating a significant difference ($t = 8.115$; $p = 0.000$). This demonstrates a positive effect of lecture-based counseling on improving maternal nutrition knowledge. In conclusion, lecture-based counseling was proven effective in enhancing nutrition knowledge among pregnant women as a preventive measure against stunting. Educational programs using the lecture method can be further optimized in healthcare facilities.

Keywords: Counseling, Knowledge, Lecture, Maternal nutrition, Pregnant women, Stunting

Koresponden:

Nama : La Ode Alifariki

Alamat : Kampus Hijau Bumi Tridharma, Anduonohu, Kec. Kambu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara 93232

No. Hp : 085145272116

e-mail : ners_riki@yahoo.co.id

PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan periode krusial yang menentukan kualitas kesehatan ibu dan janin, sekaligus menjadi fondasi bagi tumbuh kembang anak di masa mendatang [1,2]. Pemenuhan gizi yang optimal selama kehamilan berperan penting dalam menjamin pertumbuhan janin yang sehat melalui kecukupan asupan energi, protein, vitamin, dan mineral yang sesuai dengan kebutuhan fisiologis. Perubahan metabolisme, adaptasi fisiologis, serta peningkatan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil menjadikan edukasi gizi sebagai intervensi fundamental yang wajib diberikan secara terstruktur [3]. Ketidakmampuan ibu dalam memahami kebutuhan gizi akan meningkatkan risiko gangguan kehamilan, termasuk anemia, berat badan lahir rendah (BBLR), hingga gangguan pertumbuhan janin yang berimplikasi panjang terhadap kualitas hidup anak [4].

Dalam konteks kesehatan masyarakat, intervensi edukasi gizi telah lama diformulasikan sebagai strategi preventif yang efektif melalui penyuluhan dan pemberdayaan kelompok ibu hamil. Salah satu bentuk kegiatan yang terorganisasi adalah kelas ibu hamil, yaitu forum edukatif yang memberikan informasi mengenai kesehatan kehamilan, gizi, persalinan, hingga perawatan bayi. Metode penyampaian materi dalam kelas ibu hamil sangat menentukan efektivitas peningkatan pengetahuan [5]. Metode ceramah masih menjadi pendekatan paling umum digunakan karena mampu menyampaikan materi secara sistematis, sederhana, dan langsung, terutama bagi kelompok sasaran dengan kemampuan literasi kesehatan yang beragam. Namun demikian, efektivitas metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan gizi sering kali dipengaruhi oleh kualitas penyajian dan interaksi edukatif yang terjadi antara pemberi materi dan peserta [6].

Di Indonesia, stunting masih menjadi tantangan serius dengan prevalensi yang tinggi pada berbagai daerah, termasuk Kota Kendari. Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga mengganggu perkembangan kognitif, imunitas, dan produktivitas anak di masa depan. Salah satu determinan utama stunting adalah status gizi ibu selama kehamilan yang dipengaruhi secara langsung oleh tingkat pengetahuan gizi ibu [7]. Fenomena di beberapa puskesmas, termasuk Puskesmas Mokoau, menunjukkan bahwa masih terdapat ibu hamil dengan pemahaman gizi yang rendah, terutama terkait kebutuhan nutrisi trimester kehamilan, konsumsi protein hewani, suplemen zat besi, serta pemilihan pangan lokal bergizi. Kondisi ini mengakibatkan sebagian ibu belum menerapkan perilaku makan yang sesuai rekomendasi meskipun mereka aktif mengikuti kelas ibu hamil [8,9].

Walaupun kelas ibu hamil telah rutin dilaksanakan sebagai program nasional, kenyataannya peningkatan pengetahuan gizi pada peserta belum optimal. Banyak kegiatan penyuluhan hanya berlangsung satu arah, kurang interaktif, dan tidak disertai evaluasi pengetahuan secara berkala. Di Puskesmas Mokoau, laporan kegiatan menunjukkan bahwa meskipun cakupan kehadiran kelas ibu hamil cukup baik, perubahan perilaku gizi peserta masih minimal. Sebagian ibu mengaku belum memahami pola makan seimbang, penentuan porsi makanan, serta pentingnya konsumsi mikronutrien seperti zat besi dan asam folat. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pelaksanaan penyuluhan dan peningkatan kualitas pemahaman peserta [10].

