

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan pustaka

1. Konsep stunting

a. Pengertian Stunting

Menurut *World Health Organization* (WHO) Stunting adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan yang dialami anak akibat gizi buruk, infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya (Sudikno *et al.*, 2021).

Balita pendek adalah balita dengan status gizi berdasarkan panjang atau tinggi badan menurut umur dibandingkan dengan standar baku WHO, nilai Z scorenya kurang dari -2SD dan dikategorikan sangat pendek jika nilai Z scorenya kurang dari -3SD (Kemenkes RI, 2016).

Stunting pada anak merupakan indikator utama dalam menilai kualitas modal sumber daya manusia di masa mendatang. Gangguan pertumbuhan yang diderita anak pada awal kehidupan, dapat menyebabkan kerusakan yang permanen (Susilawati *et al.*, 2023)

b. Etiologi Stunting

Masalah stunting menggambarkan masalah gizi kronis, dipengaruhi dari kondisi ibu/calon ibu, masa janin dan masa

bayi/balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita. Dalam kandungan, janin akan tumbuh dan berkembang melalui penambahan berat dan panjang badan, perkembangan otak serta organ-organ lainnya. Kekurangan gizi yang terjadi dalam kandungan dan awal kehidupan menyebabkan janin melakukan reaksi penyesuaian. Secara paralel penyesuaian tersebut meliputi perlambatan pertumbuhan dengan pengurangan jumlah dan pengembangan sel-sel tubuh termasuk sel otak dan organ tubuh lainnya. Hasil reaksi penyesuaian akibat kekurangan gizi di ekspresikan pada usia dewasa dalam bentuk tubuh yang pendek (Kemenkes RI, 2019)

c. Faktor – Faktor Penyebab Stunting

Stunting disebabkan oleh faktor multi dimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Secara lebih detail, beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian stunting dapat digambarkan sebagai berikut:

1) Faktor langsung

a) Faktor ibu

Faktor ibu dapat dikarenakan anemia, nutrisi yang buruk atau KEK selama prekonsepsi, kehamilan, dan laktasi. Selain itu juga dipengaruhi perawakan ibu seperti usia ibu terlalu muda atau terlalu tua, pendek, infeksi, kehamilan

muda, kesehatan jiwa, BBLR, IUGR dan persalinan prematur, jarak persalinan yang dekat dan hipertensi, (Apriluana & Fikawati, 2018)

b) Faktor genetik

Merupakan modal dasar mencapai hasil proses pertumbuhan. Melalui genetik yang berada dalam sel telur yang telah dibuahi, dapat ditentukan kualitas dan kuantitas pertumbuhan. Derajat sensitivitas jaringan terhadap rangsangan, umur pubertas dan berhentinya pertumbuhan tulang (Miko & Al-Rahmad, 2019)

Salah satu atau kedua orang tua yang pendek akibat kondisi patologi (seperti defisiensi hormon pertumbuhan) memiliki gen dalam kromosom yang membawa sifat pendek sehingga memperbesar peluang anak mewarisi gen tersebut dan tumbuh menjadi stunting. Akan tetapi, bila orang tua pendek akibat kekurangan zat gizi atau penyakit, kemungkinan anak dapat tumbuh dengan tinggi badan normal selama anak tersebut tidak terpapar faktor resiko yang lain (Miko & Al-Rahmad, 2019)

c) Asupan makanan

Kualitas makanan yang buruk meliputi kualitas micronutrien yang buruk, kurangnya keragaman dan asupan pangan yang bersumber dari pangan hewani, kandungan

tidak bergizi, dan rendahnya kandungan energi pada *complementary foods*. Praktik pemberian 11 makanan yang tidak memadai, meliputi pemberian makanan yang jarang, pemberian makanan yang tidak adekuat selama dan setelah sakit, konsistensi pangan yang terlalu ringan, kuantitas pangan yang tidak mencukupi, pemberian makan yang tidak berespon (Apriluana & Fikawati, 2018).

Bukti menunjukkan keragaman diet yang lebih bervariasi dan konsumsi makanan dari sumber hewani terkait dengan pertumbuhan linier. Analisa terbaru menunjukkan bahwa rumah tangga yang menerapkan diet yang beragam, termasuk diet yang diperkaya nutrisi pelengkap, akan meningkatkan asupan gizi dan mengurangi resiko stunting (Apriluana & Fikawati, 2018).

d) Pemberian ASI Eksklusif

Masalah-masalah terkait praktik pemberian ASI meliputi delayed Initiation, tidak menerapkan ASI Eksklusif, dan penghentian dini konsumsi ASI. Sebuah penelitian membuktikan bahwa menunda inisiasi menyusui (*delayed initiation*) akan meningkatkan kematian bayi. ASI Eksklusif adalah pemberian ASI tanpa suplementasi

makanan maupun minuman lain, baik berupa air putih, jus, ataupun susu selain ASI.

Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) merekomendasikan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan pertama untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal. Setelah 6 bulan, bayi mendapat makanan pendamping yang adekuat sedangkan ASI dilanjutkan sampai usia 24 bulan. Menyusui yang berkelanjutan selama dua tahun memberikan kontribusi signifikan terhadap asupan nutrisi penting pada bayi (Apriluana & Fikawati, 2018).

e) Faktor infeksi

Beberapa contoh infeksi yang sering dialami yaitu infeksi entrik seperti diare, enteropati, dan cacing, dapat juga disebabkan oleh infeksi pernapasan (ISPA), malaria, diare, berkurangnya nafsu makan akibat serangan infeksi dan inflamasi. Penyakit infeksi akan berdampak pada gangguan masalah gizi. Infeksi klinis menyebabkan lambatnya pertumbuhan dan perkembangan, sedangkan anak yang memiliki riwayat penyakit infeksi memiliki peluang mengalami stunting (Picauly & Toy, 2020).

2) Faktor tidak langsung

a) Sosial ekonomi

Status ekonomi yang rendah akan mempengaruhi pemilihan makanan yang dikonsumsi sehingga biasanya menjadi kurang bervariasi dan sedikit jumlahnya terutama pada bahan pangan yang berfungsi untuk pertumbuhan anak seperti sumber protein, vitamin dan mineral sehingga meningkatkan resiko kekurangan gizi (Khairun, Muhartono & Sowiyah, 2021).

b) Tingkat pendidikan

Pendidikan ibu yang rendah dapat mempengaruhi pola asuh dan perawatan anak. Selain itu juga berpengaruh dalam pemilihan dan cara penyajian makanan yang akan dikonsumsi oleh anaknya. Penyediaan bahan dan menu makan yang tepat untuk balita dalam upaya peningkatan status gizi akan dapat terwujud bila ibu mempunyai tingkat pengetahuan gizi yang baik. Ibu dengan pendidikan rendah antara lain akan sulit menyerap informasi gizi sehingga anak dapat beresiko mengalami stunting (Olsa *et al.*, 2018).

c) Pengetahuan gizi ibu

Pengetahuan gizi yang rendah dapat menghambat usaha perbaikan gizi yang baik pada keluarga maupun masyarakat sadar gizi artinya tidak hanya mengetahui gizi tetapi harus

mengerti dan mau berbuat. Tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang tentang kebutuhan akan zat-zat gizi berpengaruh terhadap jumlah dan jenis bahan makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi merupakan salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap konsumsi pangan dan status gizi. Ibu yang cukup pengetahuan gizinya akan memperhatikan kebutuhan gizi anaknya agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (Olsa *et al.*, 2018).

d) Faktor lingkungan

Lingkungan rumah dapat dikarenakan oleh stimulasi dan aktivitas yang tidak adekuat, penerapan asuhan yang buruk, ketidakamanan pangan, alokasi pangan yang tidak tepat, rendahnya edukasi pengasuh. Anak-anak yang berasal dari rumah tangga yang tidak memiliki fasilitas air dan sanitasi yang baik beresiko mengalami stunting. (Rahayu *et al.*, 2020)

d. Pencegahan Stunting

Untuk mengurangi risiko anak mengalami stunting sejak masa kehamilan antara lain :

1) Penuhi kebutuhan nutrisi

Pemenuhan nutrisi adalah salah satu hal yang penting dilakukan guna mencegah stunting pada anak. Agar proses tumbuh kembang anak bisa berjalan dengan optimal, ia perlu

mendapatkan asupan nutrisi yang cukup di 1000 hari pertama kehidupannya, yakni sejak masih menjadi janin hingga usia sekitar 2 tahun. Selama hamil, pastikan Bumil mengonsumsi cukup makronutrien, seperti karbohidrat, lemak, dan protein.

Selain itu, Bumil juga perlu mengonsumsi makanan dan minuman yang kaya vitamin dan mineral, yakni zat besi, asam folat, kolin, magnesium, yodium, zinc, vitamin A, vitamin B, dan vitamin D. Untuk mencukupi asupan nutrisi di atas guna mencegah stunting pada anak, Bumil perlu mengonsumsi beragam jenis makanan sehat bergizi seimbang, seperti ikan, telur, daging, seafood, kacang, biji-bijian, susu, keju, yoghurt, serta aneka buah dan sayuran (Sulistyoningsih, *et al.*, 2021).

2) Lakukan pemeriksaan kandungan secara rutin

Rutin melakukan pemeriksaan kandungan adalah hal yang tidak kalah penting dalam mencegah stunting pada anak. Pemeriksaan rutin minimal empat kali selama kehamilan diperlukan untuk memantau tumbuh kembang janin, dan mendeteksi apabila terdapat masalah pada janin atau kesehatan Bumil. Dengan demikian, dokter bisa melakukan penanganan lebih awal, agar anak tidak mengalami stunting dan menjaga

kondisi kesehatan Bumil tetap baik. (Apriluana & Fikawati, 2018)

3) Terapkan perilaku hidup bersih dan sehat

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) juga penting untuk Bumil jalani guna mencegah terjadinya infeksi selama kehamilan. Penting untuk diingat bahwa infeksi bakteri, virus, atau parasit tertentu yang Bumil alami bisa meningkatkan risiko janin mengalami stunting atau bahkan masalah kesehatan lain yang lebih serius, seperti cacat bawaan lahir.

