BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

A. *Stunting*

1. Pengertian *Stunting*

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya (Kemenkes, 2017). Menurut BKKBN tahun 2021, *stunting* merupakan suatu keadaan di mana bayi dalam 1000 hari pertama kehidupan mengalami kekurangan gizi yang berlangsung lama dan menyebabkan terhambat perkembangan otak dan tumbuh kembang anak. Dampak bayi stunting tumbuh lebih pendek dari standar tinggi balita seumur hidup karena kekurangan gizi menahun (BKKBN, 2021).

Jika panjang atau tinggi badan menurut umur, menurut jenis kelamin, di bawah standar deviasi (SD) dari median standar pertumbuhan anak WHO yang dikenal sebagai skor LfA-z, itu berarti panjang/tinggi badan anak terlalu rendah untuk pertumbuhan mereka. usia dan gender. Stunting sering kali terjadi selama kehamilan dan berlangsung selama setidaknya dua tahun pertama kehidupan (Campos et al., 2021)

Salah satu tujuan pembangunan berkelanjutan (SDG) adalah mencegah *stunting.* Salah satu target adalah untuk menghilangkan kelaparan dan berbagai bentuk malnutrisi tahun 2030, mencapai ketahanan pangan dan target global untuk anak kurus dan pendek di bawah usia 5 tahun pada tahun 2025 (Arnita et al., 2020).

2. Faktor Penyebab Stunting

Banyak faktor yang dapat menyebabkan stunting, dan salah satunya adalah sanitasi lingkungan tempat tinggal, kualitas air, dan ketersediaan. Perilaku hidup yang bersih dan sehat serta keterbatasan fasilitas kebersihan dapat berdampak pada status gizi anak, yang dapat menyebabkan berbagai penyakit infeksi. Faktor risiko lain termasuk jenis kelamin (laki-laki lebih rentan terhadap stunting), pendapatan keluarga yang rendah, fasilitas kesehatan, terutama pelayanan antenatal care yang belum memadai, pendidikan ibu, dan pengetahuan yang kurang tentang nutrisi yang baik untuk anak.

Asupan gizi yang dikonsumsi ibu hamil dan bayi juga dapat menyebabkan stunting. Stunting juga dapat disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

kesehatan dan gizi sebelum kehamilan dan selama masa nifas, terbatasnya layanan kesehatan seperti perawatan antenatal dan postnatal, dan kurangnya akses ke makanan bergizi dan air bersih. Dalam 1000 HPK, atau 1000 hari pertama kehidupan, intervensi yang paling signifikan diperlukan karena berbagai faktor yang sangat beragam tersebut (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022)

Faktor jangka pendek seperti kekurangan asupan gizi dari pola makan, sedangkan faktor jangka panjang seperti perilaku pengelolaan makanan, pengasuhan anak, lingkungan yang buruk, dan kurangnya pelayanan kesehatan. Faktor termasuk usia dan tingkat pengetahuan ibu yang rendah, pola pengasuhan seperti riwayat pemberian asi eksklusif selama 6 bulan, status ekonomi, jumlah anggota keluarga, sanitasi higienitas yang kurang optimal, dan paparan terhadap faktor kesehatan masyarakat yang mempengaruhi status kesehatan.(Sina e*t al,* 2022)

Sebagian besar kasus stunting yang dialami oleh anak balita disebabkan oleh gaya parenting orang tua. Orang tua yang memiliki pola asuh yang buruk atau kurang memiliki kemungkinan lebih besar anak mereka terkena stunting daripada orang tua yang memiliki pola asuh yang baik . Lima 20 faktor paling berpengaruh terhadap stunting balita adalah pola makan yang buruk, pendapatan yang rendah, tinggi badan ibu yang pendek, berat badan ibu yang kurang, dan tingkat pendidikan ibu yang rendah. Ini adalah salah satu dari banyak faktor pencetus stunting balita (Anggraeni et al., 2022)

3. Dampak *Stunting*

Dampak *stunting* pada anak dapat mencakup berbagai aspek, baik secara fisik maupun kognitif baik dampak jangka panjang maupun jangka pendek (Mustakim *et al*., 2022). Beberapa dampak stunting yang terjadi pada anak antara lain:

a. Dampak jangka pendek stunting pada anak :
   1) Gangguan metabolisme tubuh
   2) Pertumbuhan fisik
   3) Perkembangan otak
b. Dampak jangka panjang stunting meliputi :
   1) peningkatan risiko penyakit menular
   2) Gangguan kognitif
   3) Kesulitan belajar,
   4) Daya tahan tubuh yang lemah

5) Penurunan produktivitas saat dewasa.