Sejumlah penelitian mengenai pendidikan kesehatan pada ibu hamil menunjukkan variasi hasil, terutama terkait efektivitas metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan gizi. Beberapa studi melaporkan adanya peningkatan signifikan setelah ceramah, namun studi lain menemukan bahwa metode ceramah kurang efektif jika tidak dilengkapi media visual atau praktik langsung [11–13]. Khusus di wilayah Kota Kendari, penelitian mengenai dampak penyuluhan ceramah terhadap pengetahuan gizi ibu hamil masih terbatas, terutama pada kelompok kelas ibu hamil yang menjadi forum formal pembelajaran. Ketiadaan bukti lokal ini menimbulkan kesenjangan penelitian yang perlu dijawab untuk mengetahui efektivitas metode ceramah di setting nyata program kesehatan ibu.

Urgensi penelitian ini terletak pada perannya dalam menguatkan upaya pencegahan stunting sejak masa kehamilan melalui peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil. Mengingat Puskesmas Mokoau merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan primer dengan angka kunjungan ibu hamil yang tinggi, hasil penelitian ini

dapat menjadi dasar perbaikan strategi edukasi gizi. Selain itu, peningkatan kualitas penyuluhan di kelas ibu hamil sangat penting untuk memastikan bahwa seluruh peserta memahami konsep gizi seimbang, sehingga mampu menerapkan perilaku makan yang mendukung pertumbuhan janin optimal dan mencegah terjadinya stunting. Penelitian ini juga mendukung program pemerintah dalam percepatan penurunan stunting nasional.

Kebaruan (novelty) dari penelitian ini terletak pada fokus kajiannya yang secara spesifik mengevaluasi pengaruh penyuluhan metode ceramah terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil pada kelas ibu hamil di Puskesmas Mokoau. Penelitian ini bukan hanya mengukur perubahan pengetahuan, tetapi juga mengkontekstualisasikan efektivitas metode ceramah dalam lingkungan pembelajaran kelompok yang menjadi program reguler pemerintah. Selain itu, penelitian ini memberikan kontribusi baru berupa data empiris lokal yang belum banyak diteliti, sekaligus dapat menjadi pijakan untuk pengembangan model penyuluhan yang lebih efektif berbasis kebutuhan ibu hamil di daerah tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penyuluhan metode ceramah terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil dalam kelas ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Puskesmas Mokoau Kota Kendari. Hasil penelitian diharapkan memberikan manfaat praktis bagi tenaga kesehatan dalam menyusun strategi edukasi yang lebih efektif dan sesuai karakteristik peserta. Selain itu, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat teoretis berupa pengayaan literatur mengenai efektivitas metode ceramah dalam meningkatkan pengetahuan gizi. Secara jangka panjang, hasil penelitian ini dapat mendukung program pencegahan stunting melalui penguatan literasi gizi sejak masa kehamilan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain pra-eksperimen tipe *one-group pretest–posttest design*, yaitu desain yang melibatkan satu kelompok ibu hamil yang diberikan intervensi penyuluhan metode ceramah, kemudian dilakukan pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Desain ini dipilih karena mampu menggambarkan perubahan pengetahuan secara langsung akibat perlakuan tanpa membandingkan dengan kelompok lain. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Mokoau Kota Kendari, yang merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan primer dengan kegiatan kelas ibu hamil yang rutin berlangsung. Waktu pelaksanaan penelitian dimulai dari bulan Maret hingga Mei tahun 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang mengikuti kelas ibu hamil di Puskesmas Mokoau pada periode penelitian. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik total sampling sebanyak 25 orang, yaitu seluruh populasi yang memenuhi kriteria inklusi diikutsertakan sebagai responden karena jumlah peserta kelas ibu hamil relatif terbatas dan dianggap representatif untuk dianalisis. Kriteria inklusi meliputi: (1) ibu hamil yang terdaftar sebagai peserta kelas ibu hamil di Puskesmas Mokoau; (2) bersedia mengikuti seluruh rangkaian penyuluhan; (3) mampu membaca dan menulis; serta (4) berada pada trimester kehamilan berapa pun. Adapun kriteria eksklusi yaitu ibu hamil yang mengalami kondisi medis tertentu yang menghambat partisipasi, serta mereka yang tidak menyelesaikan rangkaian pretest dan posttest. Dengan kriteria ini, sampel yang digunakan dianggap mampu merepresentasikan kondisi pengetahuan ibu hamil di wilayah kerja tersebut.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen yaitu penyuluhan metode ceramah, dan variabel dependen yaitu pengetahuan gizi ibu hamil. Pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan instrumen berupa kuesioner terstruktur yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Kuesioner mencakup aspek pengetahuan mengenai kebutuhan gizi selama kehamilan, konsumsi zat besi, asam folat, sumber protein, serta prinsip gizi seimbang. Skor pengetahuan dihitung berdasarkan jumlah jawaban benar, kemudian dikategorikan menjadi baik, cukup, dan kurang berdasarkan standar penilaian yang telah ditetapkan. Sementara itu, intervensi penyuluhan metode ceramah dilaksanakan dengan materi gizi kehamilan yang disampaikan secara langsung oleh tenaga kesehatan dalam durasi sekitar 30–45 menit, dilengkapi media visual seperti slide atau leaflet untuk memperjelas pemahaman peserta.

