

***MOM IS HERO: PRENATAL-POSTNATAL CALENDAR SEBAGAI UPAYA
PENCEGAHAN STUNTING DENGAN PENDEKATAN
THEORY OF PLANNED BEHAVIOR***

Bella Safitri^{1}, Regina Oktavia¹, Khairunnisa¹, Devi Sarah¹, Noval¹, Melviani²*
Program Studi S1 Farmasi, Universitas Sari Mulia, Kota Banjarmasin, Kalimantan
Selatan, Indonesia¹

Program Studi Pendidikan Apoteker, Universitas Sari Mulia, Kota Banjarmasin,
Kalimantan Selatan, Indonesia²

Email¹: Bellabella01011@gmail.com

ABSTRAK

Stunting merupakan permasalahan yang telah menjadi perhatian nasional di Indonesia. Stunting bukan hanya dapat menurunkan kualitas sumber daya manusia (SDM) di Indonesia tetapi juga dapat mengancam kemampuan daya saing bangsa (Simamora, 2021). Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) menunjukkan prevalensi angka stunting nasional tahun 2021 adalah 24,4% (kemenkes, 2022). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kalender “*Mom is Hero*” terhadap perilaku ibu hamil dan ibu menyusui di Posyandu wilayah Puskesmas Pekauman dalam upaya pencegahan stunting, Metode penelitian menggunakan metode *pre eksperimental* dengan *One Group pretest-posttest design*. Kemudian data dianalisis menggunakan Uji *Pair t-test*. Pada penelitian ini didapatkan hasil signifikansi *t* dari variabel sikap, norma subjektif, dan kontrol perilaku persepsi adalah 0,000. Kesimpulan dari penelitian ini adalah edukasi dengan media kalender “*Mom is Hero*” berpengaruh terhadap perilaku Ibu Hamil dan Ibu Menyusui di Posyandu wilayah Puskesmas Pekauman.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Ibu Menyusui, Kalender

ABSTRACT

Stunting is a problem that has become a national concern in Indonesia. Stunting can not only reduce the quality of human resource (HR) in Indonesia but also can threaten the nation's competitiveness (Simamora, 2021). Based on Basic Health Research Data the national stunting prevalence rate in 2021 is 24.4% (Kemenkes, 2022). The aim of this research is to describe the behavior of pregnant women and breastfeeding mothers towards “Mom is Hero” calendar. The research method uses a pre-experimental method with a One Group pretest-posttest design. Then the data was analyzed using the Pair t-test. In this study the t significance result for the variables of attitude, subjective norms and perceived behavioral control were 0.000. The conclusion of this study is that education using the 'Mom is Hero' calendar media has an effect on the behavior of pregnant and breastfeeding mothers at the Posyandu in the Pekauman Health Center area.

Keywords: Pregnant Woman, Breastfeeding Mother, Calendar

PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan yang telah menjadi perhatian nasional di Indonesia. Stunting bukan hanya dapat menurunkan kualitas sumber daya manusia (SDM) di Indonesia, tetapi juga dapat mengancam kemampuan daya saing bangsa (1). Menurut data yang dikumpulkan oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017 terdapat sekitar 22,2% atau 150,8 juta balita di dunia mengalami stunting dan 55% dari balita tersebut berasal dari Asia dan 39% dari Afrika. Indonesia termasuk ke dalam urutan tertinggi ketiga dengan prevalensi paling tinggi di regional Asia Tenggara atau *South-East Asia Regional* (SEAR). Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) menunjukkan prevalensi angka stunting nasional tahun 2021 adalah 24,4%.

Berbagai upaya telah dilakukan pemerintah untuk mengatasi permasalahan stunting. Namun, prevalensi stunting di Indonesia belum mengalami penurunan yang signifikan (2). Hal ini dapat

disebabkan karena kurangnya kesadaran mengenai stunting oleh wanita masa *prenatal* dan *postnatal*.

Menurut William Sallebach periode prenatal merupakan masa kritis bagi perkembangan bayi. Baik secara fisik, emosi dan mental. Pada masa ini terbentuk kedekatan antara bayi dan orang tua yang akan berdampak panjang terutama berkaitan dengan kemampuan dan kecerdasan bayi di dalam kandungan (3). Oleh karena itu perlu dilakukan edukasi kepada wanita masa *prenatal* (Ibu Hamil) dan wanita masa *postnatal* (Ibu Menyusui).