Proporsi tubuh anak *stunting* mungkin tampak normal. *Stunting* juga dapat memperlambat perkembangan otak, yang dapat berdampak pada keterbelakangan mental, rendah kemampuan belajar, dan peningkatan risiko diabetes, hipertensi, obesitas, dan penyakit kronis lain.

4. Pencegahan *Stunting*

Prevalensi *stunting* yang tinggi di Indonesia, upaya pencegahan stunting diperlukan karena gagal tumbuh pada periode ini akan mempengaruhi status gizi dan kesehatan pada usia dewasa. Berdasarkan Keputusan Presiden nomor 42 tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Peningkatan Percepatan Gizi, pemerintah telah membuat kebijakan untuk mencegah *stunting,* dengan penekanan khusus pada kelompok usia pertama 1000 hari kehidupan, sebagai berikut (Kemenkes RI, 2020):

a. Ibu hamil mendapat Tablet Tambah Darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan
b. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) ibu hamil
c. Pemenuhan gizi
d. Persalinan dengan dokter atau bidan yang ahli
e. Pemberian Inisiasi Menyusui Dini (IMD)
f. Pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif pada bayi hingga usia 6 bulan 23
g. Memberikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) untuk bayi diatas 6 bulan hingga 2 tahun
h. Pemberian imunisasi dasar lengkap dan vitamin A
i. Pemantauan pertumbuhan balita di posyandu terdekat
j. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Salah satu cara yang dapat dilakukan sebagai upaya pencegahan stunting adalah dengan membuat suatu wadah dimana disana informasi terkait gizi dan kesehatan seputar kehamilan dapat disosialisasikan secara masif, yang biasanya dikenal dengan kelas ibu hamil. Muatan yang terdapat di dalam kelas ibu hamil ini dapat berupa materi-materi terkait perawatan kehamilan, termasuk di dalamnya adalah pentingnya pemenuhan gizi selama masa kehamilan yang menjadi salah satu syarat penting dalam upaya pencegahan stunting (Kemenkes RI, 2021).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Pencegahan stunting telah menjadi prioritas kesehatan nasional, mengingat dampak negatifnya tidak hanya pada fisik, tetapi juga perkembangan kognitif anak di masa depan (Arini *et al.,* 2024). Salah satu upaya pencegahan stunting yang efektif adalah melalui pemenuhan gizi dan nutrisi selama kehamilan. Hal ini melibatkan konsumsi makanan yang seimbang dan bergizi sesuai dengan kebutuhan energi ibu hamil di setiap trimester. Melalui program pengabdian masyarakat, tujuannya adalah meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya nutrisi selama kehamilan (Tazkiah *et al.,* 2024).

Penanganan stunting salah satunya adalah dengan program satu pilar ketahanan akses pangan bergizi. Satu pilar ketahanan akses pangan bergizi meliputi penyediaan makanan bergizi, pemenuhan kebutuhan pangan dan gizi keluarga, pengolahan pangan bergizi, dan penguatan regulasi mengenai label pangan. Gizi adalah salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi individu atau masyarakat dan karenanya merupakan masalah issue fundamental dalam kesehatan masyarakat (Sari *et al.,* 2020).

Pencegahan stunting mulai dari awal kehamilan harus dilakukan agar dapat menurunkan kejadian stunting pada anak. Kejadian stunting dapat terjadi pada masa kehamilan dikarenakan asupan gizi yang kurang saat hamil, pola makan yang tidak sesuai, serta kualitas makanan yang rendah sehingga mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan (Nurfatimah *et al.,* 2021). Pencegahan stunting sendiri sudah dilakukan yaitu dari masa kehamilan seorang ibu terutama sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) satu diantaranya dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang sikap dan perilaku seorang ibu dalam mencegah stunting (Arnita *et al.,* 2020).