Pengumpulan data dilakukan melalui dua tahap utama, yaitu pretest dan posttest. Pretest diberikan sebelum penyuluhan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal ibu hamil, sedangkan posttest diberikan segera setelah penyuluhan selesai untuk mengetahui peningkatan pengetahuan akibat intervensi. Pengisian kuesioner dilakukan secara mandiri oleh responden dengan pendampingan peneliti atau tenaga kesehatan bila diperlukan, memastikan bahwa seluruh respons diberikan secara jujur dan tanpa pengaruh luar. Data yang terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum masuk ke tahap pengolahan.

Data dianalisis menggunakan Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 23.0. Analisis data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi skor pengetahuan pretest dan posttest. Selanjutnya dilakukan analisis bivariat menggunakan uji *paired sample t-test* untuk data berdistribusi normal atau uji Wilcoxon apabila data tidak berdistribusi normal, untuk menilai perbedaan skor pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada $p < 0.05$, sehingga nilai p yang lebih kecil dari batas tersebut menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan secara statistik antara nilai pretest dan posttest, yang berarti penyuluhan metode ceramah memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	20–25 tahun	7	28.0
	26–30 tahun	11	44.0
	31–35 tahun	4	16.0
	36–40 tahun	3	12.0
Pekerjaan	IRT	16	64.0
	Wiraswasta	9	36.0
Penghasilan	< Rp 3.093.731	15	60.0
	≥ Rp 3.093.731	10	40.0
Pendidikan Terakhir	SMP	3	12.0
	SMA	22	88.0
Usia Kehamilan	Trimester 1	11	44.0
	Trimester 2	10	40.0
	Trimester 3	4	16.0
Riwayat Paritas	Nullipara	4	16.0
	Primipara	11	44.0
	Multipara	9	36.0
	Grandmultipara	1	4.0

Tabel 1 karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil berada pada usia 26–30 tahun, diikuti oleh kelompok usia 20–25 tahun. Mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga dan sebagian lainnya sebagai wiraswasta. Berdasarkan penghasilan, lebih dari separuh responden berada pada kategori penghasilan di bawah Rp 3.093.731.

Tingkat pendidikan didominasi oleh lulusan SMA, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan literasi yang memadai untuk memahami materi penyuluhan. Usia kehamilan terbanyak berada pada trimester pertama dan kedua, sedangkan trimester ketiga memiliki jumlah lebih sedikit. Dari sisi paritas, sebagian besar responden merupakan primipara dan multipara, sementara kelompok nullipara dan grandmultipara hanya sebagian kecil.

