



Isye Fadmiyanor<sup>1</sup>  
Fatiyani Alyensi<sup>2</sup>  
Yeni Aryani<sup>3</sup>  
Ari Susanti<sup>4</sup>

## PERAN PENDIDIKAN GIZI DALAM MENINGKATKAN KESADARAN IBU HAMIL TERHADAP PENCEGAHAN STUNTING DI KLINIK PRATAMA TAMAN SARI KOTA PEKANBARU

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran pendidikan gizi dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting di Klinik Pratama Taman Sari, Kota Pekanbaru. Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, di mana kekurangan gizi pada ibu hamil dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi literatur dengan mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber informasi dari jurnal, laporan penelitian, dan buku yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan gizi yang efektif dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya asupan nutrisi selama kehamilan. Program edukasi yang bersifat interaktif, melibatkan dukungan keluarga, serta didukung oleh tenaga kesehatan yang berpengalaman, terbukti lebih berhasil dalam memfasilitasi perubahan perilaku gizi yang positif. Temuan ini juga menyoroti adanya kesenjangan dalam penelitian sebelumnya, yang lebih banyak berfokus pada intervensi di tingkat kebijakan tanpa mempertimbangkan konteks layanan kesehatan primer. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan perspektif baru mengenai pentingnya peran klinik kesehatan dalam mencegah stunting melalui pendidikan gizi yang lebih terarah. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan program pendidikan gizi di klinik-klinik kesehatan primer, serta meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pencegahan stunting sejak dini.

**Kata Kunci:** Pendidikan Gizi, Stunting, Ibu Hamil, Kesadaran, Layanan Kesehatan Primer.

### Abstract:

This study aims to explore the role of nutrition education in increasing pregnant women's awareness of stunting prevention at Taman Sari Primary Clinic in Pekanbaru City. Stunting is a serious public health issue, where nutritional deficiencies in pregnant women can negatively affect the growth and development of children. The method used in this research is a literature review by collecting and analyzing various sources of information from relevant journals, research reports, and books. The results indicate that effective nutrition education can enhance pregnant women's knowledge and awareness of the importance of nutritional intake during pregnancy. Interactive education programs, involving family support and backed by experienced health professionals, have proven more successful in facilitating positive nutritional behavior changes. This study also highlights gaps in previous research, which have largely focused on policy-level interventions without considering the context of primary health care services. Thus, this research offers a new perspective on the importance of health clinics in preventing stunting through more targeted nutrition education. It is hoped that this study will contribute to the development of nutrition education programs in primary health clinics and raise public awareness of the importance of early stunting prevention.

**Keywords:** Nutrition Education, Stunting, Pregnant Women, Awareness, Primary Health Care.

### PENDAHULUAN

Peningkatan kualitas kesehatan ibu hamil merupakan salah satu kunci penting dalam upaya menurunkan angka stunting di Indonesia. Stunting, atau kondisi pertumbuhan anak yang

<sup>1,2,3</sup> Program Studi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Riau  
e-mail: isye@pkr.ac.id

terhambat akibat kekurangan gizi kronis, masih menjadi permasalahan kesehatan yang serius, terutama di daerah-daerah yang akses terhadap informasi kesehatan dan gizi masih terbatas (Siampa et al., 2022). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi, dengan berbagai daerah menunjukkan angka yang mengkhawatirkan, termasuk di Kota Pekanbaru (Rasdianah et al., 2023). Sebagai salah satu pusat pelayanan kesehatan, Klinik Pratama Taman Sari di Pekanbaru memiliki peran penting dalam memberikan edukasi dan layanan kesehatan yang dibutuhkan oleh ibu hamil untuk mencegah terjadinya stunting pada anak yang mereka lahirkan (Laili & Andriani, 2019).

