
PENGARUH EDUKASI TENTANG *STUNTING* MENGGUNAKAN MEDIA BOOKLET TERHADAP TINGKAT KECEMASAN IBU BALITA DI WILAYAH CEPOGO

Elsa Selina Fabrianti, Dewi Kartika Sari
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
elsaselina933@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi yang bersifat kronis. Permasalahan *stunting* menjadi masalah yang mendasar dalam pembangunan manusia di Indonesia. Prevalensi *stunting* di Jawa Tengah tahun 2018 sebanyak 33.4%. Banyaknya permasalahan *stunting* menyebabkan kebanyakan ibu mengalami kecemasan. Data pendahuluan di Wilayah Cepogo 3 dari 6 ibu dengan balita mengalami kecemasan berat, 1 kecemasan sedang, dan 2 mengalami kecemasan ringan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet terhadap tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo.

Desain penelitiannya adalah kuantitatif. Sampel adalah ibu yang memiliki balita di Wilayah Cepogo sebanyak 76 responden. Teknik *sampling* adalah *probability sampling* dengan cara *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner HARS. Analisa data menggunakan analisis univariat dan bivariat.

Hasil penelitian dari Uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *p value* sebesar 0.000 yang berarti <0.05 .

Dalam penelitian ini terdapat pengaruh pemberian edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet terhadap tingkat kecemasan ibu di Wilayah Cepogo.

Kata kunci: Tingkat Kecemasan Ibu, *Stunting*, Booklet

Abstract

Stunting is a condition of malnutrition associated with chronic insufficiency of nutrients. Problem stunting become a fundamental problem in human development in Indonesia. Prevalence stunting in Central Java in 2018 was as much as 33.4%. The number of problems stunting cause most mothers to experience anxiety. Preliminary data in Cepogo Region 3 of 6 mothers with toddlers experienced severe anxiety, 1 had moderate anxiety, and 2 experienced mild anxiety.

This study aims to determine the effect of providing education about stunting using booklet media on the anxiety level of mothers under five in the Cepogo region.

The research design is quantitative. The sample is mothers who have toddlers in the Cepogo Region as many as 76 respondents. Techniquw sampling probability sampling a way simple random sampling. The research instrument used the HARS questionnaire. Data analysis used univariate and bivariate analysis.

Research result from Test Wilcoxon obtained the p value 0.000 which means <0.05 .

In this study, there is an effect of providing education about stunting using booklet media on the level of maternal anxiety in the Cepogo Region.

Keywords: Mother's Anxiety Level, Stunting, Booklet

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi malnutrisi berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi yang bersifat kronis. Seseorang dapat dikatakan mengalami *stunting* jika skor Z- indeks TB/U (Tinggi Badan/Umur) dibawah -2 SD (Standar Deviasi) (Sutarto, 2018). Menurut data *World Health Organization* atau WHO (2022), angka *stunting* di dunia tahun 2018 mencapai 21.9%. Angka tersebut masih menjadi masalah kesehatan masyarakat karena WHO menetapkan *stunting* bukan masalah kesmas jika angkanya $<20\%$.

Data World Bank tahun 2020 menunjukkan bahwa Indonesia berada di urutan 115 dari 151 negara dengan prevelensi *stunting* yang cukup tinggi (Kemenko PMK, 2021). Prevelensi *stunting* di Jawa Tengah tahun 2018 sejumlah 13.9% untuk balita sangat pendek dan 19.4% balita pendek (Badan Pusat Statistik, 2020). Data dari Dinas Kesehatan Boyolali (2019), pada tahun 2019 angka kejadian *stunting* di Kabupaten Boyolali sebanyak 7.2%

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada balita diakibatkan dari kurangnya gizi dalam jangka lama sehingga, anak terlalu pendek untuk usianya (TNP2K, 2017). Permasalahan *stunting* jika dibiarkan terus-menerus akan menjadi ancaman bagi negara. Dampak yang ditimbulkan dari *stunting* dapat berupa jangka pendek seperti gagal tumbuh pada balita, hambatan perkembangan kognitif dan *motoric* yang akan memengaruhi perkembangan otak. Dampak jangka panjang seperti menurunnya kapasitas intelektual, gangguan fungsi saraf serta sel-sel otak (Rahmidini, 2020).