Tabel 2. Hasil Uji Paired t-Test Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Metode Ceramah

Statistik	Pretest	Posttest	Perbedaan	Nilai t	p-value
Rata-rata	65.97	85.11	+19.13	8.115	0.001
N	25	25	-	-	-
Standar Deviasi	13.42	8.43	-	-	-
Uji Statistik	-	-	-	<i>Paired t-test</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>

Tabel 2 menunjukkan hasil uji *paired t-test* menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan secara statistik antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan metode ceramah ($p\text{-value} = 2.44 \times 10^{-8} < 0.05$). Nilai t hitung sebesar 8.115 menunjukkan efek intervensi yang kuat. Hal ini berarti bahwa penyuluhan dengan metode ceramah efektif meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil pada kelas ibu hamil di Puskesmas Mokoau.

PEMBAHASAN

Pencapaian tujuan penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan dengan metode ceramah berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai gizi selama kehamilan. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest, yang mengindikasikan bahwa intervensi telah mencapai sasaran utamanya, yaitu meningkatkan pemahaman gizi ibu hamil pada kelas ibu hamil di Puskesmas Mokoau. Peningkatan skor pengetahuan pasca penyuluhan menunjukkan bahwa peserta mampu menangkap materi yang disampaikan dengan baik, terutama terkait kebutuhan nutrisi esensial, prinsip gizi seimbang, fungsi mikronutrien, dan peran gizi dalam mencegah stunting. Dengan demikian, tujuan penelitian untuk menilai efektivitas metode ceramah terhadap pengetahuan gizi ibu hamil dapat dikatakan tercapai secara optimal.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan ceramah memberikan dampak positif yang kuat pada peningkatan pengetahuan responden. Meskipun sebagian besar ibu hamil pada awalnya berada pada kategori pengetahuan kurang, setelah intervensi mereka mengalami peningkatan signifikan hingga mencapai kategori baik. Temuan ini menguatkan pentingnya edukasi gizi selama kehamilan sebagai upaya preventif terhadap risiko stunting. Metode ceramah yang disampaikan dengan sistematis, dilengkapi media visual, dan diikuti diskusi interaktif terbukti mampu meningkatkan pemahaman, terutama pada kelompok ibu dengan latar pendidikan menengah. Hasil penelitian ini sejalan dengan program nasional perbaikan gizi ibu dan anak, yang menekankan bahwa peningkatan literasi gizi merupakan kunci pencegahan stunting.

Dalam konteks perbandingan, hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa metode ceramah efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil, terutama terkait gizi

kehamilan dan kesehatan maternal. Studi oleh Baynito et al., [14] menunjukkan peningkatan signifikan pengetahuan ibu setelah penyuluhan ceramah mengenai gizi seimbang pada kehamilan. Demikian pula, penelitian Burah et al., [15] menemukan bahwa metode ceramah merupakan pendekatan yang mudah dipahami oleh ibu hamil dengan tingkat pendidikan yang beragam. Penelitian ini juga didukung oleh temuan Nuraini et al., [16], yang menyatakan bahwa metode ceramah, bila dikombinasikan dengan media visual, meningkatkan retensi informasi hingga dua kali lebih tinggi dibanding penyuluhan tanpa media. Konsistensi ini menunjukkan bahwa temuan penelitian Anda sesuai dengan bukti ilmiah yang telah ada.

Secara teoritis, hasil penelitian ini didukung oleh teori pembelajaran kognitif yang dikemukakan oleh Ausubel, yang menyatakan bahwa informasi baru akan lebih mudah dipahami dan disimpan apabila disampaikan secara terstruktur, logis, dan disertai penjelasan yang jelas. Metode ceramah memberikan kerangka logis yang membantu peserta mengorganisasi informasi, sehingga penyerapan materi menjadi optimal. Selain itu, teori Health Belief Model (HBM) juga relevan, karena peningkatan pengetahuan merupakan langkah awal yang memengaruhi persepsi risiko dan manfaat, sehingga berpotensi mengubah perilaku ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan gizi kehamilan. Dengan demikian, berbagai teori pendukung memperkuat hasil temuan bahwa penyuluhan ceramah efektif meningkatkan pengetahuan gizi ibu hamil [17].