Oleh karena itu, ingatlah untuk mencuci tangan dengan air dan sabun secara teratur, terutama saat sebelum makan, sebelum menyiapkan makanan, setelah berpergian, dan setelah dari kamar mandi. Selain itu, bila Bumil memiliki binatang peliharaan di rumah, terutama kucing, pastikan bahwa tempat kotorannya benar-benar terjaga kebersihannya. Saat membersihkan kotoran binatang peliharaan, selalu gunakan sarung tangan dan cuci tangan setelahnya (Sulistyoningsih *et al.*, 2021).

4) Berolahraga secara rutin

Berolahraga secara rutin saat hamil dapat mendukung kehamilan yang sehat sekaligus meningkatkan stamina dan kebugaran Bumil. Olahraga saat hamil juga baik untuk

mendukung pertumbuhan janin dan mengurangi risikonya untuk mengalami stunting (Apriluana *et al.*, 2018).

Pada masa setelah kelahiran sampai dengan usia anak 2 tahun, perlu diperhatikan asupan gizi diantaranya Inisiasi Menyusu Dini (IMD), ASI Eksklusif hingga usia 6 bulan, ASI diteruskan hingga usia anak 2 tahun, dan Makanan Pendamping ASI (MPASI) sejak bayi berusia 6 bulan (Apriluana *et al.*, 2018).

Pemantauan perkembangan dilakukan setiap 3 bulan pada anak usia 0 - 12 bulan dan setiap 6 bulan pada anak usia 12 - 72 bulan, Pemantauan pertumbuhan pada balita di Posyandu juga merupakan bagian dari strategi untuk menurunkan prevalensi masalah gizi dalam sasaran Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN), jadi pemantauan tumbuh kembang balita di posyandu sangat berperan besar untuk penekanan angka kejadian stunting. Penimbangan berat badan harus perlu dilakukan secara ketat karena peningkatan berat badan merupakan salah satu status gizi/nutrisibayi dan erat kaitannya dengan daya tahan tubuh (Hasibuan *et al.*, 2023).

e. Patofisiologi stunting

Proses pertumbuhan dan perkembangan seorang manusia memiliki proses yang cukup rumit. Banyak hal yang dapat mempengaruhi proses pertumbuhan seseorang, dimulai sejak

masakonsepsi hingga tercetak sebagai suatu kesatuan utuh dalam bentuk manusia. Genetik dan lingkungan memiliki kendali yang besar selama proses pertumbuhan. Sedangkan untuk ciri khas dari stunting ini sendiri yakni perawakan pendek pada balita, perawakan pendek dapat diklasifikasikan menjadi 2 macam (proporsional dan tidak proporsional) (Candra, 2020).

Perawakan pendek proporsional dapat disebabkan oleh hal-hal berikut; kondisi malnutrisi atau gizi buruk, penyakit infeksi/kronik dan kelainan kelenjar endokrin seperti defisiensi hormon pertumbuhan, *hipotiroid*, *Cushing syndrom*, resistensi hormon pertumbuhan dan *defisiensi IGF-1*. Perawakan pendek tidak proporsional disebabkan oleh kelainan tulang seperti *kondrodistrofi*, displasia tulang, *Turnersyndrom*, *Prader-Willi syndrom*, *Down syndrom*, *Kallman syndrom*, *Marfan syndrom* dan *Klinefelter syndrom*. Kondisi-kondisi tersebut dapat berakibat terhadap permasalahan pertumbuhan anak sehingga dapat menyebabkan kejadian stunting pada anak (Candra, 2020).

f. Dampak stunting

Dilansir dari *World Health Organization* (WHO), dikatakan bahwa stunting bisa menimbulkan dampak yang baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap tumbuh kembang anak. Dalam hal ini stunting dapat berakibat terhadap perkembangan kognitif

atau kecerdasan, verbal, dan motorik pada anak yang dapat berpengaruh pada kualitas sumberdaya manusia (Primasari *et al.*, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di India, Filipina, dan Afrika Selatan, memaparkan bahwa anak-anak kerdil (stunting) memiliki kinerja yang jauh lebih buruk pada memori jangka pendek, kemampuan pengambilan dan tes kemampuan visual-spasial mereka. Dalam jangka waktu yang panjang anak-anak yang mengalami stunting pertumbuhannya akan terhambat jika tidak dilakukan upaya untuk mengejar pertumbuhan anak pada 1000 hari pertama. Anak-anak dengan stunting memiliki pertumbuhan kognitif yang buruk jika dibandingkan dengan anak-anak yang pertumbuhannya normal (Alamet *et al.*, 2020).

Stunting dapat berdampak serius, antara lain: dalam jangka waktu pendek dapat berpengaruh terhadap angka mortalitas dan morbiditas balita, dalam jangka waktu panjang dapat berpengaruh terhadap masalah kesehatan degeneratif saat dewasa. Serta banyaknya angka kejadian stunting juga dapat berdampak bagi permasalahan ekonomi dan akan menyebabkan ketimpangan dalam suatu negara (Yadikaet *et al.*, 2019).

Dikarenakan masa depan suatu bangsa ditentukan oleh penerus-penerusnya. Yang mana untuk memperoleh penerus yang berkualitas dan berkompeten dapat diawali sejak masa balita-anak, sebab anak merupakan suatu aset bangsa pada masa mendatang. Oleh karena itu,

jikalau banyak balita di Indonesia yang menderita stunting atau balita kerdil maka akan berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia dimasa mendatang dan dapat berpengaruh pada kemajuan suatu bangsa, Dengan demikian dapat menyebabkan Indonesia tidak bisa bersaing dengan negara lainnya (Saputri *et al.*, 2019).

