

SKRIPSI

**PENGARUH EDUKASI MELALUI MEDIA SOSIAL *TIKTOK* TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA USIA SUBUR (WUS) DI SMA
NEGERI 1 KATINGAN TENGAH**



**OLEH
JENNY RESMIATI
NIM. PO.62.31.3.20.244**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLTEKKES KEMENKES PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

**PENGARUH EDUKASI MELALUI MEDIA SOSIAL *TIKTOK* TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA USIA SUBUR (WUS) DI SMA
NEGERI 1 KATINGAN TENGAH**

Oleh:

Nama : Jenny Resmiati

NIM : PO.62.31.3.20.244

Skripsi ini telah memenuhi persyaratan dan diseminarkan pada :

Hari/Tanggal : Selasa, 07 Mei 2024

Waktu : 08.00 – 09.30 WIB

Tempat : Ruang II Gedung Gizi

Pembimbing I,



Sugiyanto, S.Gz., M.Pd.
NIP. 19750502 200012 1 003

Pembimbing II,



Prisilia Oktaviaji, SKM., M.KM.
NIP. 19801018 200512 009

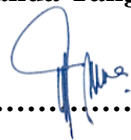
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI

Skripsi ini Telah Diuji dan Dinilai
Tanggal: 07 Mei 2024


Tim Penguji,

Tanda Tangan,

Ketua : Irma Afsesta, S. SiT, M. Kes
NIP. 19740204 199803 007


(.....)

Anggota : Sugiyanto, S.Gz., M.Pd
NIP. 19750502 200012 1 003


(.....)

Prisilia Oktaviani, S.KM, M.KM
NIP. 19801018 200512 009


(.....)

HALAMAN PENGESAHAN

**Skripsi dengan Judul
PENGARUH EDUKASI MELALUI MEDIA SOSIAL *TIKTOK* TERHADAP
PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA USIA SUBUR (WUS) DI SMA
NEGERI 1 KATINGAN TENGAH**

Telah disahkan tanggal : 20 Mei 2024

Mengesahkan,

Pembimbing I,



Sugiyanto, S.Gz., M.Pd.
NIP. 19750502 200012 1 003

Pembimbing II,



Prisilia Oktayiani, SKM., M.KM.
NIP. 19801018 200512 009

Direktur,



Mars Khendra Kusfrivadi, STP, MPH
NIP.19750310 199703 1 004

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan karunia dan rahmat-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Pengaruh Edukasi Media Sosial *Tiktok* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah”.

Skripsi ini disusun dan dibuat sebagai wujud implementasi dari ilmu yang telah didapatkan selama mengikuti perkuliahan di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya terkhususnya dalam bidang gizi. Pada kesempatan ini penyusun mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Mars Khendra Kusfriyadi, STP., MPH selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Palangkaraya yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimba ilmu di Poltekkes Kemenkes Palangkaraya.
2. Ibu Nila Susanti, SKM., MPH selaku ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya yang telah memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Sugiyanto S.Gz., M.Pd selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan baik saran, dukungan, dan motivasi yang telah diberikan.
4. Ibu Prisilia Oktaviyani, SKM., M.KM selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan saran, dukungan, dan motivasi yang telah diberikan.
5. Seluruh dosen Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Palangka Raya yang telah memberikan ilmu pembelajaran kepada peneliti.
6. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung dan selalu mendoakan serta memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman mahasiswa Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Reg VII yang selalu memberikan semangat dan dukungan satu sama lain.
8. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penelitian ini yang tak bisa disebutkan satu persatu.

Penyusun menyadari adanya keterbatasan di dalam penyusunan skripsi ini. Besar harapan penyusun akan saran dan kritik yang bersifat membangun agar penyusunan skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pembaca.

Palangka Raya, 20 Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PENGUJI.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Wanita Usia Subur (WUS).....	8
B. <i>Stunting</i>	12
C. 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK).....	15
D. Media Sosial.....	22
E. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	27
F. Pemantauan Tumbuh Kembang Anak.....	28
G. Pengetahuan	29
H. Penyuluhan di Masyarakat	32
I. Sikap	34
J. Kerangka Konsep	35
K. Hipotesis Penelitian	36
L. Variabel Penelitian	36
M. Definisi Operasional	36
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Ruang Lingkup	39
B. Rencana Penelitian	39
C. Populasi dan Sampel.....	40
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	42
E. Pengolahan dan Analisis Data.....	46

BAB IV PEMBAHASAN	48
A. Gambaran Umum Penelitian	48
B. Analisa Univariat	50
C. Analisa Brivariat	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Data PTK dan PD SMAN 1 Katingan Tengah	48
Tabel 4.2 Data Fasilitas di SMAN 1 Katingan Tengah	49
Tabel 4.3 Data Rombongan Belajar	50
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Variabel Tingkat Umur.....	50
Tabel 4.5 Nilai Rata-Rata Variabel Penelitian	53
Tabel 4.6 Rata-Rata Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi.....	54
Tabel 4.7 Rata-Rata Skor Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep	39
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 2. Surat izin penelitian
- Lampiran 3. *Informed Consent*
- Lampiran 4. Identitas Sampel
- Lampiran 5. Kuesioner Pengetahuan
- Lampiran 6. Kuesioner Sikap
- Lampiran 7. Video *Tiktok*
- Lampiran 8. Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10. Riwayat

ABSTRAK

Stunting merupakan kejadian kekurangan gizi pada anak baik dalam pertumbuhan dan perkembangannya sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang dilihat dari nilai *z-score* tinggi badan menurut usia (TB/U *z-score*) kurang dari (<) -2 Standar Deviasi (SD). Edukasi gizi dan kesehatan merupakan salah satu cara untuk mempersiapkan calon orang tua agar dapat tercapai dan terciptanya keluarga yang sehat dan bermutu. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Katingan Tengah yang berada di desa Tumbang Samba, Kecamatan Katingan Tengah, Kabupaten Katingan, Provinsi Kalimantan Tengah. Jenis penelitian ini adalah rancangan *pre test-post test with control group design* dengan responden berjumlah 55 orang berjenis kelamin perempuan. Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon*, yang dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh video *Tiktok* terhadap pengetahuan dan sikap siswi SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

Vi + 63 halaman; 2024; 7 tabel; 2 gambar

Daftar Pustaka : 43 buah (2019-2023)

Kata Kunci : 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), Video *Tiktok*, pengetahuan, sikap.

ABSTRACT

Stunting is the incidence of malnutrition in children both in growth and development since the first 1000 days of life (HPK) as seen from the height-for-age z-score value (TB/U z-score) less than (<) -2 Standard Deviation (SD). Nutrition and health education is one way to prepare prospective parents to achieve and create a healthy and quality family. The purpose of this study was to determine the effect of education through Tiktok social media on the knowledge and attitudes of women of childbearing age (WUS) at Katingan Tengah High School. This research was conducted at Katingan Tengah High School which is located in Tumbang Samba village, Katingan Tengah District, Katingan Regency, Central Kalimantan. This type of research is a pre-test-post test design with control group design with 55 female respondents. Data analysis conducted in this study used the Wilcoxon test, where the results showed that there was an effect of Tiktok videos on the knowledge and attitudes of SMA Negeri 1 Katingan Tengah students.

Vi + 63 page; 2024; 7 tables; 1 figures

Bibliography :43 pieces (2019-2023)

Keywords : First 1000 Days of Life (HPK), Tiktok video, knowledge, attitude.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), seorang anak dikatakan tergolong *Stunting* apabila tinggi badan menurut umur (*HAZ-score*) berada dibawah nilai median standar deviasi (SD) pertumbuhan anak WHO. *Stunting* sering terjadi tetapi secara umum belum banyak masyarakat yang mengetahui secara sadar sehingga masih dianggap normal atau biasa saja. *Stunting* dapat diartikan atau dilihat dari nilai z-skor tinggi badan menurut usia (TB/U z-Skor) $< - 2$ SD. TB/U dihitung menggunakan nilai median yang dikurangi berdasarkan umur dan jenis kelamin yang sesuai dengan populasi standar kemudian dibagi dengan SD dari populasi yang terdapat dalam tabel z-skor (Patimah, 2021). *Stunting* adalah masalah kekurangan gizi pada anak secara berkepanjangan yang dapat dimulai sejak dalam kandungan sehingga menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak yaitu salah satunya tinggi badan anak lebih rendah dibandingkan anak-anak lain seusianya (Marni, 2021).

Kejadian *Stunting* berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 dalam buku Saku Survei Status Gizi (SSGI) sebesar (30,8%) dan mengalami penurunan dari tahun ke tahun hingga mencapai angka (21,6%) pada tahun 2022, dalam artian mengalami penurunan sebesar (9,2%). Prevalensi *Stunting* pada tahun 2022 di Kalimantan Tengah menempati urutan ke sebelas dengan angka (26,9%) lebih tinggi dibandingkan dengan

prevalensi *Stunting* di Indonesia dengan angka (21,6%) yang berarti kejadian *Stunting* di Kalimantan Tengah lebih tinggi sebanyak (5,3%) dibandingkan prevalensi di Indonesia.

Data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) di tahun 2022 menunjukkan prevalensi *Stunting* di Kabupaten Katingan (29,9 %) lebih tinggi dari prevalensi *Stunting* di Kalimantan Tengah (26,9). Adapun target percepatan penurunan *Stunting* di Indonesia adalah 14% pada tahun 2024, sehingga perlu diberikannya edukasi sejak dini kepada masyarakat luas dengan sasaran utamanya adalah Wanita Usia Subur (WUS).

Kesehatan pada seorang anak merupakan modal utama dalam membantu pertumbuhan yang baik. Pertumbuhan seorang anak yang berlangsung baik sejak bayi hingga usia sekolah akan menjanjikan tumbuh kembangnya berpotensi baik juga bagi kehidupan di masa yang akan datang. Perlu kita ketahui bahwa kesehatan anak secara penampilan, rohani, dan sosial tidak hanya berkaitan dengan penyakit saja, tetapi juga dapat berkaitan dengan perkembangan fisik, intelektual, dan emosional (Wirjadmad., 2012; Widanti 2016). *Stunting* yang terjadi pada anak-anak sangat berdampak pada proses pertumbuhan dan perkembangan yang tidak berjalan secara optimal, sehingga terjadinya suatu hambatan dari awal kehidupan hingga berakibat pula dalam capaian pendidikan yang akan datang (Clack et al., 2017; Primasari, 2020).

Dampak dari *Stunting* itu sendiri dikategorikan menjadi dampak secara jangka pendek dan juga dampak secara jangka panjang. Dampak

jangka pendek dapat menyebabkan gagalnya tumbuh kembang, terhambatnya perkembangan kognitif dan motorik, ukuran fisik/tubuh yang tidak optimal, hingga gangguan metabolisme. Sedangkan dampak dalam jangka panjang dapat menyebabkan menurunnya kapasitas intelektual pada kemampuannya menyerap pelajaran di usia sekolah dan akan berpengaruh pada produktivitasnya saat dewasa (Primasari, 2020).

Penyebab *Stunting* diantaranya adalah kurangnya asupan gizi dalam waktu lama sejak terjadinya pembuahan sampai umur anak dua tahun (1000 Hari Pertama Kehidupan). Selain itu pola asuh yang kurang baik, perilaku pemberian makan kepada anak, rendahnya akses makanan bergizi, serta sanitasi dan air bersih menjadi faktor dalam pertumbuhan anak (Kemenkes, 2022). Maka dari itu kesiapan orang tua dalam setiap pengambilan keputusan untuk menjalani kehidupan setelah pernikahan sangat penting. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Zulhakim et al, (2022) ada pengaruh pola asuh ibu yang tidak baik memunculkan kejadian *Stunting* lebih besar dibanding pola asuh yang baik. Kejadian *Stunting* disebabkan karena kurangnya pengetahuan yang didapat sebelum pernikahan, sehingga perlu dilakukan intervensi terhadap Wanita Usia Subur (WUS) agar terciptanya pengetahuan sejak dini dan dapat membantu di kemudian hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Nada et al (2022) salah satu sarasannya tentang pentingnya edukasi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada Wanita Usia Subur (WUS) disampaikan dengan mengadakan penyuluhan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan Wanita Usia Subur

(WUS) mengenai pencegahan *Stunting* melalui penerapan 1000 hari pertama kehisupan (HPK). Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian tersebut yang dilakukan melalui soal *pretest dan posttest* mengalami peningkatan yang baik.