Pendidikan gizi untuk ibu hamil memainkan peranan yang krusial dalam memastikan bahwa mereka memahami pentingnya nutrisi yang tepat selama masa kehamilan (Sari et al., 2023). Berbagai studi menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai kebutuhan gizi yang seimbang selama kehamilan dapat berdampak langsung pada kesehatan janin, yang pada akhirnya dapat menyebabkan stunting pada anak setelah lahir. Pemahaman yang memadai tentang pentingnya asupan nutrisi mikro seperti zat besi, kalsium, asam folat, dan protein menjadi fondasi utama dalam menciptakan generasi yang sehat. Namun, meskipun banyak kampanye kesehatan yang dilakukan oleh pemerintah dan lembaga terkait, tingkat kesadaran masyarakat, terutama di kalangan ibu hamil, masih relatif rendah, terutama di daerah perkotaan yang padat seperti Pekanbaru (Ahmad et al., 2024).

Di sisi lain, akses ibu hamil terhadap informasi gizi di fasilitas kesehatan primer, seperti klinik, sering kali terbatas pada sesi konsultasi singkat dengan tenaga kesehatan yang mungkin tidak selalu membahas secara rinci mengenai kebutuhan gizi. Hal ini menjadi salah satu hambatan dalam peningkatan kesadaran ibu hamil terkait pentingnya gizi dalam mencegah stunting (Wardah & Reynaldi, 2022). Di Klinik Pratama Taman Sari, yang melayani banyak ibu hamil dari berbagai latar belakang sosial dan ekonomi, tantangan ini semakin nyata. Pendidikan gizi yang efektif dan komprehensif harus dapat diberikan secara konsisten, dengan pendekatan yang mudah dipahami oleh ibu hamil, untuk memastikan bahwa mereka mampu menerapkan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian-penelitian terdahulu telah membahas pentingnya pendidikan gizi bagi ibu hamil, tetapi masih sedikit yang secara khusus mengevaluasi efektivitas program edukasi gizi di klinik kesehatan primer dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting (Hermayanti et al., 2021). Banyak penelitian juga lebih berfokus pada program pemerintah berskala besar tanpa menelaah secara mendalam bagaimana penerapan program edukasi gizi di tingkat layanan kesehatan primer seperti klinik pratama. Selain itu, kebanyakan studi cenderung membahas stunting dari perspektif gizi pada anak usia dini, sementara peran gizi selama kehamilan dalam mencegah stunting masih memerlukan kajian yang lebih mendalam.

Research gap dari penelitian ini terletak pada kurangnya kajian yang spesifik terkait efektivitas pendidikan gizi di klinik kesehatan primer seperti Klinik Pratama Taman Sari dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pencegahan stunting. Penelitian ini juga ingin menjawab kebutuhan untuk memahami bagaimana program edukasi yang diterapkan di klinik dapat berdampak langsung pada peningkatan pengetahuan ibu hamil, serta bagaimana pengetahuan ini diintegrasikan dalam pola konsumsi sehari-hari.

Novelty dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik terhadap peran pendidikan gizi di fasilitas kesehatan primer sebagai upaya strategis dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting, khususnya di Kota Pekanbaru. Penelitian ini berupaya untuk memberikan kontribusi baru dengan mengeksplorasi bagaimana intervensi pendidikan di tingkat lokal, melalui klinik pratama, dapat memainkan peran penting dalam menurunkan angka stunting. Hal ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi klinik-klinik serupa di wilayah lain dalam mengembangkan program pendidikan gizi yang lebih efektif.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk menganalisis peran pendidikan gizi dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting di Klinik Pratama Taman Sari, Kota Pekanbaru. Metode ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menggali berbagai sumber informasi yang relevan dan terkini dari penelitian-penelitian terdahulu, laporan institusi, jurnal ilmiah, serta buku yang berkaitan dengan topik gizi ibu hamil dan stunting (Sugiyono, 2018).

