

Pendampingan Ibu Hamil Berisiko Kekurangan Energi Kronis melalui Edukasi Gizi Sensitif Budaya sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Gizi Maternal

Mentoring Pregnant Women at Risk of Chronic Energy Deficiency through Culturally Sensitive Nutrition Education to Improve Maternal Nutrition Knowledge

Silvia Widayani Heriyanti*, Ratna Suminar, Siti Fatimah, Ayu Cindy Roihan, Ria Oktapiani

Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Univesitas Galuh, Indonesia

*Email: silviawidayani@unigal.ac.id

(Diterima 24-07-2026; Disetujui 03-09-2026)

ABSTRAK

Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil masih menjadi permasalahan kesehatan yang dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan gizi, praktik pantangan makanan, serta kuatnya pengaruh budaya dalam pemenuhan gizi selama kehamilan. Kondisi ini memerlukan pendekatan edukasi yang tidak hanya berbasis ilmu pengetahuan, tetapi juga mempertimbangkan aspek sosial budaya masyarakat. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan gizi maternal pada ibu hamil berisiko KEK melalui edukasi gizi sensitif budaya. Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada 26 Juni 2026 di Desa Sukamulya, Kecamatan Baregbeg, Kabupaten Ciamis. Sasaran kegiatan adalah 15 ibu hamil berisiko KEK dan 10 kader Posyandu. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi, penyuluhan, pelatihan kader, pendampingan menggunakan modul dan leaflet edukasi berbasis budaya, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Kegiatan berlangsung dengan partisipasi aktif seluruh peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan rata-rata pengetahuan ibu hamil dari 61% pada pre-test menjadi 86% pada post-test atau meningkat sebesar 25%. Selain itu, kader Posyandu mampu memanfaatkan media edukasi sebagai sarana pendampingan ibu hamil. Pendekatan edukasi yang mengintegrasikan nilai budaya lokal terbukti memudahkan peserta memahami materi dan meningkatkan keterlibatan keluarga dalam mendukung pemenuhan gizi selama kehamilan. Edukasi gizi sensitif budaya efektif meningkatkan pengetahuan gizi maternal pada ibu hamil berisiko KEK serta memperkuat kapasitas kader Posyandu dalam memberikan pendampingan. Program ini disarankan untuk diintegrasikan ke dalam kegiatan Posyandu secara berkelanjutan dan direplikasi pada wilayah lain dengan karakteristik sosial budaya yang serupa.

Kata kunci: edukasi gizi sensitif budaya; ibu hamil; kekurangan energi kronis; kader Posyandu; pengetahuan gizi maternal

ABSTRACT

Chronic Energy Deficiency (CED) among pregnant women remains a significant maternal health problem influenced by limited nutritional knowledge, food taboos, and cultural beliefs that affect dietary practices during pregnancy. Therefore, nutrition education should not only be evidence-based but also culturally sensitive to improve its acceptance and effectiveness within the community. This community service program aimed to improve maternal nutrition knowledge among pregnant women at risk of CED through culturally sensitive nutrition education. The program was conducted on June 26, 2026, in Sukamulya Village, Baregbeg District, Ciamis Regency. Participants included 15 pregnant women at risk of CED and 10 Posyandu (Integrated Health Post) cadres. The intervention consisted of socialization, health education, cadre training, mentoring using culturally sensitive educational modules and leaflets, and knowledge assessment through pre-test and post-test. program was actively attended by all participants. Evaluation results demonstrated an increase in the average knowledge score of pregnant women from 61% in the pre-test to 86% in the post-test, representing a 25% improvement. Furthermore, Posyandu cadres were able to utilize the educational media effectively in mentoring pregnant women. The culturally sensitive educational approach facilitated participants' understanding of nutritional messages and encouraged greater family involvement in supporting maternal nutrition during pregnancy. Culturally sensitive nutrition education effectively improved maternal nutrition knowledge among pregnant women at risk of CED while strengthening the capacity of Posyandu cadres to provide nutrition counseling. This approach is recommended for integration into routine Posyandu services and replication in other communities with similar socio-cultural characteristics.