Edukasi gizi dan kesehatan merupakan salah satu cara untuk mempersiapkan calon orang tua agar dapat tercapai keluarga yang sehat dan generasi yang bermutu (Apriani et al, 2021). Rencana pembangunan jangka menengah menargetkan angka *Stunting* tahun 2024 adalah 14%. Pemerintah juga telah menetapkan dalam rencana pembangunan jangka menengah (RPJM) tahun 2020-2024 akses pelayanan kesehatan dasar dan upaya promotif dan preventif yang didukung dengan menggunakan inovasi dan pemanfaatan teknologi (Yuwanti, 2022).

Media sosial merupakan salah satu media yang kian banyak digunakan di masyarakat kita sekarang dengan mengakses menggunakan internet dan memungkinkan penggunaanya untuk merepresentasikan diri sehingga mampu berinteraksi, bekerja sama, hingga membentuk ikatan sosial secara *online* atau dalam jaringan. Salah satu media yang kerap digunakan sekarang adalah aplikasi *Tiktok* yang dimana aplikasi yang menampilkan berbagai macam konten video berdurasi 15 detik hingga 3 menit yang diluncurkan sejak 2014. Media sosial *Tiktok* populer di Indonesia, karena durasi video yang pendek, video yang sederhana, tingkat produksi video yang canggih, konten yang membahas situasi terkini, dan pemasaran yang menarik perhatian (Yang, Zhao, dan Ma, 2019; Rasdin et

al, 2021).

Salah satu upaya dalam mendukung kebijakan pemerintah menurunkan angka kejadian *Stunting* adalah dengan memberikan edukasi kepada Wanita Usia Subur (WUS) tentang 1000 HPK melalui media sosial *Tiktok*. Edukasi melalui media sosial dalam bentuk video menurut Kurniatin, 2022, lebih menarik dan lebih efektif. Penyuluhan dengan media video memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap tingkat pengetahuan kesehatan remaja (Lestari & Sundayani, 2020: Arsyad, 2022).

Peneliti tertarik melakukan pemberian edukasi kepada Wanita Usia Subur (WUS) menggunakan media sosial *Tiktok* yang dimana isi dari video tersebut membahas mengenai *Stunting*, asupan selama kehamilan, ASI Eksklusif, Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan pemantauan pertumbuhan pada anak. Menurut latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh edukasi melalui media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi melalui media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik yang meliputi umur Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan tentang 1000 HPK Wanita Usia Subur sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.
- c. Mengidentifikasi sikap tentang 1000 HPK Wanita Usia Subur sebelum dan sesudah diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.
- d. Menganalisis pengaruh edukasi media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan Wanita Usia Subur di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.
- e. Menganalisis pengaruh edukasi media sosial *Tiktok* terhadap sikap Wanita Usia Subur di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Mengembangkan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan pemberian edukasi menggunakan media sosial.

b. Bahan penelitian lebih lanjut bagi para peneliti yang ingin memberikan edukasi melalui media sosial lainnya.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi perpustakaan dalam penelitian bidang gizi, juga dapat dimanfaatkan sebagai data serta informasi yang digunakan dan dikembangkan cara edukasi melalui media sosial yang salah satu contohnya menggunakan *Tiktok*.

b. Bagi SMA Negeri 1 Katingan Tengah

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan penambahan pengetahuan dalam penerapan teori dan informasi sebagai suatu upaya yang akan dilakukan dalam menghadapi masa yang akan datang mengenai *Stunting*.

c. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan acuan bagi peneliti selanjutnya agar dapat dikembangkan lagi dan berguna bagi para pembaca.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Wanita Usia Subur (WUS)

1. Pengertian Wanita Usia Subur (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 daripada 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 usia 40-an, kesempatan hamil berkurang hingga menjadi 40%. Setelah usia 40-an wanita hanya punya maksimal 10% kesempatan untuk hamil. Masalah kesuburan alat reproduksi merupakan hal yang sangat penting untuk diketahui, dimana dalam masa subur ini wanita harus menjaga dan merawat kesehatan dan *personal hygiene* alat reproduksinya, salah satunya dengan melakukan deteksi dini kanker serviks pada wanita (Sholikhah S, M., 2023).

Masa subur merupakan sebuah masa dalam siklus *haid* wanita dimana terdapat sel telur yang matang yang siap dibuahi, sehingga bila wanita tersebut melakukan hubungan seksual maka dimungkinkan

terjadi kehamilan. Pengertian lainnya, masa subur wanita adalah suatu masa yang berada di sekitar waktu keluarnya sel telur tersebut umumnya bagi yang mempunyai siklus *haid* 28-30 hari berada di antar *haid* hari ke 12 hingga 18 dihitung dari hari pertama *haid* (Sitompul, 2015).

2. Tanda-Tanda Wanita Usia Subur:

a. 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. Siklus *haid* dipengaruhi oleh hormon seks perempuan yaitu estrogen dan progesteron. Hormon-hormon ini menyebabkan perubahan fisiologis pada tubuh perempuan yang dapat dilihat melalui beberapa indikator klinis seperti, perubahan suhu basal tubuh, perubahan sekresi lendir leher rahim (serviks), perubahan pada serviks, panjangnya siklus *haid* (metode kalender) dan indikator minor kesuburan seperti nyeri perut dan perubahan payudara.

b. Alat Pencatat Kesuburan

Kemajuan teknologi seperti *ovulation thermometer* juga dapat dijadikan sebagai alat untuk mendeteksi kesuburan seorang

wanita. *Thermometer* ini akan mencatat perubahan suhu badan saat wanita mengeluarkan benih atau sel telur. Bila benih keluar, biasanya *thermometer* akan mencatat kenaikan suhu sebanyak 0,2 derajat celsius selama 10 hari. Namun jika wanita tersebut tidak mengalami perubahan suhu badan pada masa subur, berarti wanita tersebut tidak subur.

c. Tes Darah

Wanita yang siklus *haid*nya tidak teratur, seperti datangnya *haid* tiga bulan sekali atau enam bulan sekali biasanya tidak subur. Jika dalam kondisi seperti ini, beberapa tes darah perlu dilakukan untuk mengetahui penyebab dari tidak lancarnya siklus *haid*. Tes darah dilakukan untuk mengetahui kandungan hormon yang berperan pada kesuburan seorang wanita.

d. 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 di mana kandungan hormon prolaktin yang tinggi akan mengganggu proses pengeluaran sel telur. Selain itu, pemeriksaan sistem reproduksi juga perlu dilakukan untuk mengetahui sistem

reproduksinya normal atau tidak.

e. Track record

Wanita yang pernah mengalami keguguran, baik disengaja ataupun tidak, peluang terjangkit kuman pada saluran reproduksi akan tinggi. Kuman ini akan menyebabkan kerusakan dan penyumbatan saluran reproduksi.

3. Perhitungan Masa Subur Wanita

Ada beberapa metode yang digunakan untuk dapat menghitung masa subur seorang wanita. Metode yang paling efektif adalah dengan menggunakan pendekatan berbagai indikator biasanya perubahan suhu yang dikombinasikan dengan perubahan lendir serviks. Indikator-indikator ini secara ilmiah telah terbukti merefleksikan perubahan hormonal dan status kesuburan secara akurat. Perhitungan masa subur dengan menggunakan sistem kalender adalah cara natural atau alamiah yang digunakan hanya bila seorang wanita mempunyai siklus *haid* yang teratur. Perhitungan masa subur ini didasarkan saat ovulasi terjadi pada hari ke 14 dari *haid* yang akan datang dan dikurangi 2 hari karena sperma dapat hidup selama 48 jam setelah ejakulasi serta ditambahkan 2 hari karena sel telur dapat hidup 24 jam setelah ovulasi (Bigelow, 2017)

Kurangnya pengetahuan tentang kesuburan alat reproduksi khususnya pada wanita, sering kali di kaitkan dengan berbagai macam penyakit, padahal tingkat masa kesuburan setiap orang berbeda-beda

tergantung kondisi fisik, mental dan kebersihannya. Ketidaksuburan alat reproduksi sering kali juga dikaitkan dengan berbagai penyakit yang diderita oleh salah satu pasangan yang mengidapnya, diantaranya 40% faktor ketidaksuburan disebabkan oleh wanita sedangkan 40% lain oleh sebab pria, dan sisa 20% karena keduanya.

Oleh karena itu Wanita Usia Subur (WUS) harus melakukan pemeriksaan kesehatan (pemeriksaan alat kelamin) walaupun ia memiliki siklus *haid* yang teratur. Hal ini bukan tanda bahwa wanita itu subur.

B. *Stunting*

1. Pengertian Stunting

Stunting merupakan keadaan kekurangan gizi kronis yang terjadi pada balita dengan rentang usia 0-60 bulan, di mana ditandai dengan tubuh pendek dan lambatnya masa tumbuh kembang pada balita. *Stunting* juga merupakan masalah kesehatan yang terjadi di negara-negara berkembang seperti Indonesia salah satunya, *Stunting* merupakan salah satu indikator yang penting untuk masa depan bagi balita di mana jika mengalami masalah gizi buruk juga dapat memengaruhi kualitas sumber daya manusia yang rendah (Hidayatullah, et al.,2020).

Stunting adalah kondisi di mana terjadinya kekurangan gizi secara kronis pada saat periode kritis dari proses tumbuh dan kembang yang dimulai sejak masih janin. *Stunting* didefinisikan kejadian yang

terjadi pada anak usia 0-59 bulan, di mana tinggi badan menurut umur (TB/U) berada di bawah minus 2 Standar Deviasi ($<-2SD$) dari standar median WHO. Berdasarkan klasifikasi status gizi dilihat berdasarkan indikator BB/U dengan status z -score $<-3,0$ = sangat pendek, z -score $\geq -3,0$ s/d $<-2,0$ = pendek, z -score $>-2,0$ = normal (Setyawati, 2018). *Stunting* adalah masalah gizi yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dengan rentang waktu yang cukup panjang akibat dari pemberian asupan makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. *Stunting* dapat terjadi sejak janin masih dalam kandungan dan akan nampak saat anak sudah berusia 2 tahun (Kemenkes Republik Indonesia, 2016).

Ciri-ciri lainnya yang termasuk *Stunting* dapat dilihat pada pertumbuhan anak yang terhambat, kondisi wajah tampak lebih muda dari anak seusianya, pertumbuhan gigi terhambat, buruknya kemampuan fokus dan memori belajarnya (Kemenkes, 2018; Rafika, 2019). Penilaian status gizi pada balita yang sering digunakan yaitu dengan cara penilaian antropometri. Pengukuran antropometri secara umum berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dan juga komposisi tubuh mulai dari berbagai tingkat umur dan tingkat status gizi. Beberapa pengukuran antropometri yang sering digunakan adalah pengukuran berat badan menurut umur (BB/U), tinggi badan menurut umur (TB/U), berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) yang dinyatakan dan dapat dilihat pada standar deviasi pada

tabel *z-score* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018; Kinanti, 2020).