Media edukasi adalah suatu benda yang dapat menyalurkan pesan dan merangsang pikiran, perasaan dan kemauan seseorang sehingga dapat menambah ilmu pengetahuan (4). Salah satu bentuk media edukasi adalah kalender. *Mom is Hero* merupakan sebuah media edukasi berbentuk kalender untuk memberikan informasi kepada Ibu Hamil dan Ibu Menyusui sebagai upaya pencegahan Stunting di Indonesia melalui pendekatan *Theory of Planned Behavior*.

Theory of Planned Behavior (TPB) adalah teori yang menjelaskan tentang intensi yaitu seberapa keras individu mencoba dan seberapa besar usaha yang dikorbankan dalam melakukan sesuatu (5).

Adapun tujuan dilakukannya riset ini adalah untuk mengetahui pengaruh media kalender “*Mom is Hero*” terhadap perilaku Ibu Hamil dan Ibu Menyusui di Posyandu wilayah Puskesmas Pekauman.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Jenis dan rancangan pada penelitian ini menggunakan metode penelitian *pre eksperimental* dengan *One Group pretest-posttest design*. Jenis penelitian ini adalah melakukan pretest mengintervensi kemudian melakukan posttest pada subjek penelitian (6).

Variable Penelitian

Variabel pada penelitian ini adalah perilaku ibu hamil dan ibu menyusui terhadap pencegahan stunting dengan pendekatan *Theory of Planned Behavior* (TPB) yang terdiri dari sikap, norma subjektif dan kontrol perilaku.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner sebagai instrumen. Instrumen disusun dari berbagai teori dan diambil dari penelitian sebelumnya (7). Kuesioner terdiri dari 15 pertanyaan dengan menggunakan skala *guttman*. Pertanyaan yang disampaikan dalam kuesioner adalah pertanyaan mengenai kepatuhan ibu hamil dan menyusui dalam mengonsumsi vitamin yang diberikan oleh Dokter atau Bidan di Fasilitas Kesehatan. Kemudian kuesioner juga berisi pertanyaan tentang pola hidup dan pola konsumsi ibu selama kehamilan dan menyusui. Nilai untuk item *favorable question* adalah Setuju = 1 dan Tidak setuju = 0. Kemudian pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria-kriteria tertentu (6). Adapun kriteria responden pada riset ini dibagi menjadi dua yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

Kriteria inklusi dan eksklusi pada riset ini adalah sebagai berikut:

- a. Kriteria Inklusi
 - 1) Responden bersedia untuk mengisi kuesioner.
 - 2) Responden merupakan ibu hamil dan ibu menyusui.
- b. Kriteria eksklusi
 - 1) Responden yang tidak selesai mengikuti rangkaian kegiatan.
 - 2) Responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner. Beberapa tahap dalam menghitung data adalah sebagai berikut:

- a. Karakteristik Responden yaitu inisial, usia, jenis kelamin, pekerjaan.
- b. Data yang telah dikumpulkan dari kuesioner perilaku tersebut dikategorikan setuju atau tidak setuju. Skor dari kuesioner atau pertanyaan yang dijawab oleh responden akan dihitung dengan rumus berikut:

$$\text{Skor} = \frac{\text{Jumlah jawaban kuesioner}}{\text{Jumlah pertanyaan}} \times 100\%$$

Memberi skor pada masing-

masing pertanyaan yang ada dalam kuesioner dengan kriteria:

- a. Jika jawaban pertanyaan setuju: skor 1
- b. Jika jawaban pertanyaan tidak setuju: skor 0

Menurut Sugiyono (2016) dalam Fashli (2020) ada beberapa perilaku yang dibagi dalam 3 kategori, yaitu :

- a. Perilaku baik: 76%-100%
- b. Perilaku cukup: 60%-75%
- c. Perilaku kurang: <60%