Keywords: culturally sensitive nutrition education; chronic energy deficiency; maternal nutrition knowledge; Posyandu cadres; pregnant women

PENDAHULUAN

Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang berkontribusi terhadap meningkatnya risiko komplikasi kehamilan, bayi berat lahir rendah (BBLR), persalinan prematur, anemia, hingga meningkatnya morbiditas dan mortalitas pada ibu maupun bayi. Status gizi ibu selama kehamilan juga berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin serta menentukan kualitas kesehatan anak di masa mendatang. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menegaskan bahwa perbaikan gizi maternal merupakan salah satu strategi utama untuk menurunkan angka kematian ibu dan bayi serta mencapai target Sustainable Development Goals (SDGs) di bidang kesehatan. Oleh karena itu, upaya pencegahan KEK memerlukan pendekatan yang komprehensif, tidak hanya melalui intervensi gizi tetapi juga melalui penguatan edukasi kesehatan yang sesuai dengan karakteristik masyarakat (Feprina et al., 2024; Selamet et al., 2024; WHO, 2020).

Di Indonesia, KEK pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi ibu hamil dengan KEK masih mencapai 17,3%, sedangkan di Provinsi Jawa Barat sebesar 14,08%. Kondisi tersebut juga terlihat di Kabupaten Ciamis, di mana prevalensi ibu hamil dengan KEK meningkat dari 48% menjadi 51% pada tahun 2024. Di wilayah kerja Puskesmas Baregbeg, prevalensi KEK juga meningkat dari 7,7% menjadi 8,9%. Data tersebut menunjukkan bahwa intervensi promotif dan preventif masih perlu diperkuat agar mampu menurunkan risiko KEK secara berkelanjutan (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2023; Dinkes Ciamis, 2024; Riskesdas, 2023).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa terjadinya KEK pada ibu hamil tidak hanya dipengaruhi oleh keterbatasan akses pangan atau kondisi ekonomi, tetapi juga oleh rendahnya pengetahuan gizi, praktik pantangan makanan (*food taboos*), kepercayaan masyarakat, serta dukungan keluarga dalam pengambilan keputusan mengenai konsumsi makanan selama kehamilan. Praktik budaya yang membatasi konsumsi sumber protein, zat besi, maupun pangan lokal bergizi masih banyak ditemukan di negara berkembang, sehingga berpotensi meningkatkan risiko kekurangan zat gizi pada ibu hamil. Hasil penelitian tim pengabdian di Desa Sukamulya juga menunjukkan bahwa faktor pengetahuan, budaya, dan dukungan keluarga merupakan determinan penting dalam kejadian KEK, sehingga intervensi yang dilakukan perlu mempertimbangkan konteks sosial budaya masyarakat (Nguyen et al., 2021)(Heriyanti, Suminar, Ningrum, et al., 2026; Kavle & Landry, 2018).

Berbagai program edukasi gizi telah dikembangkan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku gizi ibu hamil, namun implementasinya masih didominasi oleh pendekatan konvensional yang berfokus pada penyampaian informasi kesehatan tanpa mengakomodasi karakteristik sosial dan budaya masyarakat sasaran (Dewidar et al., 2023). Padahal, efektivitas edukasi kesehatan tidak hanya ditentukan oleh kualitas materi yang disampaikan, tetapi juga oleh kesesuaian pesan dengan nilai budaya, norma, kepercayaan, bahasa, serta pengalaman hidup masyarakat yang menerima intervensi (Livingstone et al., 2023). Intervensi yang dirancang melalui proses *cultural adaptation* terbukti mampu meningkatkan penerimaan terhadap pesan kesehatan, memperkuat hubungan antara tenaga kesehatan dan masyarakat, serta meningkatkan keterlibatan peserta dalam proses pembelajaran dibandingkan dengan pendekatan yang bersifat umum (Singh et al., 2023). Selain itu, konseling gizi yang mempertimbangkan konteks budaya, kebiasaan makan, dan kondisi lokal juga dilaporkan lebih efektif dalam mendorong perubahan perilaku gizi serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan maternal, khususnya pada kelompok masyarakat yang memiliki keragaman budaya (Kavle, 2023). Oleh karena itu, pengembangan edukasi gizi sensitif budaya menjadi salah satu strategi yang relevan untuk meningkatkan efektivitas program pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil.