2. Faktor Penyebab *Stunting*

a. Faktor secara langsung

- 1) Pola asuh ibu, yang mana erat kaitannya dengan tingkat pengetahuan ibu dalam mengurus anaknya. Pengetahuan yang kurang dapat mengakibatkan pola asuh ibu yang kurang juga sehingga dapat mengakibatkan *Stunting* pada anak (Setyawati, 2018).
- 2) Ibu hamil yang mengalami kekurangan asupan nutrisi
- 3) Kehamilan *preterm* (persalinan sebelum waktunya)
- 4) Tidak ASI eksklusif
- 5) Pemberian makanan yang tidak optimal

b. Faktor Tidak Langsung

- 1) Pelayanan kesehatan
- 2) Tingkat pendidikan
- 3) Sosial budaya
- 4) Sanitasi lingkungan

3. Dampak *Stunting*

Anak usia sekolah yang hidup dalam kondisi kesehatan yang normal dapat dikatakan bahwa kesehatannya sebagai modal bekal di masa yang akan datang. Tumbuh kembang anak yang berlangsung baik sejak bayi hingga usia sekolah sangat menjanjikan potensi yang

baik untuk kehidupannya baik secara fisik, rohani, intelektual maupun emosional. Anak yang perkembangannya baik secara fisik dan normal akan memiliki peluang dan mampu melakukan aktivitas yang baik dalam bermain dengan teman sebayanya dan pertumbuhan perkembangan yang baik juga berpengaruh terhadap rasa percaya diri seorang anak.

Stunting yang terjadi pada seorang anak dapat berakibat fatal terhadap produktivitasnya di masa dewasa. Seorang anak yang terkena *Stunting* juga berisiko mengalami kesulitan dalam proses belajar membaca dibandingkan teman-teman seusianya yang normal. Akibat dari *Stunting* juga dapat menyebabkan potensi tumbuh kembang seorang anak menjadi tidak sempurna, kemampuan motorik dan produktivitasnya rendah serta memiliki risiko mengalami atau menderita penyakit tidak menular. *Stunting* juga merupakan gangguan pertumbuhan yang dapat menyerang organ-organ tubuh, salah satunya organ yang paling cepat merespon kerusakan adalah gangguan gizi pada otak. Di mana kita ketahui otak merupakan pusat syaraf yang sangat berkaitan pada respon anak untuk melihat, mendengar, berpikir, serta melakukan aktivitasnya (Widanti, 2016).

C. 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)

1000 HPK adalah 270 hari masa kehamilan ibu dan 730 hari masa pertumbuhan bayi sejak hari dilahirkan hingga 2 tahun. Usia ini sangatlah sensitif dan penting karena dampak yang dapat timbul akibat kebutuhan

anak yang tidak terpenuhi akan bersifat permanen dan tidak dapat dikoreksi. Dampak yang terjadi ini, tidak hanya terjadi pada pertumbuhan secara fisik saja tetapi juga pada perkembangan kognitif (Sulistyoningsih, 2011; Thamrin et al. 2021). Sasaran utama yang dituju dari 1000 HPK adalah remaja putri, ibu hamil, ibu menyusui, dan anak hingga usia 2 tahun yang mana merupakan sasaran perbaikan gizi yang lebih cepat (Al-Rahman, 2017).

1. Asupan Gizi Selama Kehamilan

Kehamilan merupakan masa yang penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia di masa akan datang. Asupan makan selama masa kehamilan akan berbeda dengan asupan makan sebelum kehamilan dimana pertumbuhan dan perkembangan janin sangat dipengaruhi dari asupan gizi ibu selama masa kehamilan.

Seorang ibu hamil harus mempunyai status gizi yang baik dan mengonsumsi makanan yang beranekaragam baik proporsi maupun jumlahnya. Ibu hamil harus mengonsumsi makanan lebih banyak karena harus memenuhi kebutuhan zat gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin/bayinya. Bila makanan ibu sehari-hari tidak cukup mengandung zat gizi yang dibutuhkan, maka janin atau bayi akan mengambil persediaan yang ada di dalam tubuh ibunya, seperti sel lemak ibu sebagai sumber kalori; zat besi dari simpanan di dalam tubuh ibu sebagai sumber zat besi janin/bayi. Demikian juga beberapa zat gizi tertentu tidak disimpan di dalam

tubuh seperti vitamin C dan vitamin B yang banyak terdapat di dalam sayuran dan buah-buahan. (Almatsier, S., 2009).

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal. Gizi seimbang di Indonesia divisualisasikan dalam bentuk Tumpeng Gizi Seimbang (TGS) yang sesuai dengan budaya Indonesia. TGS dirancang untuk membantu setiap orang memilih makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat sesuai dengan berbagai kebutuhan menurut usia (bayi, balita, remaja, dewasa dan usia lanjut), dan sesuai keadaan kesehatan (hamil, menyusui, aktivitas fisik, sakit). Berikut beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menjaga keseimbangan gizi ibu hamil:

- a.* Makan aneka ragam makanan
- b.* Makan makanan yang memenuhi kebutuhan energi
- c.* Makan sumber karbohidrat setengah dari kebutuhan energi
- d.* Batasi lemak seperempat dari kecukupan energi
- e.* Gunakan garam beryodium
- f.* Makan makanan sumber zat besi
- g.* Beri ASI saja pada bayi sampai umur enam bulan
- h.* Biasakan makan pagi
- i.* Minum air bersih, aman dan cukup jumlahnya

- j.* Beraktifitas fisik dan olah raga secara teratur
- k.* Hindari minum minuman beralkohol
- l.* Makan makanan yang aman bagi kesehatan
- m.* Baca label pada makanan kemasan

Jika status gizi dan kesehatan ibu baik selama masa kehamilan, maka kesehatan ibu dan janin yang berada di dalam kandungan akan baik pula, sebaliknya juga jika status gizi dan kesehatan ibu kurang baik atau mengalami (anemia) maka dapat menyebabkan janin yang lahir dengan berat badan kurang dan bahkan bisa saja mengalami kematian (Syari et al, 2015). Hal yang perlu diketahui dan dipersiapkan selama kehamilan untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya yaitu:

- a.* Karbohidrat; sebagai sumber utama dalam penambahan kecukupan kalori selama kehamilan karena selain mengandung vitamin dan mineral, karbohidrat juga meningkatkan asupan serat serta mencegah terjadinya konstipasi.
- b.* Protein; diperlukan untuk pertumbuhan janin, uterus, jaringan payudara, hormon, penambahan cairan darah ibu, serta laktasi.
- c.* Lemak; sebagai sumber energi besar dalam tubuh yang fungsinya sebagai cadangan energi tubuh pada saat ibu melahirkan, sebagai pelarut vitamin A, D, E, K dan asam lemak.
- d.* Vitamin A; untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan embrio.

- e. Vitamin B6; penting sebagai pembentukan atau pembuatan asam amino yaitu bahan protein di dalam tubuh.
- f. Vitamin C; berguna untuk mencegah terjadinya reptur membran, semen jaringan ikat dan pembuluh darah.
- g. Asam Folat; untuk pembentukan sel darah merah dan putih, mencegah anemia, dan wajib dikonsumsi ibu hamil terkhususnya pada trimester 1.
- h. Kalsium; digunakan untuk perkembangan tulang dan gigi janin yang terdapat pada beberapa produk seperti: susu, keju, udang, ikan, kacang-kacangan, tahu, tempe, dan sayuran hijau.
- i. Zat besi; untuk mempertahankan pembentukan sel darah merah.
- j. Yodium; untuk pembentukan tiroksin yang terdapat dalam garam dan diperlukan tubuh dalam jumlah yang sedikit (Isnaini et al, 2022).

Bahan makanan yang perlu dihindari dan dibatasi oleh ibu hamil menurut Kemenkes (2022) yaitu:

- a. Menghindari makanan yang diawetkan karena biasanya mengandung bahan tambahan makanan yang kurang aman.
- b. Menghindari daging/telur/ikan yang dimasak kurang matang karena mengandung kuman yang berbahaya untuk janin.
- c. Membatasi kopi dan coklat karena di dalamnya terdapat kandungan kafein yang dapat meningkatkan tekanan darah.

- d. Membatasi makanan yang mengandung energi tinggi seperti yang banyak mengandung gula, dan mengandung lemak misalnya keripik dan *cake*.
- e. Membatasi makanan yang mengandung gas, contoh nangka, kol, ubi jalar karena dapat menyebabkan keluhan nyeri ulu hati pada ibu hamil.
- f. Membatasi konsumsi minuman ringan (*soft drink*) karena mengandung energi tinggi yang berakibat pada berat badan ibu hamil meningkat berlebihan dan bayi lahir besar.

2. Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA)

a. ASI Eksklusif

ASI merupakan makanan tunggal yang diberikan pada bayi dengan usia 0-6 bulan pertama usianya. WHO memberikan rekomendasi empat hal yang perlu dilakukan untuk membantu pencapaian tumbuh kembang optimal, yaitu: pemberian ASI kepada bayi mulai 30 menit setelah bayi lahir, pemberian ASI eksklusif sejak lahir hingga bayi berusia 6 bulan, pemberian MP-ASI pada bayi yang berusia 6-24 bulan, dan meneruskan pemberian ASI hingga anak berusia 24 bulan (Depkes RI, 2012; Indriati, 2020).

ASI Eksklusif merupakan bagian penting dalam membantu tumbuh kembang anak dan juga sebagai salah satu teknik pemberian makanan, jenis makanan, dan jumlah makanan,

memberikan pemenuhan gizi melalui ASI selama masa periode menyusui (Hidayatullah, et al., 2020). Menyusui sejak dini memiliki dampak yang baik bagi ibu dan bayi, dimana bayi akan terbantu pertumbuhan, kesehatan, dan kelangsungan hidupnya karena kandungan zat gizi dan antibodi yang kaya dalam ASI. Sedangkan bagi ibu, membantu mengurangi mortalitas dan morbiditas karena pada saat proses menyusui dapat merangsang kontraksi uterus sehingga membantu mengurangi pendarahan pasca melahirkan. Salah satu kebijakan pemerintah melalui Kementerian Kesehatan adalah merekomendasikan ibu untuk memberikan ASI Eksklusif selama 6 bulan kepada bayinya (Al-Rahman, 2017).

b. MP-ASI

1) Pengertian MP-ASI

Makanan Pendamping ASI merupakan makanan atau minuman yang mengandung zat gizi selain ASI. Hal tersebut karena ASI hanya memberikan pemenuhan kebutuhan sebanyak $\frac{2}{3}$ pada bayi yang berusia 6-9 bulan, pada usia 9-12 bulan pemenuhan kebutuhannya setengah dari kebutuhan bayi. Dalam pemberian MP-ASI hal yang perlu diperhatikan yaitu; usia bayi dengan pemberian MP-ASI, cara pemberian MP-ASI, jenis MP-ASI, frekuensi dan jumlah pemberian MP-ASI (Datesfordate, 2017).

MP-ASI adalah proses transisi dimana pada awalnya asupan yang kita kenal dengan sebutan air susu ibu ditambahkan dengan pemberian makanan yang semi padat. Untuk proses transisi yang dilakukan ini juga memerlukan keterampilan motorik oral, di mana keterampilan oral dari menghisap menjadi menelan makanan yang berbentuk tidak lagi cairan tetapi semi padat dengan memindahkan makanan mulai dari lidah depan menuju bagian lidah belakang. Pemberian MP-ASI harus tepat sesuai dengan umur dan juga kebutuhan bayi agar terhindar dari dampak yang tidak diinginkan seperti diare, batuk, pilek, demam, alergi, infeksi saluran pencernaan dan bahaya lainnya (Indriati, 2020).