Banyaknya permasalahan *stunting* membuat ibu mengalami kecemasan mengenai tumbuh kembang anaknya. Kecemasan merupakan perasaan takut pada individu akan terjadinya sesuatu yang membuat individu tersebut bersiap untuk memberikan respon yang sesuai (Sutejo, 2018). Penggunaan booklet sebagai media edukasi karena booklet lebih praktis dalam memberikan informasi, bahasa yang digunakan mudah dipahami, dan dapat dipelajari dimanapun.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan jumlah kasus *stunting* di Boyolali per Februari 2022 sebanyak 4.759 (8.04%). Hasil wawancara yang dilakukan pada 6 ibu 3 diantaranya mengalami kecemasan berat, 1 kecemasan sedang dan 2 kecemasan ringan dengan gejala kecemasan merasa gelisah, tidak tenang, ketakutan dan *mood swing*. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet terhadap tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu yang memiliki balita di Wilayah Cepogo

sejumlah 320. Sampel dalam penelitian ini sejumlah 76 responden. Kriteria responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah inklusi dan eksklusi. Sampel ini menggunakan teknik *probability sampling* dengan menggunakan *Simple Random Sampling*. Data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Instrument yang digunakan dalam penelitian adalah kuesioner HARS.

Data dalam penelitian ini dapat diolah dengan cara *editing, coding, transferring, tabulating*. Analisa data yang digunakan dalam penelitian adalah analisa univariat yaitu tingkat kecemasan ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet dan analisa bivariat yaitu pengaruh tingkat kecemasan sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet. Sebelum dilakukan analisa data dilakukan uji normalitas menggunakan *Kolmogorov smirnov* lalu dilanjutkan dengan uji *Wilcoxon*. Etika penelitian meliputi *informed consent, anonymity, dan confidentiality*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Balita Sebelum Diberikan Edukasi Tentang *Stunting* Menggunakan Media Booklet

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Tidak ada kecemasan	1	1,3
Kecemasan ringan	22	28,9
Kecemasan sedang	41	53,9
Kecemasan berat	12	15,8
Total (n)	76	100

Sumber data primer

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan sebelum diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet, mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan sedang yaitu 41 responden (53.9%) dari 76 responden.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Balita Sesudah Diberikan Edukasi Tentang *Stunting* Menggunakan Media Booklet

Tingkat Kecemasan	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Tidak ada kecemasan	26	34,2
Kecemasan ringan	38	50,0
Kecemasan sedang	12	15,8
Total (n)	76	100

Sumber data primer

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat dilihat setelah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet tingkat kecemasan ibu mayoritas berada di tingkat kecemasan ringan dengan jumlah 38 responden (50.0%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Ibu Balita Sesudah Diberikan Edukasi Tentang *Stunting* Menggunakan Media Booklet

Variabel	Z hitung	P Value	Keterangan
Tingkat Kecemasan	-7,616	0,000	Signifikansi

Sumber data sekunder

Berdasarkan tabel 3 diatas hasil analisis uji *statistic Wilcoxon* di peroleh p value = $0.000 < 0.05$ sehingga, dapat disimpulkan H_a diterima yang artinya ada pengaruh terhadap tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet.

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk menganalisis Pengaruh edukasi tentang *stunting* menggunakan medi booklet terhadap tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo. Responden dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki balita di Wilayah Cepogo dan telah memenuhi kriteri inklusi.

Dari sumber-sumber yang didapatkan, baik data primer dan data sekunder setelah dilakukan analisis data didapatkan bahwa sebelum diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet tingkat kecemasan ibu mayoritas berada di tingkat kecemasan sedang 41 responden (53.9%). Setelah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet tingkat kecemasan ibu mayoritas berada di tingkat kecemasan ringan 38 responden (50.0%).

Pembahasan

1. Tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo sebelum diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet

Hasil penelitian menunjukkan dari 76 responden sebanyak 41 responden (53.9%) mengalami kecemasan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet tingkat kecemasan ibu mayoritas berada di kecemasan sedang. Mayoritas ibu saat diberikan kuesioner HARS mengatakan bahwa mereka merasa mudah emosi, timbul perasaan takut, mudah tersinggug, sering merasa gelisah, dan mudah menangis. Hal ini sesuai dengan teori Saripah (2021), yang menjelaskan bahwa ibu yang memiliki balita *stunting* akan merasa malu, kurang percaya diri, menarik diri dari lingkungan dan mudah emosi jika ditanya seputar kesehatan balitanya.