Program pengabdian kepada masyarakat ini merupakan hilirisasi hasil penelitian dan pengabdian yang telah dilakukan oleh tim Universitas Galuh mengenai karakteristik ibu hamil dengan KEK serta penguatan peran kader dalam pencegahan masalah gizi maternal (Heriyanti, Suminar, Ningrum, et al., 2026). Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dikembangkan model edukasi gizi sensitif budaya yang mengintegrasikan aspek kesehatan maternal, budaya lokal, dukungan keluarga, serta pemberdayaan kader Posyandu melalui penyusunan modul dan leaflet edukasi berbasis budaya. Pendekatan ini diharapkan mampu menjembatani pesan kesehatan dengan praktik budaya masyarakat sehingga lebih mudah diterima dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan gizi maternal pada ibu hamil berisiko Kekurangan Energi Kronis (KEK) melalui

pendampingan berbasis edukasi gizi sensitif budaya sekaligus memperkuat kapasitas kader Posyandu sebagai pendamping kesehatan maternal di masyarakat. Diharapkan pendekatan ini dapat menjadi model edukasi yang kontekstual, partisipatif, dan berkelanjutan dalam mendukung upaya pencegahan KEK pada ibu hamil.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Baregbeg, Kabupaten Ciamis, Provinsi Jawa Barat, dengan lokasi utama pelaksanaan di Posyandu yang berada di Desa Baregbeg. Kegiatan berlangsung selama bulan Juni 2026, yang meliputi tahap persiapan, koordinasi dengan mitra, pelaksanaan edukasi, pendampingan peserta, monitoring, serta evaluasi hasil kegiatan.

Kelompok sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu hamil yang berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) berdasarkan hasil skrining petugas kesehatan dan kader Posyandu, serta kader kesehatan yang berperan sebagai pendamping selama proses edukasi. Sasaran dipilih secara purposive dengan mempertimbangkan kriteria bahwa peserta merupakan ibu hamil yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Baregbeg, bersedia mengikuti seluruh rangkaian kegiatan, dan mendapatkan izin dari petugas kesehatan setempat. Keterlibatan kader Posyandu dimaksudkan untuk memperkuat keberlanjutan program melalui pendampingan kepada ibu hamil setelah kegiatan edukasi selesai dilaksanakan.

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif (*participatory approach*) yang melibatkan peserta secara aktif dalam seluruh tahapan kegiatan. Pendekatan ini dipilih agar proses edukasi tidak hanya bersifat penyampaian informasi satu arah, tetapi juga mampu menggali pengalaman, kebiasaan makan, serta faktor budaya yang memengaruhi perilaku gizi ibu hamil. Seluruh kegiatan dirancang dengan mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal sehingga materi yang diberikan lebih mudah dipahami, diterima, dan diterapkan oleh peserta.

Pelaksanaan kegiatan terdiri atas empat tahapan utama. Tahap pertama merupakan persiapan, meliputi koordinasi dengan Puskesmas Baregbeg, pemerintah desa, bidan desa, serta kader Posyandu untuk menentukan jadwal, lokasi, dan sasaran kegiatan. Pada tahap ini juga dilakukan penyusunan materi edukasi, pengembangan leaflet edukasi gizi sensitif budaya, serta persiapan instrumen evaluasi berupa kuesioner pengetahuan.

Tahap kedua adalah pelaksanaan edukasi gizi sensitif budaya. Materi yang disampaikan mencakup pengertian KEK pada ibu hamil, penyebab dan faktor risiko, dampak terhadap ibu dan janin, kebutuhan gizi selama kehamilan, pentingnya konsumsi Pemberian Makanan Tambahan (PMT), pemanfaatan pangan lokal bergizi, serta pembahasan mengenai berbagai kepercayaan dan pantangan makanan yang berkembang di masyarakat. Proses edukasi menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, tanya jawab, studi kasus sederhana, dan demonstrasi pemanfaatan pangan lokal. Leaflet edukasi diberikan kepada seluruh peserta sebagai media pembelajaran yang dapat dipelajari kembali secara mandiri di rumah.

Tahap ketiga berupa pendampingan yang dilakukan oleh kader Posyandu bersama tim pengabdian. Pendampingan difokuskan pada pemantauan penerapan materi edukasi dalam kehidupan sehari-hari, pemberian motivasi kepada ibu hamil untuk mengonsumsi makanan bergizi secara seimbang, serta penguatan dukungan keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan. Selama proses pendampingan, kader juga melakukan komunikasi secara berkala dengan peserta untuk mengidentifikasi kendala yang dihadapi dan memberikan solusi sesuai kondisi masing-masing keluarga.