D. Media Sosial

Media terlebih dahulu telah dikenal sebagai alat bantu dalam pembelajaran yang seharusnya bisa dimanfaatkan oleh masyarakat luas namun sering terabaikan. Tidak dimanfaatkannya media dalam proses pembelajaran pada umumnya disebabkan oleh berbagai alasan, seperti sulit mencari media yang tepat, waktu persiapan terbatas, biaya yang tidak ada, dan alasan lainnya. Hal tersebut sebenarnya tidak perlu muncul apabila pengetahuan akan ragam media, karakteristik, serta kemampuan masing-masing media diketahui. Media sebagai alat bantu mengajar, berkembang sedemikian pesatnya sesuai dengan kemajuan teknologi. Ragam dan jenis media pun cukup banyak sehingga dapat dimanfaatkan sesuai dengan

kondisi, waktu, keuangan, maupun materi yang akan disampaikan. Media memiliki kontribusi dalam meningkatkan mutu dan kualitas pembelajaran.

Kehadiran media tidak saja membantu pengajar dalam menyampaikan materi ajarnya, tetapi memberikan nilai tambah pada kegiatan pembelajaran.

Berikut adalah beberapa contoh media edukasi manual dan digital yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran:

1. Media Edukasi Manual:

- a.* Buku teks: buku teks tradisional tetap menjadi salah satu media edukasi manual yang paling umum digunakan dalam proses belajar-mengajar di sekolah.
- b.* Papan tulis: papan tulis dan spidol dapat digunakan untuk menjelaskan konsep, menulis rumus, atau menggambar ilustrasi yang membantu pemahaman siswa.
- c.* Gambar dan poster: gambar dan poster dapat digunakan untuk memvisualisasikan konsep atau menggambarkan informasi penting.
- d.* Alat peraga: misalnya, manipulatif matematika seperti balok penghitung, benda nyata seperti bola dunia, atau model anatomi manusia.
- e.* Media audio: rekaman suara atau musik yang relevan dengan topik pembelajaran tertentu dapat membantu dalam proses pemahaman siswa (Tanner, 2007).

2. Media Edukasi Digital:

- a. Presentasi slide: penggunaan alat presentasi seperti *power point* atau *google slides* dapat memvisualisasikan informasi dengan tampilan yang menarik.
- b. Video pembelajaran: video dapat digunakan untuk menjelaskan konsep secara visual dan menggabungkan elemen audio dan visual untuk meningkatkan pemahaman siswa.
- c. Aplikasi pembelajaran: ada banyak aplikasi yang dirancang khusus untuk pendidikan, seperti aplikasi matematika, bahasa, atau sains yang dapat digunakan di ponsel atau tablet.
- d. Simulasi dan permainan interaktif: simulasi komputer dan permainan interaktif dapat memberikan pengalaman praktis kepada siswa dalam memahami konsep yang kompleks.
- e. Forum diskusi *online*: *platform online* yang memungkinkan siswa dan guru berinteraksi, berbagi pemikiran, dan mendiskusikan topik pembelajaran secara virtual.
- f. Sumber daya digital: buku elektronik, jurnal elektronik, atau *database online* yang memberikan akses ke informasi dan penelitian terbaru (Clark, 2016).

Pemberian edukasi pada penelitian kali ini menggunakan media sosial yang berupa video *Tiktok* yang dimana akan diberikan dengan cara membagikan link video *Tiktok* kepada audiens.

1. *Tiktok*

a. Pengertian *Tiktok*

Munculnya berbagai macam teknologi aplikasi penyediaan pembuat video dengan hal-hal yang menarik, memberikan kode bahwa era digital semakin maju semakin merajai penggunaan *smartphone*. Aplikasi *Tiktok* merupakan sebuah jaringan sosial yang diluncurkan pada September 2016, aplikasi ini memperbolehkan penggunaanya untuk mengolah *video music* singkat. Diharapkan sama seperti aplikasi lainnya penggunaan media sosial berbasis aplikasi *Tiktok* ini banyak orang yang dapat mengaksesnya dan dapat mengubah sudut pandang masyarakat menjadi lebih tertarik dan juga dapat mendapat manfaat (Bulele. 2020).

Media promosi yang baik dapat mendukung efektivitas penyampaian pesan dan pendidikan pada sasaran, di mana media yang baik dalam promosi dapat menjadi solusi atas suatu permasalahan dan juga menjadi pesan yang dapat dipahami. Media elektronik merupakan sebuah media baru dengan perkembangannya yang sangat pesat, karena penggunaannya dengan aplikasi, pemanfaatan pada komputer, menggunakan jaringan internet, CD, audio, dan juga video (Sutrisno. 2022). Dengan adanya penggunaan media aplikasi *Tiktok* akan lebih mudah membagikan video edukasi tentang kesehatan kepada

individu atau kelompok, karena ramah akan ruang penyimpanan pada *handphone* dengan hanya membagikan link video *Tiktoknya* saja lalu diklik maka otomatis akan langsung masuk ke aplikasi *Tiktok* dan kita dapat menonton videonya langsung tanpa harus *me-download* videonya terlebih dahulu.

b. Kelebihan

Penggunaan media aplikasi *Tiktok* seperti saat ini akan mempermudah penyebaran video edukasi tentang kesehatan kepada individu atau kelompok, karena ramah akan ruang penyimpanan pada *handphone* dengan hanya membagikan link video *Tiktoknya* saja lalu diklik maka otomatis akan langsung masuk ke aplikasi *Tiktok* dan kita dapat menonton videonya langsung tanpa harus *me-download* videonya terlebih dahulu.

c. Kekurangan

Tiktok yang hadir dengan fitur-fitur baru dengan video durasi pendeknya yang menghibur banyak masyarakat selain memiliki kelebihan juga memiliki kekurangan. Kekurangan dalam penggunaan media *Tiktok* ini adalah terkendala dalam jaringan ketika membuka aplikasinya jika berada pada wilayah yang tidak memiliki jaringan yang cukup baik.

d. Penggunaan media *Tiktok*

Tiktok dapat digunakan dengan memanfaatkan fitur-fitur yang terdapat dalam aplikasi tersebut. Terdapat banyak fitur menarik

dalam *Tiktok* yang dapat digunakan demi menciptakan video *Tiktok* yang baru dan menarik perhatian.

E. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan tindakan yang dilakukan oleh seseorang atau kelompok untuk menjaga kesehatan dan mencegah penyakit melalui perlakuan kebersihan dan gaya hidup sehat. PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran diri sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat.

Perilaku hidup bersih dan sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk memberikan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas melalui komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat.

Terdapat langkah-langkah berupa edukasi melalui pendekatan masyarakat, pembinaan suasana dan juga pemberdayaan masyarakat dengan tujuan kemampuan mengenal dan tahu masalah kesehatan yang ada di sekitar; terutama pada tingkatan rumah tangga sebagai awal untuk memperbaiki pola dan gaya hidup agar lebih sehat. Tujuan utama dari gerakan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses pengetahuan yang menjadi awal dari keikutsertaan seseorang dalam

menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Kemenkes, 2016).

F. Pemantauan Tumbuh Kembang Anak

Pemantauan pertumbuhan anak merupakan proses yang penting dalam pemantauan kesehatan dan perkembangan anak. Proses pemantauan pertumbuhan anak merupakan upaya untuk mengamati dan memonitor perkembangan fisik, berat badan, tinggi badan, dan lingkar kepala anak seiring dengan bertambahnya usia. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa anak tumbuh dan berkembang secara normal. Pemantauan pertumbuhan anak mencakup beberapa elemen utama, antara lain:

1. Pengukuran berat badan: dilakukan dengan menggunakan timbangan yang akurat dan membandingkan hasilnya dengan standar pertumbuhan berat badan sesuai usia anak.
2. Pengukuran tinggi badan: mengukur tinggi badan anak dengan alat pengukur yang tepat dan membandingkan hasilnya dengan standar pertumbuhan tinggi badan sesuai usia anak.
3. Pengukuran lingkar kepala: melakukan pengukuran lingkar kepala anak menggunakan pita pengukur dan membandingkan hasilnya dengan standar pertumbuhan lingkar kepala sesuai usia anak.

4. *Plotting* data: menyimpan dan mengikuti data pengukuran dalam grafik pertumbuhan untuk memantau tren pertumbuhan anak seiring waktu.
5. Evaluasi perkembangan: selain pemantauan pertumbuhan fisik, pemantauan perkembangan motorik, bahasa, kognitif, dan sosial-emosional juga penting untuk mengevaluasi kemajuan anak dalam berbagai aspek perkembangan.

Pemantauan pertumbuhan anak dilakukan oleh tenaga medis seperti dokter, bidan, atau petugas kesehatan yang sudah terlatih. Tujuannya adalah untuk mengidentifikasi potensi masalah pertumbuhan atau perkembangan sedini mungkin, sehingga tindakan pencegahan atau intervensi dapat dilakukan jika diperlukan. Penting untuk merujuk pada pedoman dan praktik medis yang berlaku di negara masing-masing serta mengikuti arahan profesional kesehatan yang bertanggung jawab atas pemantauan pertumbuhan anak (WHO, 2006).

G. Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Pengetahuan (*knowledge*) adalah sebuah hasil dari tahu yang dimana hal tersebut terjadi setelah dilakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yang terjadi melalui alat indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Pengetahuan manusia sebagian besar diperoleh melalui panca indera mata dan telinga. Tanpa pengetahuan seseorang tidak

mempunyai dasar yang kuat untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang sedang dihadapi (Adventus, 2019).

2. Tingkat Pengetahuan

Menurut Adventus (2019) pengetahuan atau ranah kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Ada enam tingkatan pengetahuan yang tercakup dalam domain kognitif, yaitu:

a. Tahu

Tahu diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari atau didengar sebelumnya, termasuk ke dalam pengetahuan ini adalah mengingat kembali sesuatu yang spesifik dari keseluruhan bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Tahu adalah tingkatan pengetahuan yang paling rendah, di mana kata kerja untuk mengukur apakah orang tahu tentang apa yang dipelajari seperti menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan, menyatakan, dan lain sebagainya.

b. Memahami

Memahami diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar mengenai objek yang diketahui dan dapat menginterpretasikan materinya secara benar.

c. Aplikasi

Aplikasi diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi yang sebenarnya. Aplikasi yang dimaksud tersebut dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan lainnya dalam situasi yang lain.

d. Analisis

Analisis adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek dalam komponen-komponen tetapi masih di dalam satu struktur organisasi dan ada kaitannya dengan yang lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat melalui penggunaan kata kerja seperti: bagan, membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.

e. Sintesis

Sintesis menunjuk pada suatu kemampuan untuk meletakkan ataupun menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah satu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi yang sebelumnya atau yang sudah ada.

f. Evaluasi

Evaluasi berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan penilaian terhadap suatu objek, di mana penilaian tersebut didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri atau

menggunakan kriteria yang sudah ada.

H. Penyuluhan di Masyarakat

1. Pengertian Penyuluhan

Penyuluhan menurut Depkes RI 2002 (Nurmala, 2018) mengatakan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan peningkatan pengetahuan dan kemampuan yang bertujuan untuk perubahan perilaku yang sehat pada individu, kelompok maupun masyarakat yang diberikan melalui pembelajaran atau arahan. Kegiatan penyuluhan adalah menyampaikan dan mengajak sasaran untuk mengenal ide baru.

2. Tujuan Penyuluhan

Penyuluhan dilakukan untuk membentuk suatu perilaku baru, dan juga memelihara perilaku sehat yang ada pada individu, kelompok, dan masyarakat dalam lingkungan yang sehat sehingga terjaminnya kesehatan optimal.

