

## PENGARUH MEDIA *BOOKLET* DIGITAL 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI SMA KABUPATEN BANDUNG

*The Effect of Digital Booklet First 1000 Days of Life on Young Woman's  
Knowledge to Prevent Stunting in Bandung District Senior High School*

Maura Jihan Az-zahra<sup>1\*)</sup>, Rahmat Sudyat<sup>2</sup>

<sup>1)</sup> Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Bandung

\*Email : maurajihanazzahra@gmail.com dan sudyatrahmat31@gmail.com

### ABSTRACT

**Background:** Ciparay District is one of the 8 priority district to handling stunting. Stunting can be prevented by first 1000 days of life which is a crucial period for toddlers. Young woman become important targets to prevent stunting by early providing health education about first 1000 days of life by using digital booklet. **Purpose:** Knowing the effect of digital booklet first 1000 days of life on young woman's knowledge. **Methods:** The research used quasi-experimental design with one group pretest-posttest without control to a sample of 83 students in population 497 which taken by stratified sampling. **Data Collection Technique:** The data collection technique using close-ended question questionnaire by Google Form. **Result:** The average score of young woman's knowledge before given a digital booklet is 69,87. The average score of young woman's knowledge after given a digital booklet is 90,43. The percentage of increased knowledge is 20,56%. The p value on both before and after young woman's are given a digital booklet by using the Wilcoxon test is (p=0,000). **Conclusion:** There was a significant increase in knowledge after been a given health education in digital booklet of 1000 first days of life to young woman in SMAN 1 Ciparay Bandung District.

**Keywords:** digital booklet; prevention stunting; young woman

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Kecamatan Ciparay merupakan salah satu dari 8 kecamatan prioritas penanganan stunting di Kabupaten Bandung. Stunting dapat dicegah dengan 1000 hari pertama kehidupan, dimana masa tersebut adalah masa paling krusial bagi anak. Remaja putri menjadi sasaran penting untuk mencegah terjadinya stunting, salah satunya adalah dengan diberikan pendidikan kesehatan sejak dini mengenai 1000 hari pertama kehidupan menggunakan *booklet digital*. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh media *booklet digital* 1000 hari pertama kehidupan terhadap pengetahuan remaja putri. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian *quasi-experimental* dengan rancangan one group *pretest-posttest without control* kepada sampel sebanyak 83 siswi pada populasi 497 orang yang diambil melalui teknik stratified sampling. **Teknik Pengumpulan Data:** Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan pertanyaan tertutup melalui Google Formulir. **Hasil:** Rata-rata skor pengetahuan remaja putri sebelum diberikan media *booklet digital* sebesar 69,87. Rata-rata skor pengetahuan remaja putri sesudah diberikan media *booklet digital* sebesar 90,43. Persentase peningkatan pengetahuan sebesar 20,56%. Nilai p value pada pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah diberikan media *booklet digital* menggunakan uji Wilcoxon sebesar (p=0,000). **Simpulan:** Terjadi pengaruh yang signifikan sesudah diberikan media *booklet digital* 1000 hari pertama kehidupan terhadap pengetahuan remaja putri di SMAN 1 Ciparay Kabupaten Bandung. **Kata Kunci:** *booklet*; pencegahan stunting; remaja putri

## PENDAHULUAN

Stunting (kerdil) merupakan kondisi dimana balita memiliki panjang atau tinggi badan yang kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO<sup>1</sup>

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi stunting di Indonesia masih tinggi yaitu 30,8%. Sedangkan provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi stunting sebesar 31,1% yang tergolong tinggi, selain itu pada tahun 2020. salah satu kabupaten di Jawa Barat yaitu Kabupaten Bandung diketahui memiliki prevalensi stunting sebesar 35,2%. Pada tahun 2022, Desa Pakutandang yang merupakan bagian dari Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung memiliki angka stunting yang cukup tinggi dibandingkan dengan desa lainnya (16,5%). Stunting bisa dicegah dengan cara sejak janin masih dalam kandungan diberikan nutrisi yang cukup sampai anak lahir hingga anak usia 2 tahun<sup>2</sup>.

Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) adalah masa yang paling krusial bagi anak. Terhitung sejak 270 hari selama dalam kandungan ibu, hingga 730 hari setelah anak lahir<sup>3</sup>. Periode ini sering disebut *window of opportunities* atau sering juga disebut periode emas (*golden period*) didasarkan pada kenyataan bahwa pada masa janin sampai anak usia dua tahun terjadi proses tumbuh kembang yang sangat cepat dan tidak terjadi pada kelompok usia lain<sup>4</sup>.