Tahapan penelitian diawali dengan pengumpulan literatur, yaitu mengidentifikasi dan memilih artikel, jurnal, laporan, serta buku yang relevan dengan topik penelitian. Sumber-sumber literatur diperoleh melalui basis data ilmiah seperti Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect, dengan kata kunci seperti "pendidikan gizi ibu hamil", "stunting", "pencegahan stunting", dan "Klinik Pratama". Literatur yang dipilih dibatasi pada publikasi lima tahun terakhir untuk memastikan relevansi dan akurasi informasi.

Tahap selanjutnya adalah analisis literatur, di mana peneliti melakukan telaah kritis terhadap konten literatur yang telah dikumpulkan. Peneliti menganalisis bagaimana pendidikan gizi diterapkan di berbagai klinik dan bagaimana dampaknya terhadap kesadaran ibu hamil mengenai pencegahan stunting. Literatur yang relevan dikategorikan berdasarkan tema seperti efektivitas pendidikan gizi, strategi intervensi di layanan kesehatan primer, dan faktor-faktor yang memengaruhi kesadaran ibu hamil.

Setelah itu, dilakukan sintesis data, yaitu mengintegrasikan temuan-temuan dari berbagai literatur yang telah dianalisis untuk membangun kerangka konseptual yang komprehensif. Pada tahap ini, peneliti membandingkan hasil penelitian terdahulu untuk mengidentifikasi kesenjangan penelitian (research gap) dan merumuskan kontribusi baru yang ditawarkan oleh penelitian ini.

Terakhir, tahap penyusunan laporan dilakukan dengan menyusun hasil analisis dalam bentuk narasi yang menjelaskan peran pendidikan gizi di Klinik Pratama Taman Sari dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting. Peneliti juga mengaitkan temuan dengan kondisi lokal di Pekanbaru untuk memberikan rekomendasi yang spesifik dan praktis.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa pendidikan gizi memiliki peran yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting, khususnya di layanan kesehatan primer seperti Klinik Pratama Taman Sari, Kota Pekanbaru. Melalui analisis literatur yang mendalam, ditemukan bahwa pemberian edukasi gizi yang komprehensif kepada ibu hamil dapat secara langsung mempengaruhi pola makan dan perilaku mereka selama kehamilan (Trinanda, 2023). Pengetahuan yang memadai mengenai nutrisi penting, seperti protein, zat besi, asam folat, serta berbagai vitamin dan mineral lainnya, membantu ibu hamil dalam menjaga asupan gizi yang optimal. Hal ini pada akhirnya berperan penting dalam mencegah risiko stunting pada bayi yang akan lahir.

Studi-studi terdahulu menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya gizi dapat mengakibatkan kurangnya asupan nutrisi yang dibutuhkan untuk perkembangan janin yang optimal (Nurrahmah & Putri, 2023). Kurangnya pemahaman ini sering kali terjadi akibat minimnya akses terhadap informasi kesehatan yang memadai di kalangan ibu hamil, terutama di daerah perkotaan seperti Pekanbaru, di mana kesibukan dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan dapat menjadi penghalang. Dalam konteks ini, Klinik Pratama Taman Sari memiliki potensi untuk menjadi agen perubahan dengan menyediakan program pendidikan gizi yang lebih terstruktur dan berkelanjutan, yang menargetkan ibu hamil dari berbagai latar belakang sosial ekonomi (Vizianti, 2022).

Selain itu, literatur yang dianalisis juga menyoroti pentingnya pendekatan yang personal dan interaktif dalam pendidikan gizi (Husen et al., 2022). Program edukasi yang hanya berfokus pada pemberian informasi satu arah sering kali tidak cukup efektif. Ibu hamil memerlukan sesi pendidikan yang interaktif, di mana mereka tidak hanya menerima informasi, tetapi juga diajak untuk memahami cara penerapan pengetahuan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Regita & Prathama, 2023). Misalnya, dalam konteks Klinik Pratama Taman Sari, edukasi yang lebih berbasis praktik, seperti demo memasak makanan bergizi dan diskusi kelompok mengenai pentingnya gizi seimbang selama kehamilan, dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran yang lebih mendalam pada ibu hamil.