3. Metode Penyuluhan

Metode penyuluhan menurut Notoatmodjo 2007 (Nirmala, 2018) memiliki dua metode, yang dapat merubah perilaku individu yang disesuaikan berdasarkan sasarannya yaitu:

a. Penyuluhan individual, dimana metode ini merupakan metode untuk merubah perilaku individu yang disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan individunya.

b. Penyuluhan kelompok, di mana sebuah kelompok dikatakan besar ketika jumlah pesertanya melebihi 15 orang, yang mana untuk kelompok ini metode yang dapat digunakan seperti ceramah, seminar, dan demonstrasi.

4. Media Penyuluhan

a. Leaflet

Leaflet adalah sebuah media informasi yang telah disusun menjadi satu informasi yang sifatnya ringkas dan jelas sehingga dapat memudahkan setiap orang untuk bisa memahami informasi yang diberikan. Informasi yang berada dalam *leaflet* harus menggunakan tata bahasa yang mudah dipahami bagi setiap orang yang menggunakannya dan harus dibuat semenarik mungkin juga dapat dipadukannya dengan gambar-gambar yang berkaitan (Aba, 2020).

b. Poster

Poster menjadi salah satu media komunikasi visual yang dipakai untuk mempublikasikan informasi-informasi kepada masyarakat. Poster adalah selembar kertas monokrom atau beraneka warna, teks, dan gambar pada umumnya. Poster ini biasanya ditempatkan di area publik yang ramai yang dimana fungsinya untuk menyampaikan pesan kepada orang banyak (Sitompul, 2021).

c. Lembar Balik

Lembar Balik merupakan media yang efektif sebagai media promosi kesehatan, media ini dianggap menguntungkan dalam hal cakupan pesan yang disampaikan karena memudahkan dalam menyampaikan pesan (Sutrisno, 2022).

I. Sikap

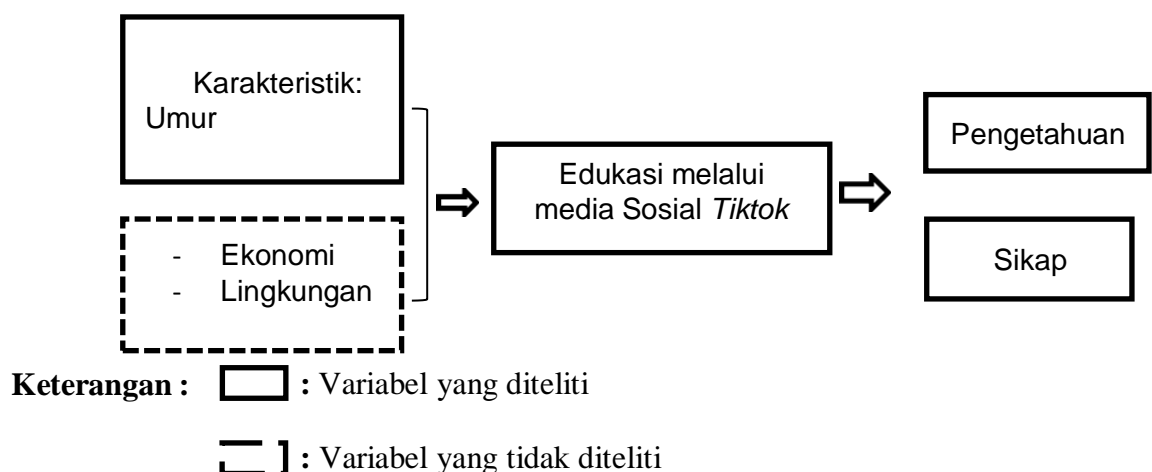
Sikap merupakan respon atau tindakan seseorang pada suatu hal tertentu, adapun secara sederhananya sikap adalah keinginan yang dilakukan dalam menanggapi sesuatu dengan caranya sendiri. Oleh karena itu, sikap dapat diartikan sebagai suatu keyakinan, sudut pandang, penilaian, dan keinginan yang digabungkan sehingga cenderung untuk berperilaku (Notoaatmodjo, 2012; Subu et al 2022).

Sikap secara nyata menunjukkan konotasi terdapatnya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap belum merupakan tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan tindakan suatu perilaku. Sikap merupakan reaksi tertutup dan tidak termasuk reaksi terbuka atau tingkah laku yang terbuka. Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung, di mana secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat atau pernyataan responden terhadap suatu objek. Sedangkan secara tidak langsung dapat dilakukan dengan menggunakan pernyataan-pernyataan hipotesis yang kemudian ditanyakan pendapat responden (Adventus, 2019).

Sikap menurut Nurmala (2018) digunakan sebagai *predictor* dari perilaku yang merupakan respon seseorang ketika menerima rangsangan dari lingkungannya. Sikap lebih bersifat reaksi emosional terhadap rangsangan di mana dibagi dalam beberapa tingkatan yaitu:

1. Menerima, yang terjadi jika individu tersebut memiliki kemampuan untuk memperhatikan stimulus yang diterima.
2. Merespon, yang terjadi jika individu telah memberikan reaksi yang tampak perilakunya terhadap stimulus yang diterima.
3. Menghargai, yang terjadi jika individu mulai memberikan penghargaan pada stimulus yang diterima dan meneruskan stimulus tersebut pada orang yang lainnya.
4. Bertanggung jawab, yang terjadi jika individu telah menerima segala konsekuensi dari pilihannya dan bersedia untuk bertanggung jawab.

J. Kerangka Konsep



Gambar 2. 1 Kerangka konsep

K. Hipotesis Penelitian

1. Ada pengaruh penggunaan media sosial *Tiktok* terhadap peningkatan pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) tentang 1000 HPK di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.
2. Ada pengaruh penggunaan media sosial *Tiktok* terhadap sikap Wanita Usia Subur (WUS) tentang 1000 HPK di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

L. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel terikat pada penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) sejak 1000 HPK di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

2. Variabel Bebas (*Independent Variabel*)

Variabel bebas pada penelitian ini adalah pemberian edukasi 1000 HPK melalui media sosial *Tiktok*.

M. Definisi Operasional

1. Umur

Umur adalah jumlah atau waktu hidup seseorang yang dilihat dan telah dihitung berdasarkan tahun yang telah dilalui. Pengambilan data diperoleh dari hasil wawancara dengan dibuktikan KTP atau kartu pelajar.

Alat ukur : Kuesioner

Skala : Rasio

2. Edukasi Gizi

Edukasi adalah proses komunikasi yang bertujuan untuk menyampaikan informasi, pengetahuan, dan pemahaman kepada Wanita Usia Subur (WUS) dalam rangka membantu mereka mengembangkan keterampilan, mengubah sikap atau perilaku, serta membuat keputusan yang lebih baik terkait dengan 1000 HPK. Penyuluhan dilakukan oleh fasilitator dengan media sosial *Tiktok*.

Skala Pengukuran: Nominal

3. Video *Tiktok*

Tiktok adalah *platform* media sosial untuk membuat, membagikan, dan menonton video berdurasi 60 detik hingga 180 detik yang berisi tentang *Stunting*, 1000 HPK. Asupan selama kehamilan, ASI Eksklusif, PMBA, dan Pemantauan Pertumbuhan anak.

Skala : Nominal

4. Pengetahuan

Pengetahuan memiliki peranan penting dalam pencegahan *Stunting* terutama sejak 1000 HPK yang meliputi asupan selama kehamilan, ASI Eksklusif, PMBA dan pemantauan pertumbuhan anak. Data pengetahuan diperoleh melalui Kuesioner yang berisi 20 pertanyaan.

Alat Ukur : Kuesioner

Skala : Rasio

Perhitungan nilai menggunakan rumus yaitu:

$$\text{Rumus nilai} = \frac{\text{Total Skor Benar}}{\text{Total Nilai Tertinggi}} \times 100\%$$

5. Sikap

Sikap merupakan tanggapan yang dilakukan dalam penerapan pencegahan *Stunting* sejak 1000 HPK yang berupa asupan selama kehamilan, ASI Eksklusif, PMBA dan pemantauan pertumbuhan anak. Diperoleh melalui kuesioner yang berisi 10 pertanyaan dengan opsi jawaban berdasarkan kategori SS untuk Sangat Setuju, S untuk Setuju, TS untuk Tidak Setuju, dan STS untuk Sangat Tidak Setuju.

Alat ukur : Kuesioner

Skala : Rasio

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Ruang Lingkup

Penelitian ini merupakan penelitian di bidang gizi masyarakat tentang pengaruh edukasi gizi melalui media sosial *Tiktok* pada Wanita Usia Subur (WUS) dengan materi 1000 HPK di SMA Negeri 1 Katingan Tengah. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Januari 2024 dengan sasaran Wanita Usia Subur (WUS) yang berusia ≥ 17 tahun dan bersekolah di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

B. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan *Pre-eksperimental* yaitu edukasi dengan media sosial *Tiktok*. Sebelum dilakukan edukasi dilakukan observasi melalui *pre-test* terlebih dahulu kemudian diberikan edukasi pada kelompok sasaran. Setelah diberi perlakuan melalui media tersebut, selanjutnya dilakukan *post-test* pada kelompok kasus dan kelompok kontrol.

Secara bagan adalah sebagai berikut:

	<i>Pretest</i>	Perlakuan	Post Test
Kasus	O1	X	O2

Gambar 3.1 Bagan Penelitian Sebelum dan Sesudah diberikan Media Sosial *Tiktok*

Keterangan:

- O1 = *Pretest* pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) sebelum diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK.
- X = Perlakuan kepada Wanita Usia Subur (WUS) dengan memberikan edukasi melalui media media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK.
- O2 = *Posttest* pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) sesudah diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian ini adalah Wanita Usia Subur (WUS) yang bersekolah di SMA Negeri 1 Katingan Tengah sebanyak 256 orang.

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah Wanita Usia Subur (WUS) sebanyak 55 orang yang memenuhi kriteria.

a. Kriteria Inklusi

- 1) Bersedia untuk menjadi sampel
- 2) Memiliki *handphone Android/IOS*
- 3) Berusia ≥ 17 tahun

b. Kriteria eksklusi

Siswa sedang dalam keadaan sakit

3. Besar Sampel

Besar sampel adalah 55 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklus. Perhitungan besar sampel minimal menggunakan rumus *lameslow* dengan maksimal estimasi 50% dan tingkat kesalahan 10%.

Menggunakan rumus berikut:

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N \cdot Z_{1\alpha/2}^2 \cdot P \cdot q}{d^2(N-1) + Z_{1\alpha/2}^2 \cdot P \cdot q} \\
 &= \frac{265 \times 1,96^2 \times 0,24 \times 0,75}{0,1^2 (265-1) + 1,96^2 \times 0,24 \times 0,75} \\
 &= \frac{265 \times 3,84 \times 0,24 \times 0,75}{0,01(264) + 3,84 \times 0,24 \times 0,75} \\
 &= \frac{265 \times 0,92 \times 0,75}{0,01(264) + 0,92 \times 0,75} \\
 &= \frac{265 \times 0,69}{2,64 + 0,69} \\
 &= \frac{182,85}{3,33} \\
 &= 54,90 \Rightarrow 55 \text{ Sampel}
 \end{aligned}$$

Keterangan:

- n : Besar sampel
- N : Besar Populasi
- $Z_{1\alpha/2}$: Statistik Z (Z=1,96 untuk $\alpha=0,05$)
- P : Perkiraan Proporsi (0,2)
- q : 1-P (0,75)
- d : Presisi absolut

D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data Primer

- 1) Data karakteristik Wanita Usia Subur (WUS) yang meliputi umur dan jenis kelamin di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.
- 2) Pengetahuan diperoleh dengan cara menjawab 20 pertanyaan pengetahuan tentang 1000 HPK yang akan dijawab oleh Wanita Usia Subur (WUS) sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media sosial *Tiktok*, dengan menggunakan jawaban *multiple choice* yang kemudian dikumpulkan oleh peneliti dan enumerator.
 - a) Pengukuran pengetahuan dilakukan sebelum diberikan edukasi gizi dengan menggunakan Kuesioner.
 - b) Pengukuran pengetahuan dilakukan kembali setelah dilakukan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK untuk melihat hasil dari edukasi gizi dengan menggunakan kuesioner.
- 3) Sikap diperoleh dengan cara menjawab kuesioner yang berjumlah 10 pernyataan sikap tentang 1000 HPK yang dijawab oleh Wanita Usia Subur (WUS) baik sebelum maupun sesudah diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok*, dengan skor 4 untuk sangat setuju, skor 3 untuk setuju, skor 2 untuk tidak setuju, dan skor 1 untuk sangat tidak setuju. Pengukuran

sikap dilakukan sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan memberikan Kuesioner.