Stunting tidak hanya dipengaruhi oleh status gizi ibu hamil dan anak selama 1.000 HPK, tetapi juga dipengaruhi oleh gizi ibu pada periode sebelumnya, terutama pada periode pra konsepsi yaitu Wanita Usia Subur (WUS) dan remaja sebagai sasaran penting dalam strategi percepatan pencegahan stunting. Remaja

mempunyai andil yang penting dalam mencegah kejadian stunting, untuk itu remaja perlu diberikan penyuluhan agar bisa berpartisipasi dalam membantu pemerintah menurunkan kejadian stunting<sup>5</sup>. Penyuluhan merupakan proses pemberian informasi yang diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan remaja. Pengetahuan remaja dapat berhubungan terhadap status gizi remaja karena pengetahuan mempengaruhi status gizi pada remaja. Dengan memiliki pengetahuan yang baik akan memperhatikan asupan nutrisi yang dibutuhkan remaja setiap hari sehingga dapat menunjang status gizi remaja menjadi baik pula<sup>6</sup>.

Ada berbagai cara untuk meningkatkan pengetahuan remaja, salah satunya dengan pemanfaatan media kreatif berbasis digital yang tepat dan mudah dipahami seperti *booklet digital*. Penggunaan media *booklet digital* dalam proses belajar menjadikan siswa lebih tertarik sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar dan metode mengajar menjadi lebih bervariasi<sup>7</sup>.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh media *booklet digital* 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap pengetahuan remaja putri sebagai upaya pencegahan stunting di SMAN 1 Ciparay Kabupaten Bandung.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian quasi-experimental dengan rancangan *one group pretest-posttest without control*<sup>8</sup>. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 10 dan 11 SMAN 1 Ciparay sebanyak 497 dengan sampel sebanyak 83 siswi yang dihitung dengan rumus slovin yang diambil menggunakan Teknik *stratified random sampling*<sup>9</sup>. Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Ciparay Kabupaten Bandung tahun 2022.

Instrumen atau alat ukur yang digunakan adalah kuesioner berupa 16 pertanyaan tertutup dengan alternatif jawaban A, B, C dan D menggunakan Google Formulir untuk mengukur pengetahuan remaja putri.

Proses pengumpulan data dilakukan pada tanggal 22 April 2022. Calon responden penelitian diberikan Penjelasan Subjek Penelitian (PSP) dan *Informed Consent* terlebih dahulu yang dimuat dalam Google Formulir untuk melindungi hak privasi calon responden pada saat dilakukan penelitian. Selanjutnya dilakukan pengisian kuesioner *pretest* melalui Google Formulir pada saat implementasi berlangsung melalui Zoom Meeting.

Media *booklet digital* yang digunakan telah melewati proses pengembangan media dengan model ADDIE (*Analyze, Design, Development, Implementation, Evaluation*)<sup>10</sup>. Pada tahap analisis peneliti menganalisis kebutuhan responden terhadap media yang akan digunakan menggunakan *need assessment*, setelah itu peneliti merancang media yang masih bersifat konseptual. Pada tahap pengembangan, rancangan yang masih bersifat konsep tadi direalisasikan menjadi media yang siap diimplementasikan. Setelah tahap tersebut terlewati, maka media dapat digunakan dan diuji cobakan kepada kelompok kecil yang nantinya akan mendapatkan umpan balik berupa evaluasi terhadap media yang sudah jadi.

Analisis data digunakan dengan uji normalitas data terlebih dahulu menggunakan Uji Kolmogorov-Smirnov dan didapatkan hasil data tidak berdistribusi normal. Kemudian dilakukan uji statistik menggunakan Uji Wilcoxon dengan derajat kesalahan 5% untuk membuktikan hipotesis penelitian.

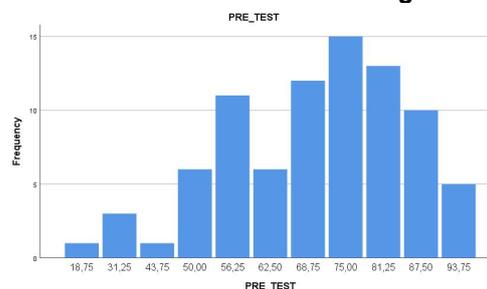
Penelitian ini sudah mendapat keterangan layak etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan

Bandung dengan nomor *ethical clearance* No.08/KEPK/EC/V/2022.