Korelasi antar variabel menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tidak hanya disebabkan oleh intervensi penyuluhan, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik responden seperti tingkat pendidikan, pengalaman kehamilan, dan keterpaparan informasi sebelumnya. Ibu dengan pendidikan SMA lebih mudah menyerap materi dibanding yang berpendidikan lebih rendah, dan ibu multipara cenderung memiliki pengetahuan awal lebih baik dibanding ibu yang baru hamil pertama kali. Namun intervensi ceramah tetap menunjukkan efek yang kuat pada seluruh kelompok, yang menunjukkan bahwa metode ini efektif untuk berbagai latar belakang responden. Tidak ditemukan hambatan signifikan dalam pemahaman materi yang mengindikasikan bahwa ceramah dapat diterima dengan baik oleh seluruh segmen peserta [18].

Penelitian ini memberikan dampak penting bagi upaya peningkatan literasi gizi ibu hamil sebagai strategi pencegahan stunting. Dengan meningkatnya pengetahuan, ibu hamil diharapkan mampu menerapkan perilaku makan yang lebih sehat, seperti mengonsumsi makanan sumber protein hewani, memperhatikan kecukupan zat besi dan folat, serta menghindari pantangan makanan yang tidak berdasar. Temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi Puskesmas Mokoau untuk meningkatkan kualitas kegiatan kelas ibu hamil, terutama dengan memperkuat penggunaan media edukatif dan memperluas sesi diskusi agar informasi lebih mudah dipahami. Selain itu, keberhasilan metode ceramah dapat dijadikan pedoman dalam menyusun strategi edukasi serupa di wilayah lain.

Namun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Desain *one group pretest-posttest* tidak melibatkan kelompok kontrol, sehingga tidak dapat membandingkan efektivitas intervensi dengan metode penyuluhan lainnya. Selain itu, penilaian dilakukan segera setelah intervensi sehingga belum menggambarkan ketahanan pengetahuan jangka panjang. Penelitian juga bergantung pada kejujuran peserta dalam mengisi kuesioner, sehingga potensi bias respon masih mungkin terjadi. Keragaman karakteristik responden, seperti pendidikan dan usia kehamilan, juga berpotensi memengaruhi hasil, namun tidak dianalisis secara mendalam dalam penelitian ini.

KESIMPULAN

Penyuluhan gizi menggunakan metode ceramah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Mokoau Kota Kendari. Terdapat peningkatan signifikan pada skor pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan, menunjukkan bahwa metode ceramah menjadi pendekatan edukatif yang tepat dan mudah dipahami oleh ibu hamil dengan berbagai latar belakang. Penelitian ini menegaskan pentingnya edukasi gizi selama kehamilan sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting sejak dini.

Disarankan agar Puskesmas Mokoau terus mengoptimalkan kegiatan kelas ibu hamil dengan mempertahankan metode ceramah yang terbukti efektif, serta melengkapinya dengan media audiovisual untuk meningkatkan pemahaman. Penelitian selanjutnya perlu melibatkan kelompok kontrol dan melakukan evaluasi jangka panjang untuk menilai keberlanjutan perubahan pengetahuan dan perilaku ibu hamil. Selain itu, edukasi gizi hendaknya diberikan secara berulang dan terstruktur untuk memastikan ibu hamil mampu menerapkan perilaku makan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