(1) Pengukuran dilakukan kembali setelah diberikan edukasi mengenai 1000 HPK untuk melihat hasil dari edukasi melalui media sosial *Tiktok* yang diberikan melalui kuesioner.

b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan gambaran umum SMA Negeri 1 Katingan Tengah yang diperoleh melalui penelusuran data di sekolah tersebut.

2. Tahapan Pengumpulan Data

a. Tahap persiapan

- 1) Mengajukan surat *ethical clearance* komite etik atau surat kelayakan etik penelitian kepada Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
- 2) Mengajukan mohon izin untuk melakukan penelitian yang ditujukan kepada Kepala Bappeda Litbang Kabupaten Katingan, Kepala sekolah SMA Negeri 1 Katingan Tengah, Dinas Kesehatan Kecamatan Katingan Tengah.
- 3) Melakukan uji validitas dan reliabilitas kuesioner untuk mendapatkan data yang valid.

a) Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu uji yang dilakukan untuk

mengukur seberapa cermat uji melakukan fungsinya dan apakah alat ukur tersebut telah disusun dengan benar dan telah dapat digunakan untuk mengukur hal yang ingin diukur. Uji ini digunakan untuk mengukur sah atau tidaknya suatu kuesioner. Kriteria pengujian uji validitas sebagai berikut:

- (a) Jika r hitung $\geq r$ tabel, maka instrumen penelitian dikatakan valid.
- (b) Jika r dihitung $< r$ tabel, maka instrumen penelitian dikatakan invalid (Darma, 2021).

b) Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan sebagai suatu pengukuran bersifat tetap terpercaya serta terbebas dari galat pengukuran (*measurement error*). Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur variabel yang digunakan melalui pertanyaan yang sudah dibuat atau digunakan. Kriteria pengujian sebagai berikut:

- (a) Jika nilai *cronbach's alpha* $>$ tingkat signifikan, maka instrumen dikatakan reliabel.
- (b) Jika nilai *cronbach's alpha* $<$ tingkat signifikan, maka instrumen dikatakan tidak reliabel (Darma, 2021).

b. Tahap Pelaksanaan

- 1) Mengukur data karakteristik Wanita Usia Subur (WUS) meliputi umur dan jenis kelamin.
- 2) Mengukur pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) sebelum diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK dengan cara memberi kuesioner.
- 3) Mengukur sikap Wanita Usia Subur (WUS) sebelum diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK dengan cara memberi Kuesioner.
- 4) Mengukur pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) sesudah diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK dengan cara memberi Kuesioner.
- 5) Mengukur sikap Wanita Usia Subur (WUS) sesudah diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK dengan cara memberi Kuesioner.
- 6) Mengumpulkan data sekunder yaitu gambaran umum mengenai SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

c. Tahap Akhir

- 1) Menganalisis pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) sebelum diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK.

- 2) Menganalisis pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) sesudah diberikan edukasi melalui media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK.

E. Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan secara manual dan menggunakan komputer/laptop. Setelah didapatkan datanya, kemudian data tersebut diidentifikasi hasil sebelum dan sesudah diberikannya edukasi menggunakan media sosial *Tiktok* tentang 1000 HPK lalu data tersebut dianalisis untuk mendapatkan hasil akhir dari penelitian.

2. Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat adalah teknik menganalisa data pada suatu variabel dengan cara mandiri tanpa dihubungkan dengan variabel lainnya. Analisis univariat juga dapat disebut sebagai analisis deskriptif yang menggambarkan kondisi yang sedang diteliti. Pengukuran skor tunggal berupa mean, media standar deviasi, nilai minimum dan maksimum di mana penyajian data dapat dibuat dalam bentuk grafik, narasi, tabel, ataupun gambar. Data yang dianalisis berupa karakteristik umur, jenis kelamin, pengetahuan, dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) sejak 1000 HPK yang disajikan dalam bentuk karakteristik.

b. Analisis Bivariat

Mengetahui efektifitas media sosial sebagai media edukasi Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah. Untuk menganalisis pengetahuan dan sikap Wanita Usia Subur (WUS) tentang 1000 HPK sebelum dan sesudah diberikan edukasi di SMA Negeri 1 Katingan Tengah adalah uji *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95%. Uji *Wilcoxon* adalah uji nonparametris untuk menganalisa signifikansi perbedaan antar dua data berskala ordinal atau interval yang dimana data tidak berdistribusi normal untuk mengetahui kebermaknaan hasil ujian tersebut dilihat dari nilai *p-value*. Perbedaan pada kedua kelompok ini akan mewakili efek dari perlakuan yang diberikan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Katingan Tengah yang terletak di Jl. SMA No. 1, Samba Danum, Kecamatan Katingan Tengah, Kabupaten Katingan, Provinsi Kalimantan Tengah dengan kategori akreditasi A. Sekolah ini memiliki luas tanah 30.000 M² dengan nomor NPSN 30202751. Kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan di SMAN 1 Katingan Tengah ini dilakukan pada hari senin hingga jumat dengan menggunakan kurikulum Merdeka. Gambaran ketersediaan tenaga pendidik yang terdapat di SMAN 1 Katingan Tengah berdasarkan jenis kelamin adalah sebagai berikut.

Tabel 4.1 Data PTK dan PD SMAN 1 Katingan Tengah

No	Uraian	PTK	PD
1	Laki - Laki	10	200
2	Perempuan	23	265
	Total	33	465

Sumber : Data Sekunder, 2024

Berdasarkan tabel di atas jumlah Pendidik dan Tenaga Kependidikan (PTK) sebanyak 33 orang dan jumlah peserta didik sebanyak 465 orang.

Penyelenggaraan kegiatan pendidikan di SMAN 1 Katingan Tengah didukung berbagai fasilitas sebagai berikut.

Tabel 4.2 Data Fasilitas di SMA Negeri 1 Katingan Tengah

No	Uraian	Jumlah
1	Ruang Kelas	14
2	Ruang Perpustakaan	1
3	Ruang Laboratorium	4
4	Ruang Pimpinan	1
5	Ruang Guru	1
6	Ruang Ibadah	1
7	Ruang UKS	1
8	Ruang Toilet	4
9	Ruang Gudang	1
10	Ruang Sirkulasi	1
11	Tempat Bermain/Olahraga	1
12	Ruang TU	1
13	Ruang Konseling	1
14	Ruang Bangunan	23
Total		55

Sumber : Data Sekunder, 2024

Terdapat 55 fasilitas di SMA Negeri 1 Katingan Tengah dimana berdasarkan data yang diperoleh langsung untuk ruang kelas ada 14 ruangan yang digunakan oleh siswa kelas X sebanyak 5 kelas, kelas XI sebanyak 4 kelas dan kelas XII sebanyak 5 kelas. Ruang perpustakaan terdapat 1 ruangan yang digunakan para siswa/siswi sebagai wadah literasi dan mencari bahan untuk menambah pengetahuan mengenai pembelajaran. Ruang laboratorium terdapat 4 ruangan yang terdiri dari laboratorium biologi, laboratorium fisika, laboratorium kimia, dan laboratorium bahasa. Terdapat ruang pimpinan atau kepala sekolah 1 ruangan, ruang guru 1, ruang UKS 1, dan ruang ibadah 1. Ruang toilet terdapat 4 ruangan yang mana 2 toilet pria dan 2 toilet wanita, terdapat juga 1 ruang sebagai gudang, ruang sirkulasi 1 buah, terdapat 1 lapangan tempat bermain dan berolahraga. Kemudian terdapat 1 ruangan tata usaha dan 1 ruangan konseling serta terdapat 23 ruang bangunan lainnya yang dipergunakan untuk beberapa kegiatan lainnya.

Menurut hasil rekap data terbaru bulan april 2024 berikut data rombongan belajar di SMAN 1 Katingan Tengah.

Tabel 4.3 Data Rombongan Belajar Siswa/Siswi di SMA Negeri 1 Katingan Tengah

No	Uraian	Detail	Jumlah	Total
1	Kelas 10	L	71	180
		P	109	
2	Kelas 11	L	65	144
		P	79	
3	Kelas 12	L	64	141
		P	77	
Total				465

Sumber : Data Sekunder, 2024

Rombongan belajar berjumlah 465 orang dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan terdiri dari kelas X, XI, dan XII. Untuk kelas X terdapat 5 kelas yang mana kelas X1, X2, X3, X4, dan X5, untuk kelas XI terdapat 4 kelas yaitu XI MIPA, XI IPS 1, XI IPS 2, dan XI Bahasa, kemudian untuk kelas XII terdapat 4 kelas juga yang terdiri dari XII MIPA 1, XII MIPA 2, XII IPS 1, XII IPS 2, dan XII Bahasa.

B. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Karakteristik umur responden yang dipilih menjadi sampel pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.4 dibawah ini.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Umur Siswi SMA Negeri 1 Katingan Tengah

Variabel	Frekuensi	%
Umur : 17 tahun	30	54,5%
18 tahun	24	43,6%
19 tahun	1	1,9%
Total	55	100

Sumber : Data Primer, 2024

Responden pada penelitian ini adalah siswi kelas XI dan kelas XII SMAN 1 Katingan Tengah yang berusia ≥ 17 tahun. Jumlah sampel penelitian sebanyak 55 responden dengan rentang usia 17-19 tahun.

Pengambilan data responden dalam penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Katingan Tengah selama satu minggu yang dimulai pada tanggal 20 Maret 2024 hingga 29 Maret 2024 dengan dipotong 2 hari libur. Responden dalam penelitian ini terdiri dari 30 orang (54,5%) siswi berusia 17 tahun, 24 orang (43,6%) siswi berusia 18 tahun dan 1 orang (1,8%) siswi yang berusia 19 tahun.

Menurut Sholikhah (2023) Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang memasuki usia sejak 15-49 tahun tanpa memperhitungkan status perkawinannya. Masa subur seorang wanita dapat ditandai dengan siklus haidnya, dimana terdapat sel telur yang matang dan siap untuk dibuahi. Karakteristik usia sampel dalam penelitian ini sudah tergolong dalam masa subur seorang wanita karena kriteria usia pada penelitian ini adalah ≥ 17 tahun.

2. Hasil Instrumen Data

a. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur sah atau valid tidaknya suatu kuersioner. Suatu kuersioner dikatakan valid jika pertanyaan pada kuersioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuersioner yang sudah dibuat betul-betul

dengan mengukur apa yang hendak kita ukur (Ghozali, 2016). Pengambilan suatu *item* valid atau tidak valid dapat diketahui dengan cara mengkolerasikan antara skor butir dengan skor total bila korelasi r diatas 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa butir instrumen tersebut valid dan sebaliknya apabila dibawah 0,05 maka butir instrumen tersebut tidak valid sehingga harus diperbaiki atau dibuang. Pada penelitian ini dalam pengujian validitas peneliti menggunakan alat ukur berupa program komputer yaitu IBM PSPP. Berdasarkan data hasil uji yang dapat dilihat di lampiran menunjukkan bahwa semua koesioner pengetahuan dan sikap nilai rhitungnya diatas nilai r_{tabel} 0,361, maka dari itu uji validitas pada koesioner tergolong valid.

b. Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas digunakan untuk menunjukkan dan membuktikan bahwa suatu instrument data dapat cukup dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrument tersebut sudah baik (Sugiyono, 2019). Koefisien alpha dapat dikatakan reliabel ketika nilai Cronbach Alpha $> 0,5$. Berdasarkan data hasil uji yang dapat dilihat di lampiran menunjukkan bahwa semua koesioner pengetahuan dan sikap nilai cronbach's Alpha kedua variabel diatas 0,05, maka dari itu uji validitas pada koesioner tergolong reliabel.