Oleh karena itu, dalam hal ini pemerintah secara serius melakukan upaya untuk menekan angka kejadian stunting di Indonesia. Berdasarkan literatur internasional telah dibahas bahwasanya stunting dapat menyebabkan terhambatnya pertumbuhan ekonomi dan penurunan produktifitas suatu negara. Terlebih stunting atau balita kerdil juga dapat menciptakan kesenjangan ekonomi. Generasi yang lahir dan tumbuh secara maksimal atau tidak mengalami stunting memiliki tingkat kecerdasan yang bagus, serta memberikan pengaruh besar pada bidang konstruksi dan keuangan (Saputri *et al.*, 2019).

Risiko *degenerative disease* merupakan risiko pada penyakit yang dibawa sejak dalam kandungan dan juga dapat diminimalisir kejadiannya. Penyakit ini membutuhkan biaya pengobatan yang mahal, contoh dari *degenerative disease* yaitu, hipertensi atau darah tinggi, diabetes atau kencing manis dan lain sebagainya. Dengan ini jika kejadian stunting di negeri kita dapat ditekan maka akan sangat membantu pertumbuhan perekonomian Indonesia menjadi lebih baik,

tanpa terbebani dengan biaya pengobatan dari *degenerative disease* (Saputri *et al.*, 2019).

2. Konsep pengetahuan

a. Definisi Pengetahuan

Pengertian Pengetahuan Menurut Sulaeman yaitu hasil penginderaan manusia atau hasil pengetahuan seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Dengan demikian, pengetahuan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Tanpa pengetahuan, seseorang tidak akan mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi (Sulaeman, 2019).

Pengetahuan menurut Notoatmodjo adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera, penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan merupakan hal yang sangat utuh terbentuknya tindakan seseorang (*over behavior*). Karena dalam penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan (Notoatmodjo, 2019).

b. Tingkat pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2019), bahwa pengetahuan yang mencakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan, yaitu:

1) Tahu (*Know*)

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk kedalam pengetahuan tingkatan ini adalah mengingat kembali (*Recall*) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari merupakan tingkatan pengetahuan yang paling rendah.

2) Memahami (*Comprehention*)

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar, orang yang telah paham terhadap objek suatu materi harus dapat menjelaskan, menyimpulkan, dan meramalkan terhadap objek yang dipelajari.

3) Aplikasi (*Application*)

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi sebenarnya. Aplikasi disini dapat diartikan aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode prinsip dan sebagainya dalam konteks atau situasi lain.

4) Analisis (*Analysis*)

Kemampuan untuk melakukan penyelidikan terhadap suatu peristiwa untuk mengetahui keadaan yang sebenarnya untuk menjabarkan suatu materi dalam struktur organisasi.

5) Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian didalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi yang ada.

6) Evaluasi (*Evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian lain berdasarkan suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau menggunakan kriteria yang telah ada.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Mubarak (2020) menyebutkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan antara lain:

1) Pendidikan

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain agar dapat memahami suatu hal. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah pula mereka menerima informasi. Hal tersebut membuat pengetahuan yang dimilikinya akan semakin

banyak. Sebaliknya, jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang rendah, maka akan menghambat perkembangan sikap orang tersebut terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan.

2) Pekerjaan Lingkungan

Pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung.

3) Umur

Dengan bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental). Secara garis besar, pertumbuhan fisik terdiri dari empat kategori perubahan yaitu perubahan ukuran, perubahan 10 proporsi, hilangnya ciri-ciri lama, dan timbulnya ciri-ciri baru. Perubahan ini terjadi karena pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis atau mental, taraf berpikir seseorang menjadi semakin matang dan dewasa.

4) Minat

Minat sebagai suatu kecenderungan atau keinginan yang tinggi terhadap sesuatu. Minat menjadikan seseorang untuk mencoba dan menekuni suatu hal, sehingga seseorang memperoleh pengetahuan yang lebih mendalam.

5) Pengalaman

Pengalaman adalah suatu kejadian yang pernah dialami seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Orang cenderung berusaha melupakan pengalaman yang kurang baik. Sebaliknya, jika pengalaman tersebut menyenangkan, maka secara psikologis mampu menimbulkan kesan yang sangat mendalam dan membekas dalam emosi kejiwaan seseorang. Pengalaman baik ini akhirnya dapat membentuk sikap positif dalam kehidupannya.

6) Kebudayaan Lingkungan Sekitar

Lingkungan sangat berpengaruh dalam pembentukan sikap pribadi atau sikap seseorang. Kebudayaan lingkungan tempat kita hidup dan dibesarkan mempunyai pengaruh besar terhadap pembentukan sikap kita. Apabila dalam suatu wilayah mempunyai sikap menjaga kebersihan lingkungan, maka sangat mungkin masyarakat sekitarnya mempunyai sikap selalu menjaga kebersihan lingkungan.

d. Cara Memperoleh Pengetahuan

Menurut (Notoatmodjo, 2019), ada beberapa cara untuk memperoleh pengetahuan, yaitu:

1) Cara Coba-Salah (*Trial and Error*)

Cara coba-coba ini dilakukan dengan menggunakan kemungkinan dalam memecahkan masalah, dan apabila

kemungkinan tersebut tidak berhasil, dicoba kemungkinan yang lain. Apabila kemungkinan kedua ini gagal pula, maka dicoba dengan kemungkinan ketiga, dan apabila kemungkinan ketiga gagal dicoba kemungkinan keempat dan seterusnya, sampai masalah tersebut dapat dipecahkan. Itulah sebabnya maka cara ini disebut metode *trial* (coba) dan *error* (gagal atau salah) atau metode cobasalah/coba-coba.