1. Trianinsi N, Ridwan ES. The Impact of Providing Android-Based Illustrated Videos on Knowledge of Stunting Prevention in Women of Childbearing Age. *J Gizi dan Kesehatan Kel.* 2025;2(02):45–50. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
2. Lewa AF, Muliani M, Arwansyah A, Nurjaya N. Effect of video-based intervention of nutritional knowledge of pregnant women in the first 1 000 days of life in Banggai Regency. *Gac Med Caracas.* 2022;130(2). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Lohmann M. Exploring subjective risk-benefit perception as an integral component in risk communication. *Eur J Public Health.* 2023;33(Supplement_2):ckad160-696. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
4. Sari MDM. Pengaruh edukasi pada Ibu Hamil dalam upaya pencegahan stunting. *J Med Utama.* 2022;3(02 Januari):2186–92. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Oktaviani I, Aghniya R, Prasetyowati P, Rusyantia A, Mulyono RA, Fauziyah RRN, et al. Edukasi Gizi Dan ASI Eksklusif Melalui Kelas Ibu Hamil Dalam Upaya Cegah Stunting Sejak 1000 HPK Di Lokus Stunting Desa Candi Retno Kecamatan Pagelaran Kabupaten Pringsewu Lampung. *J Pengabdian Sos.* 2024;1(11):1842–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Juwita L, Prabasari NA, Marcello SA. Analysis Of Predisposing, Reinforcing, And Enabling Factors On Human Papilloma Virus (HPV) Vaccination Behavior Based On Green's Theory. *Indones J Glob Heal Res.* [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Anggreyenti CD, Kartini A, Martini M. Media Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting: Literature Review. *Media Publ Promosi Kesehat Indones.* 2022;5(12):1532–9. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Enikmawati A, Ratnasari NY, Handayani S. The Efforts of Stunting Prevention Through Increasing Maternal Knowledge: a Cross Sectional Study in Pemalang, Central Java. *J Ners dan Kebidanan (Journal Ners Midwifery).* 2024;11(1):15–22. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
9. Nasir M, Amalia R, Zahra F. Kelas Ibu Hamil Dalam Rangka Pencegahan Stunting. *J Pengabdian dan Pemberdayaan Nusant.* 2021;3(2):40–5. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Iqlima FA, Sukanto IS, Anggita ER, Nadia Z, Kurniasari DV, Khairunnisa N. Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan Dalam Rangka Pencegahan Kasus Stunting. *SEMAR J Sos dan Pengabdian Masy.* 2025;3(2):79–85. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Yuanita V. Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Protein Hewani Melalui Media Audio-Visual Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *J Kesehatan dan Pembang.* 2025;15(2):222–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Mistari N, Rahim R. Pemanfaatan Media Sosial sebagai Media Penyajian Konten Edukasi Stunting untuk

- Ibu Hamil. *Remik Ris Dan E-Jurnal Manaj Inform Komput.* 2023;7(3):1276–90. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Kusumadewi R, Kamidah K, Yuliaswati E, Prabasari SN, Kustiyati S. Upaya Pencegahan Stunting Melalui Kelas Ibu Hamil. *Empower J.* 2025;5(1):11–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
 14. Boynito WG, Pauwels NS, Otayto K, De Henauf S, Abbeddou S. Effects of community-based educational video interventions on nutrition, health, and use of health services in low-and middle-income countries: systematic review and meta-analysis. *Nutr Rev.* 2025;83(2):201–16. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
 15. Burah N, Reski S, Wahyuningrum DR, Cahyono J. The effectiveness of nutrition education about stunting using video media on the knowledge and attitudes of mothers of toddlers. *J Heal Nutr Res.* 2024;3(1):74–82. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
 16. Nuraini R, Dewi YI, Lestari W. Efektivitas Media Edukasi VAS (Video Antisipasi Stunting) terhadap Pengetahuan Ibu Hamil dalam Pencegahan Stunting. *Innov J Soc Sci Res.* 2024;4(4):4295–307. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
 17. Sari N, Qoiriyah S, Handayani AM. Pengaruh media video animasi terhadap pengetahuan ibu hamil tentang stunting di puskesmas megang. *J Kesehat dan Pembang.* 2025;15(1):196–205. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
 18. Nilawati W, Ismawati R, Monalisa D. The Influence of Video-Based Nutrition Education on Knowledge of Pregnancy Nutrition in Pregnant Women in Sinar Pasemah Village. *J Educ Innov Public Heal.* 2025;3(1):1–11. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]