C. Analisis Bivariat

Penilaian yang telah dilakukan pada sampel penelitian memiliki hasil rata-rata perolehan variabel penelitian, yang telah diukur melalui pemberian *pretest* dan *posttest* yang berupa kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan dan sikap para responden. Hasil uji yang dilakukan serta yang telah direkap dan diolah data hasilnya menggunakan laptop dengan PSPP maka didapati hasil mean/rata-rata perubahan tingkat pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi pada responden digambarkan pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.5 Nilai Rata-Rata Variabel Penelitian di SMA Negeri 1 Katingan Tengah

Kelompok	n	<i>Pretest</i>			<i>Posttest</i>		
		Mean	SD	Min-Max	Mean	SD	Min-Max
Pengetahuan	55	11,16	6,018	2-20	13,89	5,405	5-100
Sikap	55	21,56	6,649	11-35	29,89	4,144	19-38

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan nilai rata-rata variabel pada saat sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Untuk hasil rata-rata penilaian pada kelompok pengetahuan didapat hasil rata-rata sebelumnya sebesar 11,16 dan meningkat setelah diberikan edukasi menjadi 13,89, kemudian untuk kelompok sikap didapat hasil rata-rata sebelum diberikan edukasi 21,56 dan meningkat setelah diberikan edukasi menjadi 29,89. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan atau perubahan hasil rata-rata dari responden setelah mendapatkan edukasi melalui media sosial tiktok baik kelompok pengetahuan maupun sikap.

1. Pengaruh Edukasi Media Sosial *Tiktok* Terhadap Pengetahuan Wanita Usia Subur di SMA Negeri 1 Katingan Tengah.

Pengetahuan merupakan salah satu hasil dari mengetahui sesuatu setelah dilakukannya penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan yang dimaksud dapat terjadi melalui panca indera seperti pendengaran, penglihatan, penciuman, pengecapan, dan perabaan. Menurut Notoadmojo, 2010 dalam Masturoh dan Anggita (2019), penglihatan dan pendengaran merupakan sumber yang paling relevan dan berpengaruh dalam memperoleh pengetahuan.

Penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Katingan Tengah edukasi gizi yang dilakukan dengan menggunakan media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan siswi terdapat perbedaan yang signifikan. Hasil penelitian ini menggunakan analisis data yang menggunakan uji *Wilcoxon* dimana menunjukkan nilai sig $.000 < 0,05$ yang dimana rata-rata hasil menunjukkan adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi.

Tabel 4.6 Rata-Rata Skor Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Edukasi pada siswi di SMA Negeri 1 Katingan Tengah

Variabel	n	Mean	Jumlah Rata-rata	<i>p-value</i>
Pengetahuan_Post - Perubahan <i>Negativ</i>	4	9,75	39,00	0,000
Pengetahuan_Pre - Perubahan <i>positif</i>	28	17,46	489,00	
Tetap	23			
Total	55			

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 4.6 di atas terlihattingkat pengetahuan responden yang diukur menggunakan kuesioner dan diolah menggunakan PSPP, dapat

dilihat bahwa adanya pengaruh edukasi melalui media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) di SMAN 1 Katingan Tengah dengan *p-value* 0,000. Tingkat pengetahuan 55 responden yang telah melakukan pengukuran dengan menjawab soal *pretest* maupun *posttest* yang dimana ada perbedaan yang signifikan.

Media sosial mempromosikan berbagai pengetahuan dan meningkatkan motivasi siswa dengan menggunakan fitur jejaring sosial yang dapat digunakan dalam mendorong penyebaran informasi dan keterlibatan siswa. Media sosial juga dapat digunakan sebagai wadah promosi berbagai pengetahuan dan meningkatkan motivasi dan kinerja pada siswa/siswi (Miao Chen, 2023). Media sosial juga mempengaruhi pembentukan modal sosial dalam berbagai ilmu pengetahuan, kepercayaan dan visi bersama merupakan penentu utama dari berbagai pengetahuan (zhu Meilian, 2022).

Pada kuesioner pengetahuan responden terdapat 20 soal pertanyaan yang sudah disesuaikan dengan materi yang ada dan disampaikan melalui media sosial *Tiktok*, soal yang paling banyak mendapat nilai benar dari 55 responden adalah soal nomor 1 pertanyaan mengenai apa itu *Stunting* dan soal nomor 13 menanyakan tentang dampak apa yang akan terjadi kepada baduta atau anak ketika pemberian MP-ASI yang salah.

Pemberian *pretest* pada soal nomor 1 yang mendapat nilai benar 44 orang dengan presentase (80%) dan pada pemberian *posttest*

nilai benar 48 orang dengan presentase (87,2%). Kemudian pemberian *pretest* pada soal nomor 13 yang mendapat nilai benar 31 orang dengan presentase (56,3%) dan pada pemberian *posttest* nilai benar 50 orang dengan presentase (91%). Hal tersebut dapat terjadi karena tingkat pertanyaan yang tergolong mudah dipahami dan pada masa ini sering sekali dibahas serta menjadi perhatian dimasyarakat terutama tentang *Stunting*.

Terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *Pretest-Posttest* yang diberikan melalui kuesioner, perbedaan tersebut dapat dilihat dari hasil tingkat pengetahuan yang diperoleh dari jawaban masing-masing responden. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan yang rendah sebanyak 4 responden dan tingkat pengetahuan rata-rata sebanyak 23 responden yang dimana hal tersebut dapat terjadi dikarenakan kurangnya kesadaran untuk menonton video edukasi yang diberikan dengan cermat juga dapat dikarenakan kondisi saat menjawab pertanyaan yang kurang memadai karena bisa saja antar responden saling bertukar jawaban, serta tingkat pengetahuan yang tinggi terdapat 28 responden.

Tingkat pengetahuan berdasarkan data perhitungannya menunjukkan hasil yang lebih dominan tingkat pengetahuannya yang tinggi, hal ini ditunjukkan berdasarkan perolehan data jawaban masing-masing responden yang telah direkapitulasi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nabila, *et al*, 2023 yang dimana hasil

perolehan penelitiannya memperoleh hasil yang signifikan dengan menggunakan media edukasi *Tiktok*.

2. Pengaruh Edukasi Media Sosial *Tiktok* Terhadap Sikap Wanita Usia Subur di SMA Negeri 1 Katingan Tengah

Sikap merupakan suatu reaksi yang ditunjukkan oleh seseorang yang dilakukan secara tidak langsung dengan keadaan yang dialami. Pengukuran sikap dapat dilakukan secara langsung dan tidak langsung, di mana secara langsung dapat dinyatakan bagaimana pendapat atau pernyataan seseorang terhadap suatu objek. Sedangkan secara tidak langsung dapat dilakukan dengan menggunakan pernyataan yang kemudian ditanyakan sebagai pendapat seseorang tersebut (Adventus, 2019).

Tabel 4.7 Rata-Rata Skor Sikap Sebelum dan Sesudah Edukasi pada Siswi SMA Negeri 1 Katingan Tengah

Variabel	n	Mean	Jumlah Rata-rata	<i>p-value</i>	
Sikap_Post - Sikap_Pre	Perubahan <i>Negativ</i> Perubahan <i>positif</i>	2 41	2.25 22,96	4.50 941,50	0,000
	Tetap	12			
	Total	55			

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 4.7 di atas terlihat tingkat sikap responden yang diukur menggunakan kuesioner dan diolah menggunakan PSPP, dapat dilihat bahwa adanya pengaruh edukasi melalui media sosial *Tiktok* terhadap sikap Wanita Usia Subur (WUS) di SMAN 1 Katingan Tengah dengan *p-value* 0,000. Tingkat sikap 55 responden yang telah melakukan pengukuran dengan menjawab soal *pretest* maupun *posttest* yang

dimana ada perbedaan yang signifikan.

Media sosial mempengaruhi sikap terhadap perilaku kontrol koersif dan paparan online dapat mengubah perilaku dan sikap secara langsung (Rachel Worthington, 2023). Hiburan melalui media sosial seperti interaksi, tren, kemudian yang disampaikan kepada satu dengan yang lain dapat berpengaruh terhadap sikap siswi. Sosial media memoderasi faktor efektif dan kognitif dalam sikap yang dimana juga memiliki dampak yang lebih kuat pada jalur publik (Ruixia Han, 2022).

Hasil uji yang dilakukan terhadap 55 responden yang melakukan uji dengan menjawab pernyataan mengenai sikap yang diberikan menggunakan aplikasi *Tiktok* dapat dilihat perbedaan yang signifikan, yang dinilai menggunakan kuesioner sikap yang telah diberikan. Proses dalam penentuan penilaian perbedaan sikap responden dapat dilihat berdasarkan hasil dari *pretest* dan *posttest* yang diberikan.

Penilaian sikap dilakukan dengan menggunakan kuesioner pernyataan yang dimana sampel hanya perlu memberikan tanda centang pada kolom yang dianggap bahwa perlakuan yang dipilih sudah benar sesuai dengan ketentuan yang berlaku pada kuesioner. Kuesioner pernyataan sikap diberikan sebanyak 10 soal sesuai dengan materi yang diberikan melalui edukasi *Tiktok* kepada 55 orang responden. Pada kuesioner pernyataan sikap ini paling banyak benar

terdapat pada soal nomor 1 pernyataannya tentang *Stunting* pada balita merupakan masalah yang serius dan soal nomor 10 pernyataan tentang pemantauan pertumbuhan pada anak harus dilakukan setiap bulan dengan pengukuran tinggi badan dan berat badan.

Hasil perolehan data yang telah diolah dari hasil responden 55 orang setelah diberikan, nilai benar pada pernyataan sikap *pretest* untuk soal nomor 1 terdapat 15 orang dengan presentase (27,2%), kemudian setelah diberikan edukasi dan diberikan *posttest* soal nomor 1 nilai benar terdapat 46 orang dengan presentase (83,6%). Sedangkan untuk hasil *pretest* nilai benar pada pernyataan sikap nomor 10 terdapat 19 orang dengan presentase (34,5%) dan hasil *posttest* nilai benarnya terdapat 39 orang dengan presentase (71%).

Pengumpulan data hasil uji kepatuhan sikap yang diukur menggunakan kuesioner untuk rata-rata hasil *pretest-posttest* diperoleh hasil sikap positif terdapat 41 orang, sikap negatif sebanyak 2 orang dan hasil uji kepatuhan sikap rata-rata sebanyak 12 orang. Hal ini dapat terjadi karena kurang kondusifnya pelaksanaan saat menjawab kuesioner, yang mana pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian Nurmala (2018) yang menyatakan bahwa sikap adalah perilaku yang merupakan respon seseorang ketika menerima rangsangan dari lingkungannya. Menurut pernyataan tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa ketika seseorang kurang merespon atau memperhatikan apa yang disampaikan oleh orang lain dapat

mengakibatkan kurang diterimanya secara keseluruhan hal yang telah disampaikan. Hal tersebut dapat terjadi kepada responden yang nilai rata-rata 12 orang tetap dan 2 orang yang nilainya menurun atau negatif.