Kemudian dilakukan analisis data menggunakan SPSS. Apabila data terdistribusi normal, maka uji yang digunakan adalah *pair t-test*. Uji ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan antara rata-rata nilai sebelum dilakukan edukasi (*pretest*) dan sesudah edukasi (*posttest*). Namun, apabila data tidak terdistribusi normal maka uji yang digunakan adalah *Wilcoxon signes rank test* dengan tingkat signifikansi sebesar 5% sehingga bisa dikatakan ada perbedaan yang bermakna secara statistik apabila nilai signifikansi atau p nya adalah 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pengembangan Media Edukasi Kalender Kesehatan Ibu Hamil dan Ibu Menyusui

Media edukasi yang dikembangkan adalah media cetak berupa kalender yang berisi informasi mengenai makanan, minuman, vitamin, serta aktifitas yang dapat

dilakukan oleh Ibu Hamil dan Ibu Menyusui sebagai upaya pencegahan stunting pada anak. Substansi edukasi kehamilan dan menyusui disesuaikan dengan materi yang ada di dalam buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) (8). Materi berdasarkan halaman yang meliputi yang ada pada kalender sebagai berikut:

Lembar pertama : Cover “Mom is Hero: Prenatal-Postnatal Calendar 2024”.

Lembar kedua : Berisi pengertian stunting serta tanda dan gejala stunting.

Lembar ketiga : Berisi tentang cara mencegah stunting pada anak.

Lembar Keempat: Berisi tentang Manfaat Asam Folat serta daftar buah dan sayur yang mengandung Asam Folat.

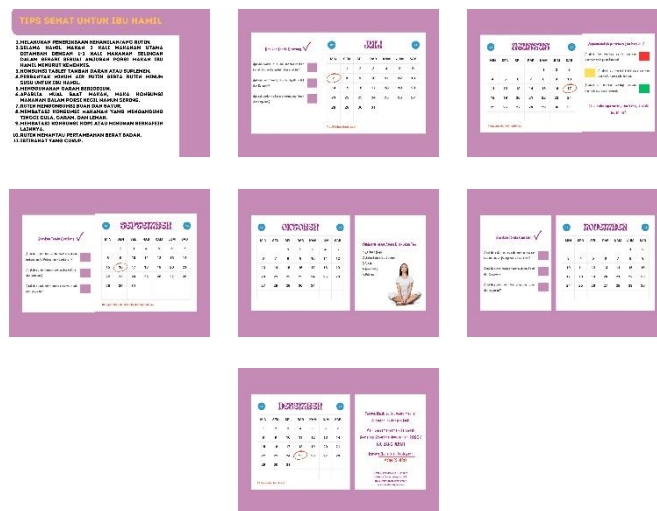
Lembar Kelima : Berisi tentang Manfaat Kalsium serta daftar makanan dan minuman yang mengandung kalsium.

Lembar Keenam : Berisi informasi mengenai makanan yang direkomendasikan selama kehamilan serta cara pengolahan makanan.

Lembar ketujuh : Berisi tips sehat untuk ibu hamil dan ibu menyusui.

Lembar ke-8 hingga ke-13 : Berisi Kalender Bulan Juli hingga Bulan Desember.





Gambar 1. Kalender “Mom is Hero”

b. Distribusi Data Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Data Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Persentasi (%)	Keterangan
Usia		Dari 42 sampel yang menjadi responden, responden yang berusia kurang dari 20 tahun sebanyak 1 (2.4%) orang, responden yang berusia 20 sampai 25 taun sebanyak 10 (23.8%) orang, responden yang berusia 25 sampai 30 sebanyak 11 (26.2%) orang dan responden yang berusia lebih dari 30 tahun sebanyak 20 (47.6%) orang.
<20	2.4	
20-25	23.8	
25-30	26.2	
>30	4.6	
Pekerjaan		Mayoritas responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (Lainnya), sedangkan 3 responden bekerja sebagai Karyawan.
Karyawan	3	
Wirasaha	0	
PNS	0	
Pelajar/Mahasiswa	0	
Ibu Rumah Tangga	39	

c. Perbandingan Jawaban Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 2. Perbandingan Jawaban Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi

Variabel	Pretest Mean \pm SD	Posttest Mean \pm SD	T Value
Sikap (Attitude)			
Setuju	35 \pm 83.3	40 \pm 5.2	0.000
Tidak Setuju	7 \pm 16.7	2 \pm 4.8	
Norma Subjektif (Subjective Norms)			
Setuju	41 \pm 97.6	42 \pm 100	0.000
Tidak Setuju	1 \pm 2.4	0 \pm 0	
Kontrol Perilaku Persepsi (Percieved Behavior Control)			
Setuju	40 \pm 95.2	42 \pm 100	0.000
Tidak Setuju	2 \pm 4.8	0 \pm 0	

Theory of Planned Behavior merupakan teori yang cukup kuat dan sederhana dalam memprediksi atau menjelaskan perilaku. Menurut Bosnjak (9) faktor sentral dari perilaku individu adalah dipengaruhi oleh niat individu terhadap perilaku tertentu. Pada penelitian ini, variabel yang digunakan ada tiga yaitu Sikap (*Attitude*), Norma Subjektif (*Subjective Norms*), dan Kontrol Perilaku Persepsi (*Percieved Behavior Control*). Pada masing-masing variabel, terdapat 15 pertanyaan yang diajukan kepada responden. Kuesioner yang sama diajukan sebanyak 2 kali yaitu pada *pretest* dan *posttest*.

Berdasarkan data dari tabel dapat dilihat pada saat *pretest* sebanyak 35 (83.3) responden menjawab setuju pada variabel sikap. Sementara pada saat *posttest* jumlah responden yang menjawab setuju meningkat menjadi sebanyak 40 (95.2) responden. Sikap merupakan kepercayaan positif ataupun negatif dalam suatu perilaku individu. Seperti halnya seseorang akan cenderung melakukan suatu hal jika itu sesuatu yang ia percayai atau hal yang ia sukai.

Kemudian, pada variabel Norma Subjektif (*Subjective Norms*) sebanyak 41 (97.6) responden menjawab setuju pada saat *pretest*. Sedangkan pada saat *posttest* nilai

setuju meningkat menjadi 42 (100) responden. Hal ini senada dengan penelitian Rosita (2021) yang menyatakan bahwa norma subjektif berpengaruh terhadap minat perilaku (10).

Pada variabel terakhir yaitu Kontrol Perilaku Persepsi (*Perceived behavior control*) didapatkan hasil sebanyak 40 (95.2) responden menjawab setuju pada saat pretest dan sebanyak 42 (100) responden menjawab setuju pada saat posttest. Kontrol perilaku persepsi merupakan persepsi masyarakat tentang kemampuan dalam mengontrol diri terhadap perilaku tertentu yang akan dilakukan. Kemampuan ini mengungkap dua hal yaitu faktor kontrol dan kekuatan pengaruh faktor kontrol (11).

Setelah semua data didapatkan, maka dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *pair t-test*. Uji ini digunakan untuk melihat pengaruh satu variabel penjelas (independen) secara individual dalam menerangkan variasi variabel dependen. Pada penelitian ini didapatkan hasil signifikansi t dari variabel sikap

norma subjektif, dan kontrol perilaku persepsi adalah 0.000. Menurut Karima (12) taraf uji penelitian adalah $\alpha=0,05$. Apabila nilai $\text{sig } t < \alpha$ maka terdapat pengaruh. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi menggunakan media kalender *Mom is Hero* memberikan pengaruh terhadap perilaku Ibu Hamil dan Ibu Menyusui di Posyandu wilayah Puskesmas Pekauman. Sehingga dengan adanya pengaruh tersebut dapat menjadi pertimbangan kebijakan-kebijakan atau metode untuk meningkatkan upaya pencegahan stunting di Indonesia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji *pair t-test* didapatkan nilai $\text{sig } t$ sebesar 0.000 yang berarti terdapat pengaruh pada pemberian media edukasi kalender *Mom is Hero* terhadap perilaku Ibu Hamil dan Ibu Menyusui dalam upaya pencegahan stunting di Posyandu wilayah Puskesmas Pekauman, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada masyarakat