Pencegahan stunting bertujuan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak agar menjadi individu yang berkualitas. Hal ini dapat dilakukan melalui pemenuhan asupan gizi yang cukup, akses layanan kesehatan dan perawatan yang optimal, serta penerapan sanitasi yang baik, pendidikan, dan dukungan psikososial. Salah satu faktor yang berperan dalam tumbuh kembang anak adalah tingkat pengetahuan orang tua mengenai pentingnya status gizi yang baik (Probowati & Mei Astuti, 2024). Upaya pencegahan stunting perlu dilakukan sejak awal kehamilan, terutama pada trimester pertama. Selain itu, pengetahuan yang memadai dan dukungan keluarga berperan penting dalam membantu ibu hamil mencegah stunting. Hal ini mencakup pemahaman mengenai faktor penyebab stunting serta

peran aktif suami dalam mendukung kesehatan ibu selama kehamilan (Kusumaningrum *et al.,* 2022)

Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan mempersiapkan kehamilan pada pasangan usia subur (PUS) dan wanita usia subur (WUS) melalui pemeriksaan kesehatan, konseling gizi, serta konsumsi makanan bergizi seimbang. Selama kehamilan, ibu dianjurkan untuk menjalani pemeriksaan kehamilan setidaknya delapan kali, mengonsumsi makanan bergizi, mengonsumsi tablet tambah darah, mendapatkan imunisasi tetanus toxoid, serta mengikuti konseling persiapan persalinan. Selain itu, upaya pencegahan juga mencakup penanganan infeksi cacing pada ibu hamil, pemberian kelambu berinsektisida bagi ibu hamil yang terinfeksi malaria, serta pemberian makanan tambahan bagi ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronik (KEK) (Fitriani *et al.,* 2023).

Intervensi nutrisi, seperti pemberian suplemen zat besi dan asam folat, penting untuk mencegah kekurangan gizi pada ibu hamil yang dapat berdampak pada pertumbuhan janin. Selain itu, suplementasi energi dan protein juga direkomendasikan untuk mencegah kekurangan energi dan protein kronis (Subekti & Barni, 2023). Pemberian makanan tambahan kepada ibu hamil, terutama yang berisiko kekurangan gizi, dapat membantu memenuhi kebutuhan nutrisi harian dan mencegah stunting pada anak yang akan dilahirkan. Program PMT telah diimplementasikan di berbagai daerah sebagai upaya pencegahan stunting (Sari et al., 2024).

Penggunaan media edukasi seperti booklet atau modul pembelajaran juga telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting. Media ini dapat digunakan sebagai alat bantu dalam penyuluhan dan pendidikan kesehatan (Zahra *et al.,* 2021). Partisipasi dalam kelas ibu hamil juga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu mengenai pencegahan stunting. Intervensi melalui kelas ibu hamil terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang pentingnya gizi dan perawatan selama kehamilan untuk mencegah stunting (Kusumadewi *et al.,* 2024). Diperlukan upaya positif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil bagaimana cara pencegahan stunting pada balita. Peran petugas kesehatan harus ditingkatkan untuk mencapai perbaikan pengetahuan (Pratiwi & Nenogasu, 2023).

Upaya penurunan angka stunting membutuhkan aksi pada beragam level, dari tingkat pusat maupun daerah termasuk didalamnya adalah peran serta masyarakat

melalui kegiatan posyandu. Selain posyandu, kelas ibu hamil juga merupakan kelompok yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam mengenali resiko dan tanda bahaya dalam kehamilan (Wahyudi *et al.,* 2023).

Salah satu penelitian di Indonesia menyatakan bahwa para ibu hamil sebenarnya sudah mengetahui tentang stunting dan bahayanya, sehingga perlu untuk dicegah sejak dini, namun mereka tidak memiliki pengetahuan tentang cara pencegahan stunting bagi ibu hamil. Pencegahan stunting pada masa kehamilan dapat dilakukan melalui upaya promotif dan preventif yang berfokus untuk meningkatkan pengetahuan serta sikap positif ibu hamil terhadap pencegahan stunting (Nuradhiani, 2022). Pencegahan stunting pada ibu hamil masih terus menjadi prioritas bagi pemerintah. Pasalnya, mencegah stunting pada anak perlu dilakukan sejak masa kehamilan. Anak yang mengalami masalah pertumbuhan sejak di dalam kandungan akan berisiko mengalami stunting pada saat balita kelak. Sehingga butuh upaya pencegahan sebelum bayi lahir (Fadlilah *et al.,* 2022).

