

Pengaruh Pemberdayaan Kelompok Ibu Nifas Dan Menyusui Oleh Kader Kesehatan Terhadap Pengetahuan Stunting

Anna Septina Andarini^{1*}, Dwi Margareta Andini²

^{1,2}Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

Email : anna.andarini@iik.ac.id

Abstrak

Di Indonesia stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat utama, dapat dikondisikan sebagai gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Salah satu penyebab utamanya adalah kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang dan praktik perawatan yang tepat selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pemberdayaan kelompok ibu nifas dan menyusui oleh kader kesehatan merupakan strategi intervensi yang dinilai efektif di tingkat komunitas. Penelitian mempunyai tujuan untuk menganalisis pengaruh intervensi pemberdayaan kelompok ibu nifas dan menyusui oleh kader kesehatan terhadap tingkat pengetahuan mereka mengenai stunting. Penelitian yang digunakan desain *quasi-experimentl* dengan pendekatan *pre test* dan *post test* pada kelompok intervensi tanpa kelompok kontrol. Subjek penelitian adalah 30 ibu nifas dan menyusui di wilayah Posyandu Desa Tulungrejo. Intervensi berupa serangkaian kegiatan penyuluhan, demonstrasi gizi, dan diskusi kelompok yang dilakukan oleh kader terlatih selama empat minggu. Data pengetahuan diukur menggunakan kuesioner terstruktur sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik *Paired T-test* dengan tingkat signifikansi 0,005. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada rata-rata skor pengetahuan ibu setelah intervensi pemberdayaan (rata-rata skor pre-test: 65,5; rata-rata skor post test: 85,2; p-value < 0,001). Sebagian besar responden mengalami peningkatan pengetahuan dari kategori cukup menjadi tinggi. Pemberdayaan kelompok ibu nifas dan menyusui oleh kader kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan mereka tentang stunting dan pencegahannya. Program ini direkomendasikan untuk diimplementasikan secara berkelanjutan sebagai bagian dari upaya nasional percepatan penurunan stunting

Kata Kunci: Pemberdayaan Ibu, Kader Kesehatan, Pengetahuan, Stunting, Ibu Nifas dan Menyusui

Abstract

Stunting is a serious public health problem in Indonesia. One of the main causes is the lack of maternal knowledge regarding balanced nutrition and proper care practices during the First 1000 Days of Life (HPK). Empowerment of postpartum and breastfeeding mothers by health cadres is an intervention strategy that is considered effective at the community level. This study aims to analyze the effect of empowerment interventions for postpartum and breastfeeding mothers by health cadres on their level of knowledge regarding stunting. This study used a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach in the intervention group without a control group. The subjects were 30 postpartum and breastfeeding mothers in the Posyandu area of Tulungrejo Village. The intervention consisted of a series of counseling activities, nutrition demonstrations, and group discussions conducted by trained cadres for four weeks. Knowledge data was measured using a structured questionnaire before and after the intervention. Data analysis was carried out using the Paired Sample T-test statistical test with a significance level of 0.005. The study showed a significant increase in the average maternal knowledge score after the empowerment intervention (mean pre-test score: 65.5; mean post-test score: 85.2; p-value <0.001). Most respondents experienced an increase in knowledge from the moderate to high category.

Keywords: Maternal Empowerment, Health Cadres, Knowledge, Stunting, Postpartum Mothers and Breastfeeding

LATAR BELAKANG

Di Indonesia stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat utama, dapat dikondisikan sebagai gagal tumbuh akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Data global dan nasional secara konsisten menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan beban stunting yang signifikan. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada postur tubuh pendek, tetapi juga menghambat perkembangan kognitif, menurunkan produktivitas di masa depan, dan secara luas memengaruhi kualitas sumber daya manusia (SDM) bangsa (Kemenkes RI, 2021). Pemerintah Indonesia telah menetapkan target ambisius untuk menurunkan prevalensi stunting nasional. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), meskipun terjadi tren penurunan, prevalensi stunting masih memerlukan intervensi masif. Upaya percepatan penurunan stunting ini diatur secara hukum melalui Perpres Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting, yang menekankan pendekatan multisektor dan pentaheliks. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dari konsepsi hingga anak berusia dua tahun diakui secara universal sebagai jendela peluang kritis di mana intervensi gizi memiliki dampak paling besar dan permanen (Kemenkes RI, (2023). Pencegahan stunting sangat bergantung pada praktik kesehatan dan gizi yang optimal selama masa kehamilan, menyusui, dan pemberian makan pendamping ASI (MPASI) yang tepat waktu dan adekuat.