2) Cara Kekuasaan atau Otoritas

Dalam kehidupan manusia sehari-hari, banyak sekali kebiasaan-kebiasaan dan tradisi-tradisi yang dilakukan oleh orang, tanpa melalui penalaran apakah yang dilakukan tersebut baik atau tidak. Kebiasaan-kebiasaan ini biasanya diwariskan turun temurun dari generasi ke generasi berikutnya. Dengan kata lain, pengetahuan tersebut diperoleh berdasarkan pada otoritas atau kekuasaan, baik tradisi, otoritas pemerintah, otoritas pemimpin agama, maupun ahli-ahli ilmu pengetahuan. Prinsip ini adalah, orang lain menerima pendapat yang dikemukakan oleh orang yang mempunyai otoritas, tanpa terlebih dahulu menguji atau membuktikan kebenarannya, baik berdasarkan fakta empiris, ataupun berdasarkan penalaran sendiri. Hal ini disebabkan karena orang yang menerima pendapat tersebut menganggap bahwa yang dikemukakannya adalah benar.

3) Berdasarkan Pengalaman

Pribadi Pengalaman adalah guru yang baik, dimana pepatah ini mengandung maksud bahwa pengalaman itu merupakan sumber pengetahuan, atau pengalaman itu merupakan suatu cara untuk memperoleh pengetahuan.

4) Melalui Jalan Pikiran

Sejalan dengan perkembangan umat manusia, cara berpikir manusia pun ikut berkembang. Dari sini manusia telah mampu menggunakan penalarannya dalam memperoleh pengetahuannya. Dengan kata lain, dalam memperoleh kebenaran pengetahuan manusia telah menggunakan jalan pikirannya, baik melalui induksi maupun deduksi.

5) Cara Modern Memperoleh Pengetahuan

Cara baru dalam memperoleh pengetahuan pada dewasa ini lebih sistematis, logis, dan ilmiah.

e. Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menanyakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subjek penelitian dan responden (Mubarak, 2020).

Adapun pertanyaan yang dapat digunakan untuk pengukuran pengetahuan secara umum dapat dikelompokkan menjadi 2 jenis:

- 1) Pertanyaan subjektif, misalnya jenis pertanyaan esai.
- 2) Pertanyaan objektif, misalnya jenis pertanyaan pilihan ganda (*multiple choice*), betul atau salah dan pertanyaan menjodohkan.

Pertanyaan esai disebut pertanyaan subjektif karena penilaian untuk pertanyaan ini melibatkan faktor-faktor subjektif dari penilai sehingga nilainya akan berbeda dari seorang penilai satu dibandingkan dengan yang lain dari satu waktu yang lainnya. Pertanyaan pilihan ganda, betul atau salah, dan menjodohkan disebut pertanyaan objektif karena pertanyaan-pertanyaan itu dapat dinilai secara pasti oleh penilainya tanpa melibatkan faktor subjektif dari penilai. pengukuran tingkat pengetahuan dapat dibedakan sebagai berikut menurut (Arikunto, 2021):

- a) Pengetahuan baik (76 – 100%)
 - b) Pengetahuan cukup (56 – 75%)
 - c) Pengetahuan kurang ($\leq 55\%$)
3. Konsep Wanita Usia Subur (WUS)

a. Definisi WUS

Wanita usia subur (WUS) atau bisa disebut masa reproduksi merupakan wanita yang berusia antara 15-49 tahun dimulai dari pertama kali menstruasi sampai berhentinya menstruasi atau menopause yang berstatus menikah, belum menikah maupun janda dan masih berpotensi untuk hamil. Seorang wanita dikatakan masa

reproduksi ketika pertama mengalami menses atau haid (Akbar *et al.*, 2021)

Menses ini terjadi karena adanya pengeluaran sel telur yang telah matang dan tidak dibuahi sehingga sel telur tersebut akan lepas dari ovariumnya. Begitupun sebaliknya ketika seorang wanita tidak mampu melepaskan ovum karena sudah habis tereduksi, menstruasi akan menjadi tidak teratur lagi setiap bulan, sampai kemudian berhenti sama sekali, masa ini disebut menopause (Akbar *et al.*, 2021).

b. Tanda-tanda Wanita Usia subur

Tanda-tanda Wanita Usia Subur Menurut (Suprihatin *et al.*, 2022)

1) Siklus haid

Wanita yang mempunyai siklus haid teratur setiap bulan biasanya subur. Satu putaran haid dimulai dari hari pertama keluar haid hingga sehari sebelum haid datang kembali, yang biasanya berlangsung selama 28 hingga 30 hari. Oleh karena itu siklus haid dapat dijadikan indikasi pertama untuk menandai seorang wanita subur atau tidak.