B. Pengetahuan

1. Pengertian

Pengetahuan berasal dari kata “tahu”, dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) kata tahu memiliki arti antara lain mengerti sesudah melihat (menyaksikan, mengalami, dan sebagainya), mengenal dan mengerti. Menurut (Notoatmodjo, 2012) pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek. Penginderaan terjadi melalui pancaindera manusia yakni, indera pendengaran, penglihatan penciuman, perasaan dan perabaan. Sebagian pengetahuan manusia didapat melalui mata dan telinga.

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2021), pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif mempunyai 6 tingkatan yaitu :

a. Tahu (Know)

Tahu merupakan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah mengingat kembali (recall) terhadap suatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

b. Memahami (Comprehension)

Memahami merupakan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tenang objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yag dipelajari.

c. Aplikasi (*Application*)

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

d. Analisis (*Analysis*)

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata-kata kerja dapat menggambarkan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan dan sebagainya.

e. Sintesis (*Synthesis*)

Sintesis merupakan pada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru, kata lain sintesis suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada.

f. Evaluasi (*Evaluation*)

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

3. Faktor Mempengaruhi Pengetahuan

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan sesorang. (Fitriani, 2015) bahwa faktor-faktor tersebut adalah sebagai berikut:

a. Pendidikan

Pendidikan tinggi seseorang akan mendapatkan informasi baik dari pendidikan lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk, semakin banyak pula pengetahuan didapat tentang kesehatan.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

b. Sosial Budaya dan Ekonomi

Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang diperlukan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

c. Lingkungan

Lingkungan berpengaruh terhadap proses masuknya pengetahuan ke dalam individu yang berada pada lingkungan tersebut, hal tersebut terjadi karena adanya interaksi timbal balik yang akan direspon sebagai pengetahuan.

d. Pengalaman

Pengetahuan dapat diperoleh dari pengalaman pribadi ataupun pengalaman orang lain. Pengalaman ini merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran suatu pengetahuan.

e. Usia

Usia mempengaruhi daya tangkap dan pola piker seseorang. Bertambahnya usia akan semakin berkembang pola piker dan daya tangkap seseorang sehingga pengetahuan yang diperoleh akan semakin banyak.

C. Sikap

1. Pengertian

Sikap, menurut Notoatmodjo dalam Shinta (2019), adalah respons 28 tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah termasuk pendapat dan emosi yang relevan.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sikap

Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap yaitu :

a. Pengalaman Pribadi

Pengalaman pribadi yang meninggalkan dampak yang signifikan pada seseorang secara tiba-tiba atau tidak diduga Kejadian dan peristiwa yang terjadi berulang-ulang dan terus-menerus secara bertahap diserap oleh orang dan membentuk sikap mereka.

b. Pengaruh orang lain yang dianggap penting

Pengaruh orang lain sangat penting dalam menentukan sikap seseorang misalnya, orang-orang di pedesaan akan mengikuti apa yang diberikan oleh orang-orang di masyarakat mereka.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

c. Kebudayaan

Di mana kita hidup mempengaruhi sikap kita. Kehidupan masyarakat dipengaruhi oleh budaya lokal.

d. Media Massa

Opini dan kepercayaan seseorang sangat dipengaruhi oleh media masa, baik cetak maupun elektronik. Pemberitahuan tentang sesuatu melalui media masa akan memberikan landasan kognitif sikap baru-baru ini.

e. Lembaga Pendidikan

Organisasi agama dan pendidikan membentuk sikap seseorang, karena keduanya membangun pemahaman dan prinsip moral.

3. Tingkatan Sikap

Menurut (Notoatmodjo, 2012), tingkatan sikap dapat dibagi menjadi beberapa kategori, yaitu :

a. Menerima (*receiving*)

Menerima berarti mau dan memperhatikan stimulus atau objek yang diberikan.

b. Merespon (*responding*)

Merspon berarti memberikan jawaban jika ditanya atau terhadap suatu objek atau situasi.

c. Kesadaran (*sensing*)

Mengalami pengalaman atau perasaan tentang suatu objek atau situasi.

d. Pemilihan (*choosing*)

Memilih cara atau metode yang tepat untuk menghadapi suatu situasi atau objek.