Kecemasan merupakan kondisi seseorang yang ditandai adanya ketegangan fisik, kawatir yang berlebihan. Kecemasan pada ibu di Wilayah Cepogo disebabkan oleh beberapa faktor antar lain, kurangnya pengetahuan, tingkat pendidikan yang kurang, penyakit anak, ekonomi keluarga, kurangnya dukungan dari keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian Iswati & Naviati (2017), yang menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan ibu yaitu usia dewasa muda ibu, pendidikan serta pekerjaan ibu, usia dari anak, jenis kelamin anak, dan lama sakit anak.

Hasil observasi yang dilakukan sebelum diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet mayoritas ibu di Wilayah Cepogo belum mengetahui tentang *stunting* sehingga pengetahuan ibu mengenai *stunting* masih kurang dan kebanyakan ibu mengeluhkan bahwa peran ayah dalam

mengasuh buah hati masih minim sehingga beban anak sepenuhnya jatuh kepada ibu.

Hal ini dapat menyebabkan kecemasan pada ibu bertambah sesuai dengan penelitian yang dilakukan Fatikasari & Solikhah (2020), bahwa dukungan dari keluarga sangatlah berarti dan sangat mempengaruhi tingginya tingkat kecemasan ibu balita. Dukungan ini dapat berupa sebuah ucapan serta perlakuan dari orang tua, suami atau saudara sehingga ibu dapat merasa dicintai, disyangi dan diperhatikan oleh keluarga.

2. Tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo sesudah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet

Hasil penelitian sesudah dilakukan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet pada ibu balita menunjukkan bahwa mayoritas ibu balita berada di kecemasan ringan sebanyak 38 responden (50.0%).

Penurunan tingkat kecemasan ibu balita pada penelitian ini menunjukkan pemberian edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu. Hal ini didukung dengan penelitian Ndapaole et al. (2020), yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa pemberian edukasi menggunakan media booklet ini bisa menurunkan tingkat kecemasan pada ibu. Penggunaan media booklet dalam penelitian ini dikarenakan booklet adalah media informasi yang praktis, mudah disebar.

Dari hasil penelitian pemberian edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet dapat memberikan efek ketenangan pada ibu, menurunkan tingkat kekhawatiran ibu dan memberikan efek rileks sehingga dapat menurunkan kecemasan. Hal ini didukung oleh penelitian Suprapti (2020), bahwa pemberian edukasi dapat menurunkan tingkat kecemasan ibu karena faktor-faktor yang menimbulkan cemas dan penelitian Suryaman et al. (2021), yang menyatakan adanya hubungan antara pengetahuan ibu dengan kecemasan. Hal ini sesuai dengan tujuan pemberian edukasi yaitu menurunkan tingkat kecemasan.

3. Pengaruh edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet terhadap tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo

Hasil penelitian menyatakan terdapat pengaruh pemberian edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet terhadap tingkat kecemasan ibu balita. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji *Wilcoxon* yang menyatakan bahwa p value 0.000 yang berarti < 0.05 .

Pemberian edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet dapat menurunkan tingkat kecemasan didukung oleh penelitian Iksaruddin & Herinawati (2021), yang menyebutkan bahwa pemberian informasi terbukti dapat menurunkan tingkat kecemasan. Hal ini karena saat diberikan informasi, mata akan menyalurkannya ke otak sehingga pemberian edukasi menggunakan media dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah tingkat kecemasan.

Peneliti berasumsi bahwa pemberian edukasi secara langsung pada ibu yang minim pengetahuan akan mengurangi tingkat kecemasan akan pikiran sendiri. Karena ibu yang kurang pengetahuan akan berpikir tidak-tidak seperti jika anak *stunting* maka ibu harus bertindak seperti apa, penanganannya bagaimana sehingga sehingga pemberian edukasi secara langsung diharapkan

dapat menjawab segala bentuk kecemasan yang ada di dalam pikiran ibu. Sesuai dengan penelitian Mildaratu et al. (2021), bahwa pemberian edukasi secara langsung dengan kontak mata dapat menurunkan kecemasan ibu. Karena saat informasi disampaikan secara langsung dapat diterima dan direspon saat itu juga.