2) Pemeriksaan fisik

Untuk mengetahui seorang wanita subur juga dapat diketahui dari organ tubuh seorang wanita. Beberapa organ tubuh, seperti buah dada, kelenjar tiroid pada leher dan organ

reproduksi. Kelenjar tiroid yang mengeluarkan hormon tiroksin berlebihan akan mengganggu proses pelepasan sel telur. Sedangkan pemeriksaan buah dada ditujukan untuk mengetahui hormon prolaktin dimana kandungan hormon prolaktin yang tinggi akan mengganggu proses pengeluaran sel telur. Selain itu, pemeriksaan sistem reproduksi juga perlu dilakukan untuk mengetahui sistem reproduksi normal atau tidak.

3) Klasifikasi umur WUS

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang memasuki usia 15-49 tahun tanpa memperhitungkan status perkawinannya. Wanita usia subur mempunyai organ reproduksi yang masih berfungsi dengan baik antara umur 20-45 tahun. Usia subur pada Wanita berlangsung lebih cepat dari pada pria. Puncak kesuburan ada pada rentang usia 20-29 tahun, pada usia ini Wanita memiliki kesempatan 95% untuk hamil. Pada usia 30-an persentasenya menurun hingga 90%. Sedangkan memasuki 40, kesempatan hamil berkurang hingga menjadi 40%. Setelah usia 40 wanita hanya punya maksimal 10% kesempatan untuk hamil (Kemenkes RI, 2019).

Usia 19-27 tahun Masuk dalam kelompok Dewasa Muda / Awal

Usia 28–36 tahun merupakan fase Dewasa Mapan / Awal Akhir

Usia 37–45 tahun menurut dunia medis sudah memasuki fase Dewasa Akhir.

4. Definisi pendidikan kesehatan

Pendidikan adalah suatu usaha terencana untuk mempengaruhi individu, kelompok, atau masyarakat agar mereka bertindak sesuai harapan dari para pendidik. Menurut Nurmala (2020), secara umum dia berpendapat bahwa pendidikan kesehatan terdiri dari serangkaian pengalaman yang berdampak pada sikap, pengetahuan, serta kebiasaan seorang individu terkait dengan kesehatan, baik di tingkat individu, masyarakat, maupun kelompok etnis tertentu. Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari keseluruhan inisiatif kesehatan yang meliputi upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif dengan fokus pada meningkatkan perilaku hidup sehat.

Menurut Widodo (2020), pendidikan kesehatan sama dengan penyuluhan kesehatan karena keduanya bertujuan untuk mengubah perilaku menuju perilaku yang sehat. Dengan demikian, individu memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi masalah kesehatan yang dialami oleh diri sendiri, keluarga, dan kelompoknya agar dapat meningkatkan kesehatan mereka. Pendidikan kesehatan juga merupakan bagian dari promosi kesehatan, yaitu suatu proses yang bertujuan untuk memperkuat kemampuan masyarakat dalam menjaga dan meningkatkan

kesehatan mereka. Ini tidak hanya berfokus pada peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan, tetapi juga pada perbaikan kondisi lingkungan, baik fisik maupun non-fisik, sebagai bagian dari usaha menjaga dan meningkatkan kesehatan.

Rachmawati (2019) menekankan bahwa promosi kesehatan mencakup berbagai kombinasi pendidikan kesehatan dan intervensi yang berhubungan dengan aspek ekonomi, politik, dan organisasi, yang dirancang untuk mendukung perubahan perilaku serta menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan.

a. Tujuan Pendidikan Kesehatan

Menurut (Muchtar *et al.*, 2023) tujuan dari pendidikan kesehatan adalah untuk mengubah pemahaman individu atau kelompok di bidang kesehatan agar menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang penting dalam kehidupan mereka untuk mencapai 9 tujuan hidup sehat, serta dapat menggunakan fasilitas pelayanan kesehatan yang ada dengan tepat dan sesuai. Tujuan pendidikan kesehatan adalah untuk mengubah perilaku dan sikap masyarakat dalam membina serta memelihara perilaku hidup sehat serta berperan aktif dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (M. K. Sari, 2021).

b. Metode pendidikan kesehatan

Metode dapat diklasifikasikan menjadi tiga bagian, yaitu :

- 1) Metode penelitian kesehatan individual
- 2) Metode penelitian kesehatan kelompok

Sasaran kelompok dibedakan menjadi 3 yaitu :

- 1) Metode pendidikan kesehatan untuk kelompok kecil
- 2) Metode pendidikan kesehatan untuk kelompok besar
- 3) Metode dan teknik pendidikan kesehatan massa

5. Konsep media

a. Definisi

Menurut Susilowati (2021), yang dimaksud dengan sarana promosi kesehatan adalah semua bentuk atau usaha untuk menyampaikan informasi yang ingin diungkapkan oleh komunikator, sehingga audiens dapat meningkatkan pemahaman mereka yang pada akhirnya diharapkan bisa memotivasi perubahan perilaku positif terhadap kesehatan.