## HASIL

Pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan *booklet digital* diukur dari skor *pretest*. Hasil rata-rata pengetahuan remaja putri sebelum diberikan media *booklet digital* adalah sebagai berikut:

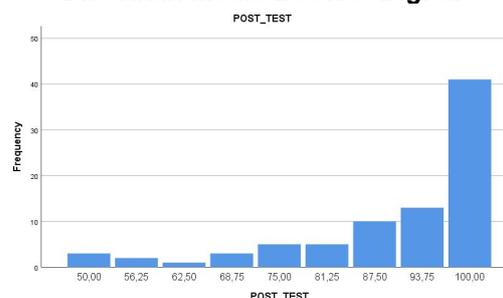
**Gambar 1**  
**Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Diberikan Media *Booklet Digital***



Berdasarkan gambar 1, didapatkan hasil rata-rata skor pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet digital* adalah 69,87 dengan standar deviasi sebesar 15,83381.

Pengetahuan remaja putri sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media buku saku digital diukur dari skor *posttest*. Hasil rata-rata pengetahuan remaja putri sesudah diberikan media *booklet digital* adalah sebagai berikut:

**Gambar 2**  
**Pengetahuan Remaja Putri Setelah Diberikan Media *Booklet Digital***



Berdasarkan gambar 2, didapatkan hasil rata-rata skor pengetahuan remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet digital* adalah 90,43 dengan standar deviasi sebesar 13,53692.

Peningkatan pengetahuan pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet digital* dilakukan dengan menguji skor *pretest* dan *posttest* untuk membuktikan hipotesis penelitian. Hal pertama yang dilakukan adalah dengan menguji normalitas data. Uji normalitas data dilakukan menggunakan Uji *Kolmogorov-Smirnov* melalui aplikasi SPSS dengan hasil nilai signifikansi *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0,013 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Selanjutnya dilakukan analisis menggunakan Uji *Wilcoxon* dengan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Pengaruh Media *Booklet Digital* Terhadap Pengetahuan Remaja Putri**

		N	Mean Rank	Sum of Ranks	P Value
<b>Post test</b>	Nilai turun	0	,00	,00	0,000
	Nilai naik	78	39,50	3081,00	
<b>Pre test</b>	Nilai sama	5			
	Total	83			

\*Uji Statistik

Berdasarkan tabel 1, diketahui tidak ada nilai yang turun dari *pretest* ke *posttest*, sementara terdapat 78 sampel mengalami kenaikan dengan rata-rata 39,50 dan total rank 3081,00. Kemudian nilai yang sama persis antara *pretest* dan *posttest* ada sebanyak 5 sampel. Hasil analisis pengetahuan pada tabel di atas, didapatkan nilai *Asym. Sig. (2-tailed)* sebesar  $0,000$  ( $p \text{ value} < 0,005$ ).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan validasi para ahli dan uji coba skala kecil pada media *booklet digital*, didapatkan bahwa media *booklet digital* layak digunakan dalam penelitian. Media *booklet digital* 1000 Hari Pertama kehidupan digunakan sebagai intervensi penelitian untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri.

Berdasarkan hasil analisis, rata-rata skor pengetahuan remaja putri sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet digital* adalah 69,87, sedangkan rata-rata skor pengetahuan remaja putri setelah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet digital* adalah 90,43. Selisih pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media *booklet digital* kepada remaja putri adalah 20,56 serta terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 29,42%. Pendidikan kesehatan menggunakan *booklet digital* ini diberikan 1 kali selama 30 menit kepada remaja putri.

Peningkatan pengetahuan sendiri dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah jumlah intervensi yang dilakukan kepada sasaran, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sofianita et al., pada tahun 2018 yang dilakukan kepada 163 siswa kelas 4 dan 5 mengenai gizi seimbang yang dilakukan selama 3 kali dalam kurun waktu 3 minggu secara berturut-turut dan didapatkan peningkatan pengetahuan yang signifikan<sup>11</sup>. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Zaki dan Sari yang melakukan edukasi gizi kepada remaja putri sebanyak 8 kali dengan pengulangan 4 kali memiliki peningkatan pengetahuan sebesar 85,7%<sup>12</sup>. Pernyataan ini pun diperkuat oleh Notoatmodjo yang mengatakan bahwa idelanya intervensi dilakukan selama 15-30 hari, Apabila selang waktu terlalu pendek, kemungkinan responden masih ingat pertanyaan-pertanyaan pada *pretest*. Sedangkan apabila selang waktu terlalu

lama, kemungkinan responden sudah terpapar hal lain dari luar<sup>13</sup>.