Setiap tingkat sikap ini memainkan peran penting dalam membentuk sikap seseorang dan bagaimana mereka berinteraksi dengan lingkungan dan mengambil keputusan dalam berbagai situasi. Tingkatan sikap yang baik seseorang dapat mempengaruhi bagaimana mereka bertindak dan menjalani berbagai aktivitas sehari-hari.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

D. Ibu Hamil

1. Pengertian Kehamilan

Kehamilan adalah rantai panjang yang dimulai dengan ovulasi (pematangan sel) dan berakhir dengan pertemuan ovum (sel telur) dan spermatozoa (sperma) sehingga terjadi pembuahan dan pertumbuhan zigot. Selanjutnya, bernidasi (penanaman) pada rahim dan pembentukan plasenta adalah tahap akhir dari kehamilan, di mana hasil konsepsi tumbuh sampai aterm (Mardiana et al., 2022).

Menurut Federasi Obstetri Ginekologi Internasional, kehamilan didefinisikan sebagai penyatuan spermatozoa dan ovum, yang diikuti dengan nidasi, atau implantasi. Kehamilan biasanya berlangsung selama 40 minggu, 10 bulan, atau 9 bulan menurut kalender internasional, jika dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi. Proses kehamilan dibagi menjadi tiga trimester. Trimester pertama berlangsung selama 12 minggu, trimester kedua selama 15 minggu (dari minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga selama 13 minggu (dari minggu ke-28 hingga ke-40) (Susanti & Ulpawati, 2022).

2. Fisiologi Kehamilan

Selama masa kehamilan terjadi perubahan pada ibu baik fisik maupun psikis. Secara umum perubahan fisik selama masa kehamilan ialah tidak haid, membesarnya payudara, perubahan bentuk rahim, perubahan sistem kerja organ tubuh, membesarnya perut, naiknya berat badan, melemahnya relaksasi otot-otot saluran pencernaan, sensitivitas pada pengindraan, serta kaki dan tangan mulai membesar (Putri, R. D, Novianti, N., & Maryani , D, n.d.). Pada masa kehamilan, ibu mengalami perubahan anatomi dan fisiologis yang signifikan untuk memelihara dan mendukung pertumbuhan janin yang sedang berkembang. Perubahan ini mempengaruhi hampir semua organ tubuh. Bagi wanita yang mengalami kehamilan tanpa komplikasi, perubahan ini akan hilang setelah kehamilan dengan efek residual yang minimal (Putri, 2023).

Menurut (Patimah, 2020) ibu hamil adalah seorang wanita yang mengandung dimulai dari kaonsepsi sampai lahirnya janin, perubahan fisik ibu hamil secara umum yaitu : uterus, vagina, ovarium, perubahan pada payudara., perubahan pada kekebalan tubuh, perubahan pada system pernafasan, perubahan pada system perkemihan, perubahan pada system pencernaan (Hatini, 2019).

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

a. Trimester I

Pada trimester pertama kehamilan, ibu hamil dapat mengalami berbagai perubahan fisik, seperti pembesaran payudara, peningkatan frekuensi buang air kecil, mual dan muntah, sembelit, mudah lelah, sakit kepala, kram perut, serta kenaikan berat badan. Beberapa ketidaknyamanan yang sering dirasakan antara lain ngidam, keputihan, dan sering buang air kecil. Pada bulan-bulan awal kehamilan, banyak ibu hamil yang merasakan mual atau eneg, yang kemungkinan disebabkan oleh meningkatnya kadar hormon estrogen. Mual dan muntah menjadi salah satu keluhan umum yang sering terjadi pada wanita hamil, terutama selama trimester pertama (Oktaviani, 2020).