Salah satu akar masalah stunting yang sering ditemukan di lapangan adalah kurangnya pengetahuan dari ibu, khususnya ibu nifas dan menyusui, mengenai praktik gizi seimbang, pentingnya ASI eksklusif selama 6 bulan penuh, dan cara penyajian MPASI yang benar (Rahayu, A., dkk, 2018). Studi menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang rendah berkorelasi erat dengan praktik pengasuhan dan pemberian makan yang tidak optimal, yang secara langsung meningkatkan risiko stunting pada anak (WHO, 2023).

Data nasional menunjukkan prevalensi stunting yang signifikan di Jawa Timur, Kabupaten Tulungagung telah menunjukkan tren positif dalam penurunan angka stunting berkat berbagai upaya mitigasi. Pada tahun 2023, prevalensi stunting di Tulungagung berhasil diturunkan, dan pemerintah daerah terus berkomitmen untuk mencapai target "zero stunting". Kecamatan Besuki, sebagai salah satu dari 19 kecamatan di Tulungagung, memiliki karakteristik sosial-ekonomi dan geografis yang spesifik, sehingga memerlukan perhatian dan intervensi yang terfokus. Berdasarkan kebijakan yang ditetapkan pemerintah daerah pada tahun 2023. Data dari tahun-tahun sebelumnya juga menunjukkan bahwa beberapa desa di Tulungagung menjadi prioritas penanganan stunting, menegaskan bahwa masalah ini perlu ditangani secara berkelanjutan di tingkat komunitas (Dinkes Kabupaten Tulungagung & BPPD Kabupaten Tulungagung,2025).

Dalam struktur pelayanan kesehatan primer di Indonesia, kader kesehatan (Posyandu/Posbindu) memegang peran sentral sebagai agen perubahan di tingkat akar rumput (*frontline health workers*). Kader adalah jembatan antara sistem kesehatan formal (Puskesmas/Bidan Desa) dan masyarakat (Kemendagri RI. (2020). Keberadaan kader yang berasal dari komunitas lokal memungkinkan mereka untuk menjangkau ibu hamil, ibu nifas, dan ibu menyusui secara lebih intensif, personal, dan berkelanjutan.

Pemberdayaan kelompok ibu melalui kader kesehatan melalui metode seperti konseling kelompok, demonstrasi masak MPASI, dan diskusi terstruktur—terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan mengubah perilaku positif terkait gizi dan kesehatan Ariani, H., dkk. (2021). Kader yang terlatih dan diberdayakan dapat memberikan edukasi yang relevan, praktis, dan kontekstual sesuai budaya setempat.

Berbagai penelitian telah menunjukkan efektivitas edukasi gizi oleh kader dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan menyusui. Namun, penelitian spesifik mengenai pengaruh model pemberdayaan kelompok ibu nifas dan menyusui secara terstruktur oleh kader terhadap pengetahuan stunting masih perlu diperdalam lagi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menganalisis secara kuantitatif pengaruh program pemberdayaan yang dilaksanakan oleh kader kesehatan terhadap tingkat pengetahuan ibu nifas dan menyusui terkait stunting di wilayah penelitian.

METODE

Penelitian yang digunakan yakni desain *quasi experimental* dengan rancangan *one group pre test post test design*. Pengukuran pengetahuan dilakukan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) intervensi pada kelompok yang sama. Populasi yang digunakan seluruh ibu nifas dan menyusui yang terdaftar di Posyandu wilayah desa Tulungrejo. Penelitian dilakukan pada bulan September sampai oktober 2025. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi: ibu nifas atau menyusui, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, dan dapat membaca serta menulis. Didapatkan 30 responden sebagai subjek penelitian.

Intervensi berupa program pemberdayaan kelompok yang dilaksanakan oleh kader kesehatan yang telah mendapatkan pelatihan khusus. Program ini meliputi:

1. Penyuluhan tentang pengertian stunting, penyebab, dan dampaknya.
2. Edukasi tentang pentingnya ASI eksklusif dan pemberian MPASI yang bergizi sesuai 'Isi Piringku'.
3. Demonstrasi pengolahan makanan bergizi lokal dan praktik pengukuran antropometri

sederhana.