Tahap terakhir merupakan monitoring dan evaluasi. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Selain itu, tim juga melakukan observasi terhadap partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung, tingkat keterlibatan kader, serta respons peserta terhadap materi dan media edukasi yang digunakan. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar penyempurnaan model edukasi gizi sensitif budaya sehingga dapat diterapkan secara berkelanjutan pada kegiatan pelayanan kesehatan ibu di tingkat masyarakat.

Bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi modul edukasi gizi sensitif budaya, leaflet edukasi mengenai pencegahan KEK pada ibu hamil, lembar observasi kegiatan, daftar hadir peserta, lembar evaluasi kepuasan, serta kuesioner pengetahuan mengenai gizi maternal. Kuesioner disusun berdasarkan indikator pengetahuan mengenai pengertian KEK, faktor penyebab, kebutuhan gizi ibu

hamil, manfaat PMT, serta pencegahan KEK melalui pemanfaatan pangan lokal dan perilaku hidup sehat.

Peralatan yang digunakan terdiri dari laptop untuk penyusunan materi dan pengolahan data, LCD proyektor, layar proyeksi, pengeras suara (*speaker portabel*), alat tulis kantor, kamera digital atau telepon pintar untuk dokumentasi kegiatan, serta perangkat antropometri berupa pita Lingkar Lengan Atas (LiLA) yang digunakan sebagai media demonstrasi dalam skrining risiko KEK kepada peserta.

Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan kombinasi observasi, dokumentasi, dan kuesioner. Observasi dilakukan selama proses edukasi dan pendampingan untuk menilai partisipasi aktif peserta serta keterlibatan kader dalam pelaksanaan kegiatan. Dokumentasi digunakan untuk mencatat seluruh rangkaian kegiatan melalui foto, daftar hadir, dan laporan pelaksanaan. Sementara itu, pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner yang diberikan sebelum (*pre-test*) dan setelah (*post-test*) pelaksanaan edukasi.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif. Data karakteristik peserta disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase. Hasil pengukuran pengetahuan dibandingkan antara nilai *pre-test* dan *post-test* untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Selain itu, hasil observasi dan evaluasi pelaksanaan kegiatan dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan tingkat partisipasi peserta, efektivitas pelaksanaan program, serta respons peserta terhadap model edukasi yang diterapkan.

Data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, grafik, serta dokumentasi kegiatan sehingga mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai karakteristik peserta, peningkatan pengetahuan, proses pelaksanaan program, dan hasil pendampingan. Penyajian data juga dilengkapi dengan narasi yang menjelaskan setiap temuan sehingga memudahkan pembaca memahami dampak kegiatan pengabdian terhadap peningkatan pengetahuan gizi maternal pada ibu hamil berisiko KEK.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Edukasi Gizi Sensitif Budaya pada Ibu Hamil Berisiko Kekurangan Energi Kronis (KEK)

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan koordinasi bersama Puskesmas Baregbeg, bidan desa, dan kader Posyandu untuk menentukan sasaran, jadwal pelaksanaan, serta strategi pelaksanaan kegiatan. Berdasarkan hasil koordinasi, dipilih ibu hamil yang berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) sebagai sasaran utama program. Selain itu, kader Posyandu turut dilibatkan sebagai mitra dalam proses pendampingan agar kegiatan tidak berhenti pada pemberian edukasi, tetapi dapat dilanjutkan melalui pemantauan di tingkat masyarakat.

Pelaksanaan edukasi dilakukan secara tatap muka dengan pendekatan partisipatif. Materi yang disampaikan meliputi pengertian KEK, faktor penyebab, dampak terhadap kesehatan ibu dan janin, kebutuhan gizi selama kehamilan, pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), pemanfaatan pangan lokal sebagai Pemberian Makanan Tambahan (PMT), serta pembahasan mengenai berbagai kepercayaan dan pantangan makanan (*food taboo*) yang masih berkembang di masyarakat. Seluruh materi disusun menggunakan pendekatan edukasi gizi sensitif budaya, yaitu pendekatan yang mengintegrasikan pesan kesehatan dengan kondisi sosial budaya masyarakat sehingga informasi yang diberikan lebih mudah dipahami dan diterapkan oleh peserta.

Penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, tanya jawab, serta pemanfaatan leaflet edukasi sebagai media pendukung pembelajaran. Selama kegiatan berlangsung, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman, kebiasaan konsumsi makanan selama kehamilan, serta berbagai pantangan makanan yang masih dipercaya dalam keluarga. Diskusi tersebut menjadi media untuk mengklarifikasi berbagai miskonsepsi mengenai pemenuhan gizi ibu hamil sekaligus memberikan alternatif pemanfaatan pangan lokal yang mudah diperoleh di lingkungan sekitar.



Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi Gizi Sensitif Budaya kepada Ibu Hamil Berisiko KEK

Pelaksanaan edukasi secara partisipatif memberikan kesempatan kepada peserta untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran sehingga materi tidak hanya diterima sebagai informasi baru, tetapi juga dikaitkan dengan pengalaman yang mereka alami selama kehamilan. Pendekatan tersebut memungkinkan peserta mendiskusikan berbagai kendala yang dihadapi dalam memenuhi kebutuhan gizi, termasuk pengaruh budaya dan kebiasaan keluarga terhadap pola konsumsi makanan.

Keberhasilan proses edukasi pada kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan yang mempertimbangkan konteks sosial dan budaya masyarakat mampu meningkatkan efektivitas penyampaian pesan kesehatan. Edukasi yang disesuaikan dengan kebiasaan makan, nilai budaya, bahasa, serta kepercayaan lokal lebih mudah diterima oleh peserta karena materi yang diberikan relevan dengan kondisi dan pengalaman mereka (Livingstone et al., 2023). Selain meningkatkan penerimaan terhadap informasi kesehatan, pendekatan *culturally tailored* juga terbukti mampu meningkatkan keterlibatan peserta, membangun kepercayaan terhadap tenaga kesehatan, dan mendorong perubahan perilaku kesehatan yang lebih berkelanjutan dibandingkan dengan pendekatan yang bersifat umum (Singh et al., 2023). Dalam konteks kesehatan maternal, konseling gizi yang mempertimbangkan karakteristik budaya dan kondisi lokal juga dilaporkan lebih efektif dalam meningkatkan kualitas edukasi, kepatuhan terhadap rekomendasi gizi, serta pemanfaatan layanan kesehatan selama kehamilan (Dewidar et al., 2023; Kavle, 2023).

Selain itu, penggunaan media leaflet sebagai sarana edukasi memberikan kesempatan kepada peserta untuk mempelajari kembali materi yang telah disampaikan setelah kegiatan selesai. Media cetak sederhana seperti leaflet dinilai efektif sebagai pengingat (*reminder*) sekaligus sumber informasi yang dapat dibaca bersama anggota keluarga, sehingga mendukung perubahan perilaku kesehatan secara bertahap.

2. Pendampingan Ibu Hamil dan Penguatan Kapasitas Kader Posyandu

Tahap pendampingan dilaksanakan setelah kegiatan edukasi selesai dengan melibatkan ibu hamil, kader Posyandu, serta keluarga sebagai pendukung utama dalam pemenuhan gizi selama kehamilan. Pendampingan difokuskan pada penerapan materi yang telah diberikan, khususnya mengenai pemenuhan gizi seimbang, konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), pemanfaatan pangan lokal bergizi, serta cara menyikapi praktik budaya dan pantangan makanan secara bijaksana. Kader Posyandu juga diberikan pembekalan mengenai teknik komunikasi dan konseling sederhana agar mampu memberikan edukasi lanjutan sesuai kondisi sosial budaya masyarakat menggunakan modul edukasi yang sudah diberikan oleh tim.



Gambar 2. Pelibatan Kader dalam Edukasi Gizi Sensitif Budaya

Selain meningkatkan kapasitas kader, kegiatan pendampingan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana materi yang telah diberikan dapat dipahami oleh ibu hamil. Oleh karena itu, sebelum kegiatan edukasi dilaksanakan, dilakukan pengukuran pengetahuan melalui pre-test dan setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, dilakukan post-test menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan materi edukasi.