Pada trimester pertama kehamilan, tubuh ibu mengalami berbagai perubahan fisik yang umumnya merupakan respons terhadap perubahan hormon serta pertumbuhan janin. Perubahan ini sudah mulai terjadi sejak awal kehamilan dan mencapai puncaknya saat persalinan. Pada wanita yang sehat, perubahan tersebut umumnya dapat ditoleransi dengan baik. Namun, dalam beberapa kasus, perubahan ini dapat memperburuk kondisi medis yang sudah ada sebelumnya atau memicu munculnya gangguan kesehatan terkait kehamilan (Yustiari, 2021).

b. Trimester II

Pada trimester kedua kehamilan dapat mengalami berbagai perubahan fisik, seperti perut makin membesar, Nyeri perut bagian bawah, pergerakan janin, kulit menjadi gelap, pusing atau sakit kepala, dan nyeri pinggang atau panggil.

c. Trimester III

Pada trimester ketiga kehamilan, terjadi perubahan fisiologis pada sistem muskuloskeletal. Tubuh mengalami perubahan postur dan cara berjalan secara bertahap. Pembesaran perut menyebabkan pinggul condong ke depan, disertai penurunan tonus otot perut serta peningkatan beban tubuh. Kondisi ini dapat menimbulkan rasa nyeri, kesemutan, dan kelemahan pada ekstremitas atas. Selain itu, ligamen serta otot di area tengah dan bawah tulang belakang dapat mengalami tekanan yang cukup besar.(Mardinasari et al., 2022)

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

E. Media Edukasi Board Game

a. Media Edukasi

Media edukasi adalah alat bantu yang membawa pesan informasi kesehatan juga memberikan manfaat ketika proses pembelajaran. Media edukasi adalah perantara alat bantu yang mampu memberikan pemahaman materi kepada tenaga Pendidikan dan peserta didik baik fisik maupun non fisik. Dengan adanya media edukasi proses pembelajaran akan efektif dan efisien sehingga dapat menarik minta peserta didik untuk belajar (Fadilah *et al*., 2023)

b. Media Board Game

Board game atau yang dikenal sebagai papan permainan adalah sarana hiburan juga menjadi sarana edukasi yang menyenangkan. Media tersebut bisa dikatakan sebagai permainan yang praktis karena bisa dibawa dan dimainkan dimana saja dan kapan saja (Pratiwi, 2019 dalam 13 (Darmo et al., 2022). Manfaat board game sebagai sarana edukasi yaitu membuat pemain dapat mengelola daya pikirnya, memecahkan masalah sesuai dengan petunjuk sehingga responden mampu belajar secara langsung dan berinteraksi dengan para pemain. Komponen yang terdapat dalam board game memiliki bentuk yang beragam sesuai dengan jenis board game tersebut. Beberapa komponen board game yang sering dijumpai yaitu kartu, board (papan), petak (kotak yang akan ditempati oleh pemain), figur (karakter pemain), dadu, dan rulebook (petunjuk cara bermain). Terdapat jenis-jenis board game sebagai berikut:

1) Strategy board game

   Permainan menggunakan strategi dan keahlian untuk memenangkannya. Contohnya permainan catur.

2) German-style board game atau eurogames

   Permainan yang sederhana dengan memikirkan strategi dan tidak bergantung kepada keberuntungan. Contohnya German-style board game.

3) Race game

   Permainan yang mengarah kepada perlombaan dan secepat mungkin untuk sampai di garis finish. Contohnya ular tangga dan ludo.

4) Trivia game

   Permainan yang mengandalkan pengetahuan umum dari pemainnya dan mampu menjawab pertanyaan kemudian itulah pemenangnya. Contohnya trivial pursuit.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

5) Roll and Move game

Permainan dengan menggunakan dadu atau media lainnya dan mengandalkan keberuntungan. Contohnya monopoli dan game of life.

6) Word game

Permainan ini mengandalkann kepintaran pemainnya untuk mengolah kata dan huruf. Contohnya scrable.

7) War game

Permainan ini seperti sedang latihan militer. Contohnya risk dan axis &Allies.

Board Game merupakan jenis permainan papan yang dapat melatih keaktifan komunikasi antar pemain dan juga melatih pemain agar dapat mengetahui hasil sementara untuk bergerak menebak kategori gambar apa yang ada pada lawan.

Board game adalah suatu instrumen yang terbuat bisa secara fisik maupun digital yang pada umumnya menggunakan papan, kartu, dadu, dan token lainnya dalam memainkannya (Rogerson, Gibbs, & Smith, 2015). Dalam hal ini, fasilitator/instruktur dapat menciptakan boardgame yang baru atau membeli boardgame yang ada di tempat penjualan berbagai permainan yang disesuaikan dengan tujuan pembelajaran. *Board game* sebagai salah satu cara/metode yang dapat digunakan pada proses belajar orang dewasa. Permainan adalah alat yang dipakai oleh pendidik, pelatih maupun fasilitator untuk meningkatkan hasil pembelajaran diberbagai area (Mee Mee, 2021).