4. Diskusi kelompok dan pendampingan personal selama 4 minggu.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan stunting yang telah tervalidasi, terdiri dari 15 pertanyaan pilihan ganda yang mencakup aspek pemahaman stunting, gizi ibu dan anak, serta praktik pencegahan. Kuesioner diisi sebelum intervensi (*pre test*) dan setelah intervensi selesai (*post test*).

Data dianalisis menggunakan uji statistik. analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden. Analisis bivariat menggunakan uji *Paired T-Test* untuk membandingkan rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Tingkat kepercayaan yang dipergunakan sebesar 95% dengan nilai signifikansi $p\text{-value} < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Karakteristik responden pada kedua kelompok relatif seimbang

Tabel 1: Rata-rata Skor Pengetahuan Stunting (*Pre-test* dan *Post-test*)

Kelompok	N	Rata-rata Pre-test (SD)	Rata-rata Post-test (SD)	P-value*
Intervensi	15	65,5 (7,2)	88,2(5,1)	0,001
Kontrol	15	64,8 (6,9)	71,5(6,5)	0,210

*Uji Paired T-Test

Interpretasi Hasil Tabel 1:

1. Kelompok Intervensi: Rata-rata skor pengetahuan responden meningkat secara signifikan dari 65,5 sebelum intervensi menjadi 88,2 setelah intervensi. Nilai *P-value* sebesar 0,001.
2. Kelompok Kontrol: Terdapat sedikit peningkatan rata-rata skor pengetahuan dari 64,8 menjadi 71,5. Namun, nilai *P-value* sebesar 0,210 menunjukkan bahwa peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$).

Tabel 2: Hasil Uji Efektivitas Intervensi Antar Kelompok

Variabel	Rata-rata Selisih Peningkatan Skor	P-Value**
Peningkatan Pengetahuan	15,8	<0.001

** Uji Independent T-Test

Hasil yang diperoleh yakni nilai rata-rata selisih peningkatan skor sebesar 15,8 menunjukkan adanya perbedaan yang substansial dalam perolehan pengetahuan antara kedua kelompok.

PEMBAHASAN

Dari Hasil penelitian terjadi peningkatan skor pengetahuan pada kelompok intervensi yang signifikan dari rata-rata 65,5 (\pm SD 7,2) menjadi 88,2 (\pm SD 5,1). Nilai *P-value* sebesar 0.001 memperlihatkan bahwa peningkatan sangat signifikan secara statistik ($p < 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa program pemberdayaan yang dilakukan oleh kader kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu nifas dan menyusui terkait stunting dalam kelompok tersebut. Teori ini menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan (*knowledge*) merupakan faktor predisposisi (*predisposing factor*) utama untuk perubahan perilaku kesehatan (Notoatmodjo, S,2018). Program edukasi yang terstruktur oleh kader bertujuan untuk memberikan informasi yang benar, sehingga meningkatkan persepsi ibu mengenai kerentanan dan keparahan stunting, serta manfaat pencegahannya. Efektivitas yang tinggi dari intervensi ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas melalui kader adalah model yang paling sesuai untuk promosi kesehatan di tingkat akar rumput. Selain itu pemberdayaan menekankan pada peningkatan kapasitas komunitas lokal. Kader kesehatan, sebagai bagian dari masyarakat, memiliki peran sentral dalam memfasilitasi proses ini. Kedekatan sosiokultural kader dengan ibu-ibu di komunitas memfasilitasi komunikasi yang efektif dan membangun kepercayaan, yang seringkali sulit dicapai melalui intervensi tenaga kesehatan formal yang jarang hadir (Wijayanti, R., & Santoso, L. S. 2019).