Perubahan yang terjadi sebelum diberikan edukasi ibu mengatakan merasa cemas, gelisah, mudah emosi, mudah kaget, mudah menangis, takut gelap, susah konsentrasi, nafas pendek. Sejalan dengan penelitian Muaffa et al. (2022), yang menyatakan ibu yang cemas akan merasa nafasnya pendek, mual, berkeringat dingin, mengalami gangguan pencernaan seperti diare atau konstipasi, emosian, sukar tidur, dan merasa tidak nyaman. Setelah dilakukan edukasi gejala yang muncul pada ibu berkurang yang artinya, ada pengaruh pemberian edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet terhadap tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo.

SIMPULAN

1. Tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo sebelum diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet mayoritas berada pada tingkat kecemasan sedang.
2. Tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo sesudah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet mayoritas berada di tingkat kecemasan ringan.
3. Ada pengaruh tingkat kecemasan ibu balita di Wilayah Cepogo sebelum dan sesudah diberikan edukasi tentang *stunting* menggunakan media booklet.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. (2020). *Persentase Balita Pendek Dan Sangat Pendek (Persen)*.2020.https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data/0000/data/1325/sdgs_2/1
- Dinas Kesehatan Boyolali. (2019). *Profil Kesehatan Kabupaten Boyolali Tahun 2019*. 2019.
- Fatikasari, L., & Solikhah, U. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Pada Balita Yang Mengalami Pneumonia Di Wilayah Kerja Puskesmas Kemangkon. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Iksaruddin, & Herinawati. (2021). Pemberian Edukasi Tentang Relaksasi Autogenik Dalam Menurunkan Tingkat Kecemasan Ibu Nifas di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 13(1), 10–15.
- Iswati, & Naviati, E. (2017). Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Saat Balita Diare Di Puskesmas Wilayah Kecamatan Semarang Timur. *Keperawatan, Jurnal Departemen*, 1–8.
- Kemenko PMK. (2021). *Menko PMK Beberkan Kunci Atasi Gizi Buruk dan Stunting*. 23 Agustus 2021. <https://www.kemenkopmk.go.id/menko-pmk-beberkan-kunci-atasi-gizi-buruk-dan-stunting>
- Mildaratu, Multazam, A. M., & Arman. (2021). *Pengaruh Edukasi Penanganan Efek Samping Terhadap Pengetahuan Sikap dan Tingkat Kecemasan*

- Akseptor Keluarga Berencana Hormonal*. 2(4), 64–76.
- Muaffa, A. K., Sondakh, J. J. S., & Wulandari, L. P. (2022). Deskripsi Kecemasan Ibu Menyusui Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Bidan Komunitas*, 5(2), 84–93.
- Ndapaole, A. H., Tahu, S. K., & Gerontini, R. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Booklet Terhadap Tingkat Kecemasan pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Oepoi-Wilayah Kerja Kota Kupang. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 4(1), 162–170.
- Rahmidini, A. (2020). *Hubungan Stunting Dengan Perkembangan Motorik Dan Kognitif Anak*.
- Saripah. (2021). *Psikologis Orang Tua Yang Memiliki Anak Penderita Stunting Di Desa Teluk Kecamatan Pelayung* [Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin]. <http://repository.uinjambi.ac.id/id/eprint/9450>
- Suprapti, D. (2020). Perbedaan Tingkat Kecemasan Ibu Pra Menopause Sebelum Dan Sesudah Diberi Konseling Informasi Edukasi (KIE) Tentang Menopause. *Borneo Cendekia*, 4(2), 153–161.
- Suryaman, R., Girsang, E., & Mulyani, S. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Kecemasan Ibu Dalam Pemberian Asi Pada Bayi Dimasa Pandemi Covid 19. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 116–121. <https://doi.org/10.36089/job.v1i2.82>
- Sutarto. (2018). Stunting. *J Agromedicine*, 5, 540–545. <https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>
- Sutejo. (2018). *Keperawatan Jiwa: Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa Gangguan Jiwa dan Psikososial* (1st ed.). Pustaka Baru Press.
- TNP2K. (2017). *100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)* (1st ed.). www.tnp2k.go.id
- WHO. (2022). *Malnutrition*. 1. https://www.who.int/health-topics/malnutrition#tab=tab_2