Edukasi melalui media sosial video *Tiktok* dapat disimpulkan bahwa adanya perbedaan antara sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi dengan nilai signifikan hasil test statistik yaitu 0,000 (sig, < 0,05) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sikap antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media sosial *Tiktok* pada Wanita Usia Subur (WUS) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Megawati Simanjutak *et al*, 2022 tentang pengaruh inovasi edukasi gizi masyarakat berbasis media sosial terhadap pengetahuan dan sikap siswa hasil penelitiannya Menunjukkan bahwa media sosial sangat berguna dan berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan dan sikap seseorang dan dapat digunakan sebagai salah satu strategi dalam peningkatan pengetahuan dan sikap seseorang.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik responden di SMAN 1 Katingan Tengah usia paling dominan adalah usia 17 tahun sebanyak 54,5%, usia 18 tahun sebanyak 43,6%, dan usia 19 tahun sebanyak 1,9%.
2. Hasil Pengukuran tingkat pengetahuan responden menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pada siswi meningkat dari sebelum diberikan edukasi dan sesudah dilakukan edukasi menggunakan media *Tiktok* yaitu sebelum edukasi nilai meannya 11,16 dan sesudah edukasi nilai meannya 13,89.
3. Hasil Pengukuran sikap siswi menunjukkan bahwa sikap siswi meningkat dari sebelum diberikan edukasi dan sesudah dilakukan edukasi menggunakan media *Tiktok* yaitu sebelum edukasi nilai meannya 21,56 dan sesudah edukasi nilai meannya 29,89.
4. Ada pengaruh edukasi melalui media sosial *Tiktok* terhadap pengetahuan siswi di SMA Negeri 1 Katingan Tengah tentang 1000 HPK (sig. 0,000) yang mana artinya ada perbedaan yang signifikan terhadap H_0 karena nilai signifikan ($< 0,05$).
5. Ada pengaruh edukasi melalui media sosial *Tiktok* terhadap Sikap siswi di SMA Negeri 1 Katingan Tengah tentang 1000 HPK (sig.

0,000) yang mana artinya ada perbedaan yang signifikan terhadap H_0 karena nilai signifikan ($< 0,05$).

B. Saran

1. Bagi Pendidik dan Tenaga Kependidikan (PTK) di SMA Negeri 1 Katingan Tengah agar dapat menggunakan media hasil penelitian ini untuk meningkatkan pengetahuan dan dalam praktik sikap dalam kehidupan sehari-hari.
2. Bagi siswi agar dapat menggunakan media edukasi sebagai wadah untuk menambah pengetahuan dan dapat menerapkan materi yang telah disampaikan.
3. Bagi tenaga kesehatan agar dapat digunakan sebagai media edukasi yang mudah diaplikasikan dan digunakan di lingkungan masyarakat.
4. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat menemukan inovasi baru sebagai media yang dapat digunakan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap yang berkelanjutan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aba, L., Nirmala, F., Saputri, A. I., & Hasyim, M. S. (2020). Efektivitas Pemberian Edukasi secara Online melalui Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 di Kota Baubau. *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy)(e-Journal)*, 6(2).
- Adventus *et al.* 2019. Buku Ajar Promosi Kesehatan ; *Universitas Kristen Indonesia*
- Al Rahmad, A. H. (2019). Pengaruh Penyuluhan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada Pasangan Usia Subur di Perkotaan dan Perdesaan. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 147-152. (penyuluhan)
- Almatsier, S., 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta, PT Gramedia Pustaka Utama.
- Al-Rahmad, A. H. (2017). Peningkatan Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) Melalui Edukasi ASI Eksklusif di Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. *Jurnal Nutrisia*, 19(1), 36-42.
- Apriani, S. R., Kharima, R., Aqsha, D., & Zara, N. (2022). Studi Kasus *Stunting* pada Usia 34 Bulan di Desa Cot Mee Puskesmas Nisam Kabupaten Aceh Utara Tahun 2022. *GALENICAL: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 1(2), 69-81.
- Arsyad, J. F., Setiawaty, Y., & Yusnidar, Y. (2022). Pengaruh Pengetahuan Wanita Usia Subur (WUS) Sebelum dan Setelah diberikan Pendidikan Gizi 1000 HPK Melalui Media Presentasi dan Booklet. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 282-287.
- Bigelow, J. L., et al (2019). Mucus observations in the fertile window: a better predictor of conception than timing of intercourse. *Hum Reprod.* 2019 Apr;19(4):889-92.
- Bulele, Y. N. (2020, November). Analisis fenomena sosial media dan kaum milenial: studi kasus *Tiktok*. In *Conference on Business, Social Sciences and Innovation Technology* (Vol. 1, No. 1, pp. 565-572).
- Clark, R. C., & Mayer, R. E. (2016). *E-Learning and the Science of Instruction: Proven Guidelines for Consumers and Designers of Multimedia Learning*. Wiley.
- Darma B. 2021. Statistika Penelitian Menggunakan PSPP (Uji Validitas, Uji Reliabilitas, Regresi Linier Sederhana, Regresi Linier Berganda, Uji t, Uji

F, R2). GUEPEDIA

- Datesfordate, A. H., Kundre, R., & Rottie, J. V. (2017). Hubungan pemberian makanan pendamping air susu ibu (Mp-ASI) dengan status gizi bayi pada usia 6-12 bulan di wilayah kerja Puskesmas Bahu Manado. *Jurnal Keperawatan*, 5(2).
- Habsy, B. A. (2017). Filosofi ilmu bimbingan dan edukasi Indonesia. *JP (Jurnal Pendidikan): Teori dan Praktik*, 2(1), 1-11.
- Holder, M. K., Mong, J.A. (2017). The Role of Ovarian Hormones and the Medial Amygdala in Sexual Motivation. *Curr Sex Health Rep*. 2017 Dec;9(4):262-270.
- Indriati, M., & Ningsih, K. (2020). Profil Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi (MPASI) Pada Bayi 0-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Padasuka Kota Bandung. *Jurnal Sehat Masada*, 14(2), 107-113.
- Isnaini, N., Mariza, A., & Putri, M. A. (2022). Pentingnya gizi pada ibu hamil sebagai upaya pencegahan *Stunting* di periode 1000 HPK. *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1).
- Kemendes RI. 2022. Pedoman Gizi Seimbang, Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA, Jakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kurniatin, L. F., & Zakiyya, A. (2022). Pendidikan Kesehatan dengan Media Video dan Booklet Pendampingan 1000 Hari Pertama Kehidupan terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan *Stunting* Health Education with Video Media and Booklet Mentoring for the First 1000 Days of Lifes on Knowledge Levels and Attitudes of.
- Miao Chen. 2023. *Analyzing the Impact of Enterprise Social Media on Employees' Competency through the Mediating Role of Knowledge Sharing*.
- Nada, S. A. P., Widiastuti, L., Yahya, M., Arif, M., & Herawati, H. D. (2022). Pencegahan *Stunting* Dengan Edukasi Pentingnya 1000HPK dan Gizi Seimbang di Dusun Kabrokan Kulon, Desa Sendangsari, Pajangan, Bantul. *Bangun Desa: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 19-24.
- Notoatmodjo, S. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Marni, M., & Ratnasari, N. Y. (2021). Penyuluhan Pencegahan Risiko *Stunting* 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Generasi Muda. *Indonesian Journal of*

Community Services, 3(2), 116-125.

- Nurmala I., et al. 2018. Buku Promosi Kesehatan ; *ditebitkan atas kerja sama airlangga University Press dengan PIPS Unair.*
- Primasari, Y., & Keliat, B. A. (2020). Praktik pengasuhan sebagai upaya pencegahan dampak *Stunting* pada perkembangan psikososial kanak-kanak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(3), 263-272.
- Rachel Worthington. 2023 “*Influencers*” – *a study investigating the messages people receive about coercive control on social media.*
- Rafika, M., & Gz, S. (2019). Dampak *Stunting* pada kondisi psikologis anak. *Buletin Jagaddhita*, 1(1).
- Rahmadhita, K. (2020). Permasalahan *Stunting* dan pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 225-229.
- Rasdin, R., Mulyati, Y., & Kurniawan, K. (2021). Fenomena Tik Tok sebagai Media Komunikasi Edukasi. In *Seminar Internasional Riksa Bahasa* (pp. 227-235).
- Rizky Pradana Putra Hidayatullah et al. 2020. Hubungan Edukasi Gizi Balita dengan Kejadian *Stunting* di Desa Cumedak, Sumberjambe, Jember.
- Ruixia Han. 2022. *How Social Media Influences Public Attitudes to Covid-19 Governnance Policy: An Analysis Based on Cognitive-Affective Model.*
- Setyawati, V. A. V. (2018, February). Kajian *Stunting* berdasarkan umur dan jenis kelamin di Kota Semarang. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 834-838).
- Sholikah S, M., 2023. Deteksi Dini Kanker Serviks. Jawa Tengah : NEM.
- Sitompul B, E, M. 2015. Panduan Pintar Menghitung Masa Subur. Jawa Barat : Lembar Langit Indonesia.
- Sitompul, A. L., Patriansyah, M., & Pangestu, R. (2021). Analisis Poster Video Klip Lathi: Kajian Semiotika Ferdinand De Saussure. *Besaung: Jurnal Seni Desain dan Budaya*, 6(1).
- Sitti Patimah, S. K. M. (2021). *Stunting Mengancam Human Capital.* Deepublish.
- Subu, A. M., Ananda, S. H., & Demmalewa, J. Q. (2022). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Wanita Usia Subur (WUS) Wanita di Wilayah Kerja KUA Kecamatan Abeli. *Jurnal Gizi Ilmiah: Jurnal Ilmiah Ilmu Gizi Klinik, Kesehatan Masyarakat dan Pangan*, 9(3), 42-48.

- Sutrisno, S., & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas Penggunaan Lembar Balik sebagai Media Promosi Kesehatan: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 1-11.
- Sutrisno, S., & Sinanto, R. A. (2022). Efektivitas Penggunaan Lembar Balik sebagai Media Promosi Kesehatan: Tinjauan Sistematis. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(1), 1-11.
- Syari, M., Serudji, J., & Mariati, U. (2015). Peran asupan zat gizi makronutrien ibu hamil terhadap berat badan lahir bayi di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(3).
- Tanner, H., & Tanner, M. (2007). *Curriculum development: Theory into practice*. Pearson.
- Thamrin, H., Agustang, A., Adam, A., & Alim, A. (2022). Disrupsi Modal Sosial *Stunting* di Sulawesi Selatan, Indonesia (Studi Kasus Pada Keluarga 1000 HPK di Kabupaten Bone dan Enrekang).
- Widanti, Y. A. (2016). Prevalensi, faktor risiko, dan dampak *Stunting* pada anak usia sekolah. *JITIPARI (Jurnal Ilmiah Teknologi Dan Industri Pangan UNISRI)*, 1(1).
- World Health Organization (WHO). (2006). *Child Growth Standards: Methods and Development*. Geneva: WHO.
- Yuwanti, Y., Himawati, L., & Susanti, M. M. (2022). Pencegahan *Stunting* pada 1000 HPK. *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 35-39.
- Zhu Meilian. 2022. *Social Media as a field for Knowledge Creation*.
- Zulhakim, Z., Ediyono, S., & Kusumawati, H. N. (2022). Hubungan Pernikahan Usia Dini Dan Pola Asuh Baduta (0-23 Bulan) Terhadap Kejadian *Stunting*. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 84-92.

RIWAYAT HIDUP



Nama : Jenny Resmiati
Tempat/Tanggal Lahir : Miau Baru, 15 Januari 2003
Alamat : Desa Tewang Panjang, RT/RW. 001/001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen
Email : jennyresmiati@gmail.com

Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri Tewang Panjang, lulus tahun 2014
2. SMP Negeri 4 Katingan Tengah, lulus tahun 2017
3. SMA Negeri 1 Katingan Tengah, lulus tahun 202