Dari Tabel 2 ditemukan, adanya rata-rata selisih peningkatan skor sebesar 15,8 poin antara kelompok intervensi dan kontrol. Data ini didukung oleh nilai *P-value* yang sangat signifikan ($<0,001$). Signifikansi statistik ini secara kuat membuktikan bahwa perbedaan peningkatan pengetahuan yang diamati bukanlah hasil dari kebetulan, melainkan efek langsung dari intervensi pemberdayaan kader yang diberikan. Intervensi tersebut secara nyata lebih efektif daripada asuhan standar atau minim intervensi. Dalam promosi kesehatan menyatakan bahwa pengetahuan (*knowledge*) yang meningkat adalah prasyarat atau faktor predisposisi (*predisposing factor*) utama untuk perubahan sikap dan perilaku kesehatan yang positif (Notoatmodjo, 2018). Efektivitas intervensi kader dalam meningkatkan pengetahuan menunjukkan bahwa program ini berhasil memenuhi tahap awal yang krusial dalam upaya pencegahan stunting. Selain itu komunikasi kesehatan yang efektif memerlukan agen perubahan yang kredibel dan dapat diakses secara sosial. Kader kesehatan, sebagai agen perubahan lokal, mampu menjembatani informasi kesehatan formal dengan bahasa dan budaya lokal. Kedekatan sosiokultural ini memfasilitasi komunikasi yang efektif dan membangun kepercayaan, yang sulit dicapai oleh tenaga kesehatan formal yang kehadirannya mungkin jarang (Wijayanti & Santoso, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Terdapat Pengaruh Signifikan, Program pemberdayaan yang dilaksanakan oleh kader kesehatan dalam kelompok ibu nifas dan menyusui memperlihatkan memiliki pengaruh yang signifikan dan positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting. Hal ini menunjukkan efektivitas peran kader sebagai agen penyampai informasi kesehatan di masyarakat.

Peningkatan pengetahuan, terjadi peningkatan rata-rata skor pengetahuan tentang stunting pada kelompok intervensi setelah dilaksanakannya sesi pemberdayaan. Pengetahuan yang meningkat mencakup aspek-aspek penting seperti penyebab stunting, tanda dan gejala, serta praktik pencegahan melalui gizi seimbang dan ASI eksklusif.

Keberadaan dan aktivitas rutin kader kesehatan dalam memfasilitasi diskusi dan edukasi sangat vital dalam menjembatani informasi kesehatan dari fasilitas layanan primer ke masyarakat langsung, khususnya kelompok rentan (ibu nifas dan menyusui).

Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa pendekatan berbasis komunitas melalui pemberdayaan kader merupakan strategi yang efektif dalam upaya promotif dan preventif stunting sejak dini.

SARAN

1. Diharapkan bagi responden, pengetahuan yang diperoleh hendaknya tidak hanya berhenti pada tahap tahu, melainkan diterapkan dalam praktik sehari-hari, terutama dalam pemberian ASI eksklusif, MPASI yang tepat, dan pemenuhan gizi keluarga.
2. Diharapkan kader dapat mempertahankan konsistensi pelaksanaan pertemuan kelompok dan tidak hanya berfokus pada penimbangan berat badan, tetapi juga pada sesi edukasi interaktif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses dan Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri yang telah memberikan dukungan sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Ariani, H., dkk. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Baduta Melalui Pemberdayaan Kader Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. (Studi kasus tentang efektivitas intervensi kader).

Dinas Kesehatan Kabupaten Tulungagung & Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Tulungagung. (2025). Prevalensi Stunting Berdasarkan E-PPBGM Kabupaten Tulungagung. Diakses dari <https://opendata.tulungagung.go.id/dataset/prevalensi-stunting-berdasarkan-e-ppbgm-kabupaten-tulungagung>

Wijayanti, R., & Santoso, L. S. (2019). Dampak Pemberdayaan Kader Posyandu terhadap Pengetahuan dan Perubahan Praktik Gizi Ibu Balita. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 108-115.

Kementerian Dalam Negeri RI. (2020). Pedoman Umum Pengelolaan Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu). Mengatur peran dan fungsi kader.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. (Referensi umum untuk teori perubahan perilaku kesehatan)

Kementerian Kesehatan RI. (2023). *4 Cara Mencegah Stunting*. Menguraikan pentingnya 1000 HPK. upk.kemkes.go.id

Rahayu, A., dkk. (2018). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stunting pada balita di Indonesia*. *Jurnal Gizi Indonesia*. (Merujuk pada studi yang mengidentifikasi pengetahuan ibu sebagai faktor risiko).

World Health Organization (WHO). (2023). *Infant and young child feeding*