khususnya Ibu Hamil dan Ibu Menyusui di Posyandu wilayah Puskesmas Pekauman, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan yang sudah bersedia menjadi responden untuk penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Putri FIA, Sulhaliza AP, Purwati Y, Fakhriyah F, Ismaya EA. Meningkatkan Minat Belajar Siswa Sekolah Dasar Pada Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani. *J Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*. 2023 Aug 25;12(8):2237–46.
2. Anggraini IA, Utami WD, Rahma SB. Analisis Minat Dan Bakat Peserta Didik Terhadap Pembelajaran [Internet]. Vol. 7, *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*. 2020. Available From: [Http://Ejournal.Radenintan.Ac.Id/Index.Php/Terampil/Index](http://Ejournal.Radenintan.Ac.Id/Index.Php/Terampil/Index)
3. Habibie IY, Imanti AN, Dyanti GP, Aprilia RI. Narrative Literature Review: Media Edukasi Kalender Berpengaruh Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Perubahan Perilaku Mengenai Stunting Di Indonesia. *J Nutr Coll* [Internet]. 2023 Jul 24;12(3):207–14. Available From: [Http://Ejournal3.Undip.Ac.Id/Index.Php/Inc/](http://Ejournal3.Undip.Ac.Id/Index.Php/Inc/)
4. Fitriana A. Peningkatan Pengetahuan Melalui Edukasi Pada Ibu Hamil Tentang Pentingnya Suplemen Zat Besi Dan Asam Folat Di Desa Dapur Kejambon Kabupaten Jombang. *J Abdi Med* [Internet]. 2023 May [Cited 2025 Aug 1];3(1):17–23. Available From: [Https://Www.Researchgate.Net/Publication/372384398_Peningkatan_Pengetahuan_Melalui_Edukasi_Pada_Ibu_Hamil_Tentang_Pentingnya_Suplemen_Zat_Besi_Dan_Asam_Folat_Di_Desa_Dapur_Kejambon_Kabupaten_Jombang](https://Www.Researchgate.Net/Publication/372384398_Peningkatan_Pengetahuan_Melalui_Edukasi_Pada_Ibu_Hamil_Tentang_Pentingnya_Suplemen_Zat_Besi_Dan_Asam_Folat_Di_Desa_Dapur_Kejambon_Kabupaten_Jombang)
5. Kastari S, Susilawati S, Iswono I. Relationship Of Knowledge On Community Behavior In Eradication Of Aedes Aegypti Mosquito Nests In The Work Area Of Pal. 3 Puskesmas Pontianak. *J Kesehat Lingkung J Dan Apl Tek Kesehat Lingkung*. 2022 Jul 31;19(2):191–202.
6. Jasmin M, Risnawati Mk, Rahma Sari Siregar Mk, St Mutiatu Rahmah Ms, Wahidah Rohmawati Mk, Lilis Handayani Mk, Et Al. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jawa Tengah: Eura Media Aksara; 2023.
7. Sastafiana FD, Saputri ME, Mufidah LLN. Klasifikasi Dan Penggunaan Media Pembelajaran: Analisis Dan Implementasi Dalam Proses Pembelajaran. *Elem J*. 2024 Oct;2(2):20–9.
8. Kementerian Kesehatan Indonesia. UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 17 TAHUN 2023 TENTANG

- KESEHATAN. 2023.
9. Dewa NS, Kaunang WPJ, Sekeon SAS. Hubungan Antara Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan Dengan Perilaku Pencegahan Covid-19 Pada Masyarakat Kelurahan Wulauan Kecamatan Tondano Utara. Prepotif J Kesehat Masy [Internet]. 2022 Dec [Cited 2025 Jul 31];6(3):2058–65. Available From: <https://ask.orkg.org/item/552586063>
 10. Rosita E, Hidayat W, Yuliani W. Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Perilaku Prosocial. Fokus (Kajian Bimbing Konseling Dalam Pendidikan). 2021 Jul 31;4(4):279.
 11. Mayasari OP, Aurora WID. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Masyarakat Dalam Pencegahan COVID-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kenali Besar Kecamatan Alam Barajo. MEDIC [Internet]. 2021 Apr [Cited 2025 Aug 1];4(1):146–53. Available From: <https://www.researchgate.net/publication/355969160>
 12. Karima DD, Karjatin A. Pengaruh Media Kalender Terhadap Pengetahuan Pencegahan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri T. J Kesehat Siliwangi. 2021 Jul;2(1):284–9.