Game board adalah media permainan yang dapat melatih psikomotorik, emosional, moral, kognitif, seni, dan bahasa. Mereka juga dapat membantu pemain mengikuti aturan dan cepat membuat keputusan (Susanti *et al*., 2024).

Media board game merupakan media permainan yang dapat melatih aspek psikomotorik, emosional, moral, kognitif, seni dan bahasa. Selain itu game board dapat melatih pemain untuk taat akan aturan dan cepat dalam mengambil Keputusan.Salah satu bentuk board game yang dapat digunakan adalah permainan *board games*. Manfaat board game adalah meningkatkan kemampuan interaksi, tema-tema edukatif lebih mudah masuk di otak daripada gadget, dan lebih mudah memecahkan masalah dan lain-lain (Shafariya *et al.*, 2020). Permainan *board game*s adalah jenis permainan tebak kata yang dimainkan secara bergantian dengan cara menanyakan ciri-ciri kata yang akan ditebak yang bertujuan untuk mengantarkan informasi sehingga terjadi peningkatan pengetahuan bagi pemain/peserta. Melalui media permainan *board games* meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap pencegahan stunting.

F. Teori Laswell Model

Komunikasi merupakan hal penting dalam promosi kesehatan, Model komunikasi dari *Lasswell* (1948) banyak digunakan sebagai bentuk interpretasi pesan yang disampaikan menggunakan media. Menurut *Lasswell* komunikasi akan berjalan dengan baik jika melalui lima tahapan (Hidayati, 2023), yaitu

a. *Who* (siapa/sumber)

Who dapat didefinisikan pihak yang memulai proses komunikasi karena memiliki kebutuhan untuk menyampaikan sesuatu. Bisa berupa individu, kelompok, organisasi, atau bahkan negara.

b. *Says what* (pesan)

Says isi atau informasi yang ingin disampaikan komunikator kepada penerima. Pesan ini bisa berupa simbol verbal atau non-verbal yang mencerminkan gagasan, emosi, atau nilai. Tiga elemen utama dalam pesan adalah makna, simbol untuk menyampaikan makna tersebut, dan susunan atau bentuk penyampaiannya..

c. *In Which Channel* (saluran/media)

Alat untuk media yang digunakan untuk menyampaikan pesan dari pengirim ke penerima, baik secara langsung (tatap muka) maupun tidak langsung (melalui media seperti surat kabar, televisi, internet, dan sebagainya).

d. *To Whom* (untuk siapa/penerima)

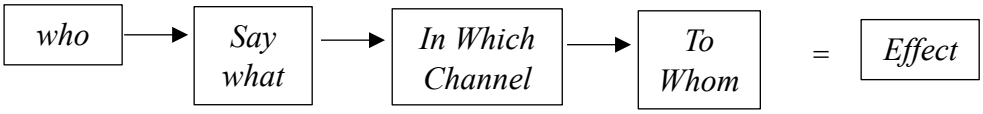
individu, kelompok, organisasi, atau negara yang menjadi target pesan dari komunikator. Mereka disebut sebagai audiens, pendengar, atau komunikan.

e. *With What Effect* (dampak/efek)

Dampak atau perubahan yang terjadi pada penerima setelah menerima pesan, seperti perubahan sikap, peningkatan pengetahuan, atau pengaruh emosional lainnya..

Kelima tahapan tersebut memberikan penjelasan Setiap unsur dalam proses komunikasi memiliki peran penting agar komunikasi dapat berlangsung secara efektif dan jelas. Komunikasi akan berjalan dengan baik jika komunikator memahami dan menerapkan unsur-unsur tersebut dengan tepat.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu



Sumber : Teori Laswell (Yuli Hidayati, 2023),

Bagan 2. 1 Kerangka Teori Laswell

G. Kerangka Teori



Sumber : Teori Laswell (Yuli Hidayati, 2023),

Bagan 2. 2 Kerangka Modifikasi Teori Laswell

H. Hipotesis

Ada pengaruh *board games* "Tebak Sehat" terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang pencegahan stunting di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

Komonkes Poltekkes Bengkulu