Pada penelitian ini intervensi yang dilakukan hanya 1 kali, yang mana ini dapat menjadi salah satu faktor mengapa peningkatan pengetahuan yang terjadi hanya sebesar 29,4%. Selain itu lamanya waktu pendidikan kesehatan juga dapat berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan seseorang, menurut Notoatmodjo pada umumnya semakin lama penyuluhan, maka semakin banyak informasi yang akan diterima sasaran. Semakin banyak informasi yang diterima sasaran, maka semakin baik pengetahuan yang akan dimiliki<sup>14</sup>.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini, pendidikan kesehatan mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan menggunakan *booklet digital* dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri SMAN 1 Ciparay dilihat dari adanya peningkatan rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media *booklet digital* dan disampaikan dengan metode ceramah selama 30 menit.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh media *booklet digital* 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap pengetahuan remaja putri.

Penelitian ini membuktikan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan sesudah diberikan pendidikan kesehatan melalui media *booklet digital* 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap pengetahuan remaja putri sebesar 29,42% dari rata-rata skor pengetahuan 69,87 sebelum diberikan media *booklet digital* menjadi 90,43 sesudah diberikan media *booklet digital*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ungkapan syukur peneliti panjatkan kepada Allah Subhānahu Wata'ālā atas segala nikmat dan karunia-Nya, shalawat serta salam semoga selalu

tercurah kepada junjungan alam Nabi Muhammad Shallallahu 'Alaihi wa Sallam. Ucapan terima kasih pun peneliti sampaikan kepada kedua orang tua, keluarga, seluruh jajaran direksi Poltekkes Kemenkes Bandung khususnya Jurusan Promosi Kesehatan, seluruh responden yang bersedia mengikuti penelitian beserta orang-orang yang terlibat di dalamnya.

## DAFTAR RUJUKAN

Kementerian Kesehatan RI. Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. *Pusat Data dan Informasi*. Published online 2018:2.

Teja M. Stunting Balita Indonesia Dan Penanggulangannya. *Pusat Penelitian Badan Keahlian DPR RI*. 2019;XI(22).

Sasube LM, Luntungan AH. Asupan Gizi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan*. 2017;5.

Rahayu A, Rahman F, Marlinae L, et al. *Buku Ajar Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan*. (Rahmi P, ed.). CV Mine; 2018.

Marni, Ratnasari NY. Penyuluhan Pencegahan Risiko Stunting 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Generasi Muda. *Indonesian Journal of Community Services*. 2021;3(2).

Jayanti YD, Novananda NE. Hubungan Pengetahuan Tentang Gizi Dengan Status Gizi Pada Remaja Putri Kelas XI Akuntansi 2 di SMK PGRI 2 Kota Kediri. *Jurnal Kebidanan Dharma Husada*. 2017;6.

Riswanti I, Ilmu J, Masyarakat K, Keolahragaan I. Media Buletin dan Seni Mural Dalam Upaya Meningkatkan Pengetahuan Tentang Obesitas. *Journal of Health Education*. 2016;1(1). [http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jh\\_ealthedu/](http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jh_ealthedu/)

Notoatmodjo S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta; 2018.

9. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif R&D*. Alfabeta; 2019.
10. Sari BK. *Desain Pembelajaran Model ADDIE Dan Implementasinya Dengan Teknik Jigsaw.*; 2017.
11. Sofianita NI, Meiyetriani E, Arini FA, Studi P, Gizi S. Intervensi Pendidikan Gizi Seimbang terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Anak-Anak Sekolah. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 2018;14(2).  
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>
12. Zaki I, Sari HP. Edukasi Gizi Berbasis Media Sosial Meningkatkan Pengetahuan dan Asupan Energi Protein Remaja Putri dengan Kurang Energi Kronik (KEK). *Gizi Indonesia*. 2019;42(2).  
doi:10.36457/GIZINDO.V42I2.469
3. Notoadmodjo S. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Rineka Cipta; 2007.
4. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Rineka Cipta; 2010.