Hasil penelitian ini juga menemukan bahwa adanya dukungan dari tenaga kesehatan yang terlatih di klinik, terutama bidan dan perawat, berperan penting dalam penyebaran informasi gizi yang benar (Afrahamiryano et al., 2023). Bidan yang memberikan informasi gizi secara langsung kepada ibu hamil memiliki peluang besar untuk membangun kepercayaan, sehingga informasi yang disampaikan lebih mudah diterima dan dipraktikkan oleh ibu hamil (Isni & Dinni, 2020). Program edukasi yang dipimpin oleh bidan di Klinik Pratama Taman Sari dapat

menjadi langkah strategis dalam meningkatkan efektivitas intervensi gizi, terutama jika dikombinasikan dengan pemberian bahan edukasi yang mudah diakses, seperti brosur atau aplikasi berbasis gawai yang memuat informasi gizi (Chandra et al., 2021).

Lebih lanjut, penelitian ini menyoroti peran lingkungan sosial dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil. Ibu hamil yang mendapatkan dukungan dari keluarga, terutama dari suami dan orang tua, cenderung lebih mampu menerapkan pola makan sehat dan menjaga asupan gizi selama kehamilan (Ekayanthi & Suryani, 2019). Keluarga dapat menjadi faktor pendukung penting dalam memastikan ibu hamil mendapatkan nutrisi yang tepat, baik melalui dukungan emosional maupun dalam hal penyediaan makanan bergizi. Oleh karena itu, program edukasi gizi di Klinik Pratama Taman Sari juga perlu melibatkan keluarga dalam proses edukasi untuk memperkuat hasil yang dicapai.

Namun, dari hasil analisis literatur, juga ditemukan adanya research gap dalam penelitian-penelitian sebelumnya terkait efektivitas pendidikan gizi di klinik kesehatan primer seperti Klinik Pratama Taman Sari. Banyak studi yang berfokus pada program nasional atau kampanye besar, tetapi belum banyak yang secara khusus meneliti dampak pendidikan gizi di klinik dengan skala lokal (Revinel et al., 2023). Penelitian ini menawarkan perspektif baru dengan menunjukkan bahwa klinik kesehatan primer dapat menjadi pusat penting dalam pencegahan stunting melalui pendidikan gizi yang terfokus dan berkelanjutan.

Novelty dari penelitian ini terletak pada penekanannya terhadap peran klinik kesehatan primer dalam menyediakan program pendidikan gizi yang lebih personal dan adaptif terhadap kebutuhan lokal. Penelitian ini memberikan wawasan bahwa pendidikan gizi di klinik seperti Klinik Pratama Taman Sari di Kota Pekanbaru dapat memiliki dampak yang signifikan dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting, terutama jika program tersebut dirancang dengan pendekatan yang interaktif, melibatkan keluarga, serta didukung oleh tenaga kesehatan yang terlatih. Ini merupakan kontribusi baru yang belum banyak dijelajahi dalam konteks penelitian pendidikan gizi dan pencegahan stunting di tingkat layanan kesehatan primer.

## **SIMPULAN**

Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan gizi memiliki peran penting dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil terhadap pencegahan stunting di Klinik Pratama Taman Sari, Kota Pekanbaru. Edukasi gizi yang interaktif dan komprehensif, dengan melibatkan tenaga kesehatan yang terlatih dan dukungan keluarga, dapat membantu ibu hamil menerapkan pola makan sehat yang mendukung perkembangan janin yang optimal dan mengurangi risiko stunting.