Sekitar pertengahan abad ke-20, pemanfaatan alat visual mulai dilengkapi dengan perangkat audio, sehingga terbentuklah alat pembelajaran audio visual. Upaya untuk menjadikan materi pelajaran yang abstrak menjadi lebih nyata terus dilakukan. Dalam proses ini, Edgar Dale menciptakan klasifikasi 11 level pengalaman belajar, mulai dari yang paling nyata hingga yang paling abstrak. Klasifikasi ini kemudian dikenal dengan sebutan

“Kerucut Pengalaman” (*The Cone of Experience*) karya Edgar Dale (Susilowati, 2021).

Media memiliki peranan yang sangat penting dalam pelaksanaan penyuluhan kesehatan, ini dikarenakan hal hal sebagai berikut:

- 1) Media dapat mempermudah penyampaian informasi.
- 2) Media dapat menghindari kesalahan persepsi.
- 3) Media dapat memperjelas informasi.
- 4) Media dapat mempermudah pengertian
- 5) Media dapat mengurangi komunikasi verbalistik.
- 6) Media dapat menampilkan objek yang tidak dapat ditangkap dengan mata.
- 7) Media dapat memperlancar komunikasi

b. Jenis media promosi

Menurut (Ardhi, 2020) peran-fungsinya sebagai penyaluran pesan/informasi kesehatan, media promosi kesehatan dibagi menjadi 3 yakni:

1) Media Cetak

Media ini menekankan pada elemen visual, biasanya terdiri dari kombinasi beberapa kata, gambar, atau foto yang disusun dengan warna tertentu. Contoh dari media ini meliputi *booklet, leaflet, flyer, flip chart*, rubrik atau artikel di surat

kabar atau majalah, poster, dan foto-foto yang menyampaikan informasi tentang kesehatan.

Beberapa keuntungan dari media cetak antara lain daya tahan yang lama, mampu menjangkau banyak orang, biaya yang rendah, bisa dibawa ke mana saja, tidak memerlukan daya listrik, memudahkan pemahaman, dan dapat meningkatkan semangat belajar. Namun, media cetak juga memiliki kekurangan, yaitu tidak bisa menciptakan efek gerakan dan suara serta rentan terhadap lipatan.

2) Media Elektronik

Media ini adalah jenis media yang bersifat dinamis dan bergerak, yang dapat dilihat dan didengar, serta disampaikan melalui perangkat elektronik. Di dalam kategori media ini terdapat televisi, radio, video, film, kaset, CD, VCD, internet (komputer dan modem), serta SMS (telepon seluler). Seperti media cetak, media elektronik menawarkan sejumlah kelebihan, seperti kemudahan pemahaman, daya tarik yang tinggi, sudah familiar di kalangan masyarakat, interaksi langsung, melibatkan semua indera, penyampaian yang dapat dikontrol dan diulang, serta memiliki jangkauan yang lebih luas.

Namun, media ini juga memiliki kekurangan, seperti biaya yang lebih tinggi, kompleksitas yang sedikit lebih,

kebutuhan akan listrik dan perangkat canggih untuk produksi, persiapan yang harus dilakukan secara matang, peralatan yang selalu mengalami perkembangan dan perubahan, serta keterampilan dalam penyimpanan dan penggunaan.

3) Media Luar Ruang

Media yang menyampaikan informasi di luar ruangan dapat meliputi baik media cetak maupun elektronik, seperti papan iklan, spanduk, pameran, banner, televisi ukuran besar, dan umbul-umbul yang menampilkan pesan, slogan, atau logo. Keuntungan dari jenis media ini adalah mudah dimengerti, menarik perhatian, berfungsi sebagai informasi umum dan hiburan, memungkinkan interaksi langsung, melibatkan seluruh indra, cara penyampaian dapat dikendalikan, dan memiliki jangkauan yang cukup luas.

Namun, ada beberapa kelemahan dari media ini, antara lain biaya yang lebih tinggi, sedikit rumit dalam prosesnya, memerlukan peralatan modern untuk produksi, persiapan yang hati-hati, alat yang terus berevolusi, serta membutuhkan keterampilan dalam penyimpanan dan pengoperasiannya

Sarana Lain, seperti :

- a) Pemasangan iklan pada bus.
- b) Mengadakan acara, merupakan sebuah aktivitas yang diselenggarakan di mall atau tempat hiburan untuk

menarik perhatian pengunjung. Contoh : *Road Show*, sebuah acara yang dilaksanakan di berbagai Lokasi atau kota. Sampling, contoh barang yang diberikan kepada target tanpa biaya. Pameran, sebuah kegiatan untuk menampilkan informasi program dan pesan-pesan promosi.

4) Media video

Video adalah salah satu bentuk media elektronik yang mampu menyatukan unsur audio dan visual sehingga bisa menghasilkan tayangan yang hidup dan menarik. Video dapat disimpan dalam format VCD dan DVD, yang membuatnya praktis untuk dibawa ke mana saja, mudah digunakan, serta mampu menjangkau banyak penonton dan menarik untuk ditampilkan untuk durasi video 5-10 menit.