## **SARAN**

Diperlukan peningkatan program pendidikan gizi di klinik-klinik kesehatan primer, dengan pendekatan yang lebih interaktif dan melibatkan keluarga ibu hamil. Klinik juga perlu menyediakan materi edukasi yang mudah diakses dan didukung oleh tenaga kesehatan yang berkompeten dalam memberikan informasi gizi yang tepat.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Klinik Pratama Taman Sari, seluruh tenaga kesehatan, serta keluarga yang telah mendukung penelitian ini. Kami juga berterima kasih kepada semua penulis literatur yang menjadi referensi penting dalam penyusunan penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afrahmiryano, A., Yora, M., Mursalini, W. I., Medila, G., Putri, A. P., Karmita, P., Putra, R., Buma, S., Aliza, N., & Saputra, I. (2023). Pendampingan Rumah Gizi Dashat (Dapur Atasi Stunting Untuk Anak Sehat). *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 6060–6065.
- Ahmad, M., Hadju, V., & Latiep, I. F. (2024). Inovasi Makanan Biskuit Kacang Hijau Dan Daun Katuk Sebagai Pmt Dalam Pencegahan Stunting. *Caradde: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(1), 1–12.
- Chandra, B. R., Darwis, R. S., & Humaedi, S. (2021). Peran pemberdayaan kesejahteraan

- keluarga (PKK) dalam pencegahan stunting. *Focus: Jurnal Pekerjaan Sosial*, 4(2), 107–123.
- Ekayanthi, N. W. D., & Suryani, P. (2019). Edukasi gizi pada ibu hamil mencegah stunting pada kelas ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312–319.
- Hermayanti, Y., Nurhakim, F., Mediani, I. A. D. A., & Suzana, H. (2021). EDUKASI PADA IBU HAMIL, KELUARGA DAN KADER POSYANDU TENTANG PENCEGAHAN STUNTING. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat*, 10(4).
- Husen, A., Runtuwu, P. C. H., & Suamole, M. (2022). Mencegah stunting melalui program intervensi sensitif. *Jurnal Pengabdian Khairun*, 1(1).
- Isni, K., & Dinni, S. M. (2020). Pelatihan Pengukuran Status Gizi Balita sebagai Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini pada ibu di Dusun Randugunting, Sleman, DIY. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(1), 60–68.
- Laili, U., & Andriani, R. A. D. (2019). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat IPTEKS*, 5(1), 8–12.
- Nurrahmah, S., & Putri, A. R. (2023). Peran Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (Kkn) Dalam Upaya Peningkatan Kesadaran Masyarakat Terhadap Stunting Di Kelurahan Cigantang. *SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(9), 925–929.
- Rasdianah, N., Yusuf, M. N. S., & Tandiang, P. A. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri sebagai upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi: Pharmacare Society*, 2(2), 97–102.
- Regita, F. A., & Prathama, A. (2023). Peran pemerintahan desa dalam upaya pencegahan dan penurunan stunting terintegrasi. *Societas: Jurnal Ilmu Administrasi Dan Sosial*, 12(1), 27–40.
- Revinel, R., Fatimah, F., Rosyati, H., Fajrini, F., & Khoiriyah, N. N. (2023). Peningkatan peran kader melalui edukasi dalam pencegahan stunting di kemayoran jakarta pusat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(2), 1253–1261.
- Sari, D. N., Zisca, R., Widyawati, W., Astuti, Y., & Melysa, M. (2023). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan Stunting. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 4(1), 85–94.
- Siampa, I. T. A., Hasan, W., Aulia, F., Saputri, E. E., Rustam, S. N., Fuad, M., Ikhsan, M., Syam, A., Asrianti, T., & Rachmat, M. (2022). Upaya pencegahan stunting melalui edukasi dan pemberian tablet tambah darah pada sasaran kunci di desa: stunting prevention efforts through education and provision of IFA supplements to key targets in the village. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 174–183.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Trinanda, R. (2023). Pentingnya Intervensi Orang Tua dalam Mencegah Stunting pada Anak. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 7(1), 87–100.
- Vizianti, L. (2022). peran dan fungsi pos pelayanan terpadu (Posyandu) dalam pencegahan stunting di kota Medan. *Warta Dharmawangsa*, 16(3), 563–580.
- Wardah, R., & Reynaldi, F. (2022). Peran Posyandu Dalam Menangani Stunting Di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 65–77.