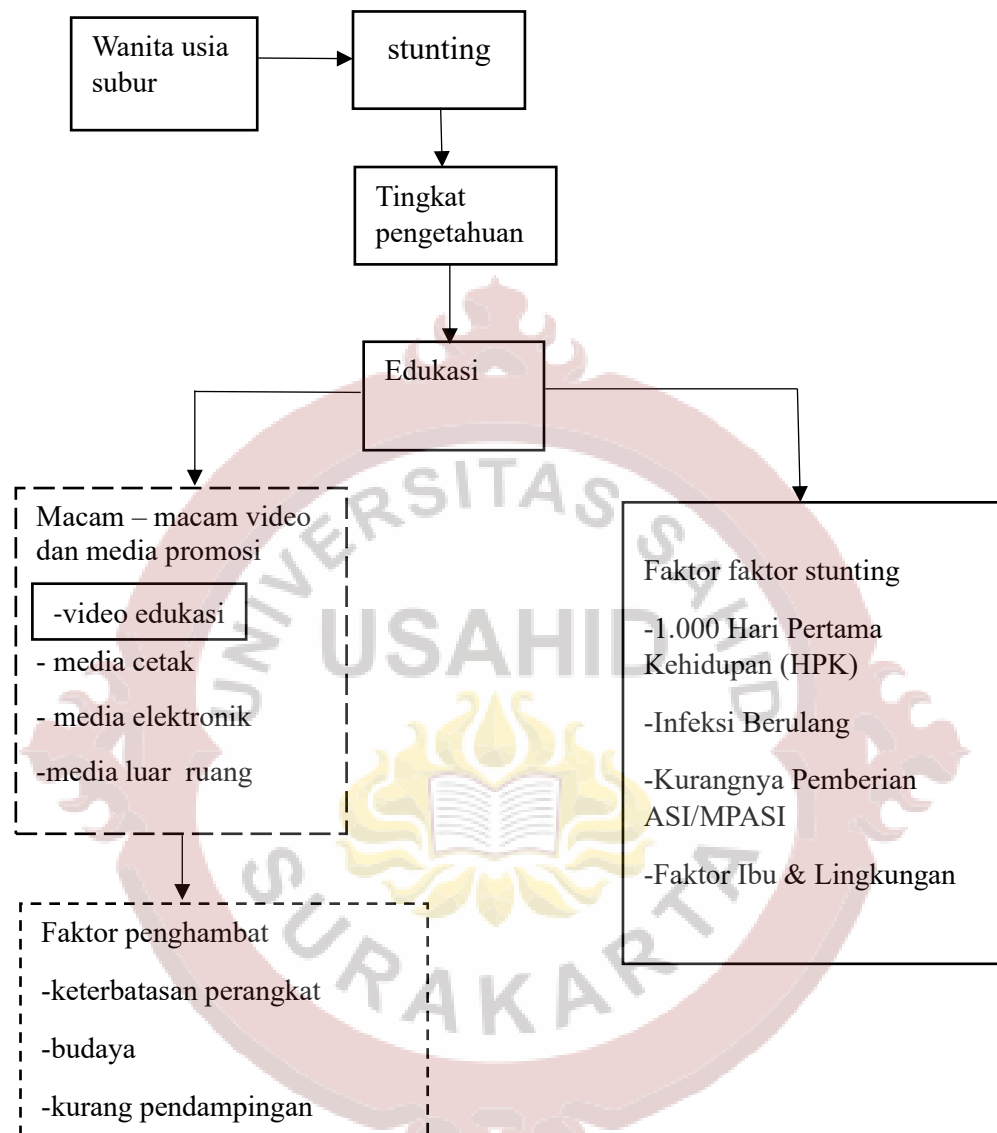
Manfaat dari media video menurut Yudianto (2020) meliputi:

- a) Menyediakan pengalaman yang mengejutkan bagi para WUS.
- b) Menunjukkan dengan jelas hal-hal yang sebelumnya sulit untuk dilihat.
- c) Menganalisis perubahan yang terjadi dalam jangka waktu tertentu.

- d) Memberikan pengalaman kepada WUS untuk merasakan kondisi tertentu.
- e) Menyajikan presentasi kasus nyata yang dapat memicu diskusi di antara WUS.



B. Kerangka teori



Keterangan:

: diteliti

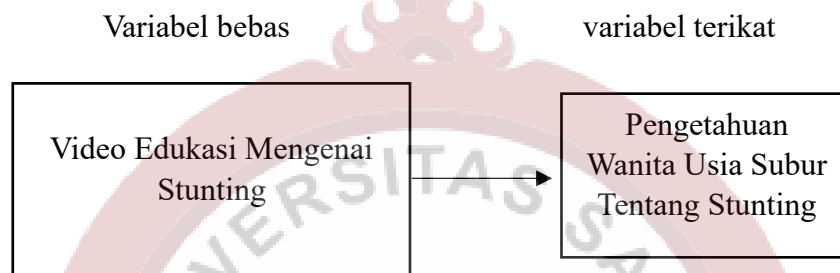
: tidak diteliti

Sumber: (Notoatmodjo 2019; Kemenkes RI, 2019; Mubarok, 2022; Susilowati, 2021;

Muchtar *et al.*, 2023)

C. Kerangka konsep

Kerangka konsep merupakan visualisasi hubungan antara berbagai variabel, yang dirumuskan oleh peneliti setelah membaca berbagai teori yang ada dan kemudian menyusun teorinya sendiri yang akan digunakannya sebagai landasan untuk penelitiannya.



D. Hipotesis penelitian

Dalam penelitian ini dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian video edukasi kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan stunting pada wanita usia subur.