Pelibatan kader Posyandu dalam kegiatan ini merupakan strategi penting untuk menjamin keberlanjutan program. Kader merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan di masyarakat yang memiliki kedekatan dengan ibu hamil sehingga lebih mudah melakukan pemantauan dan memberikan motivasi secara berkelanjutan. Dengan meningkatnya kapasitas kader dalam memberikan edukasi dan konseling sederhana, diharapkan informasi mengenai pencegahan KEK dapat terus disampaikan meskipun kegiatan pengabdian telah selesai.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan rekomendasi *World Health Organization* yang menekankan bahwa pelayanan antenatal yang berkualitas perlu melibatkan tenaga kesehatan, kader, serta sistem dukungan masyarakat untuk meningkatkan akses, kualitas layanan, dan pengalaman positif ibu selama kehamilan. Keterlibatan kader dan masyarakat juga berperan penting dalam memperkuat kontinuitas edukasi serta pendampingan kesehatan di tingkat komunitas (WHO, 2022). Selanjutnya, UNICEF menyatakan bahwa keberhasilan program perbaikan gizi ibu hamil sangat dipengaruhi oleh keterlibatan keluarga dan masyarakat dalam mendukung perubahan perilaku, kepatuhan terhadap anjuran gizi, serta pemanfaatan layanan kesehatan maternal (UNICEF, 2023). Temuan ini juga didukung oleh (Kavle, 2023) yang melaporkan bahwa konseling gizi maternal yang melibatkan keluarga, kader, dan tenaga kesehatan secara kolaboratif mampu meningkatkan efektivitas edukasi serta memperkuat praktik gizi selama kehamilan. Dengan demikian, pendampingan yang dilakukan dalam kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kapasitas individu, tetapi juga memperkuat sistem dukungan sosial yang berkontribusi terhadap keberhasilan upaya pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil.

3. Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Setelah Edukasi Gizi Sensitif Budaya

Keberhasilan kegiatan pengabdian dievaluasi melalui pengukuran tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai Kekurangan Energi Kronis (KEK) sebelum dan sesudah mengikuti edukasi. Materi evaluasi mencakup pengertian KEK, faktor penyebab, dampak terhadap ibu dan janin, kebutuhan gizi selama kehamilan, pentingnya konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD), pemanfaatan pangan lokal bergizi, serta pemahaman mengenai budaya yang mendukung maupun menghambat pemenuhan kebutuhan gizi ibu hamil.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang cukup signifikan setelah peserta mengikuti kegiatan edukasi dan pendampingan. Rata-rata nilai pengetahuan meningkat dari 61% pada saat pre-test menjadi 86% pada saat post-test, atau mengalami peningkatan sebesar 25%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa model edukasi gizi sensitif budaya yang diterapkan mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai upaya pencegahan KEK selama kehamilan.

Tabel 1. Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Setelah Edukasi Gizi Sensitif Budaya

Komponen Penilaian	Rata-rata <i>Pre-test</i>	Rata-rata <i>Post-test</i>	Peningkatan
Pengetahuan Ibu Hamil (n=15)	61%	86%	25%

Sumber: Data Primer, 2026

Peningkatan pengetahuan sebesar 25% menunjukkan bahwa pendekatan edukasi gizi sensitif budaya efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK). Hasil ini mengindikasikan bahwa penyampaian informasi yang disesuaikan dengan karakteristik sosial, budaya, kebiasaan makan, dan kondisi lokal masyarakat mampu meningkatkan penerimaan peserta terhadap materi edukasi (Livingstone et al., 2023). Selain itu, penggunaan metode ceramah interaktif, diskusi, leaflet edukasi, serta pendampingan oleh kader memberikan kesempatan kepada peserta untuk berpartisipasi aktif, mengklarifikasi informasi, dan mengaitkan materi dengan pengalaman sehari-hari sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif (Dewidar et al., 2023).

Temuan ini sejalan dengan hasil kajian (Livingstone et al., 2023) yang menyatakan bahwa intervensi gizi yang dirancang melalui *cultural adaptation* lebih mudah diterima oleh masyarakat karena mempertimbangkan nilai budaya, bahasa, dan konteks kehidupan sasaran. Hasil serupa juga

dilaporkan oleh (Singh et al., 2023) bahwa program edukasi berbasis budaya (*culturally tailored education*) mampu meningkatkan keterlibatan peserta, penerimaan terhadap pesan kesehatan, serta mendorong perubahan perilaku yang lebih baik dibandingkan dengan pendekatan edukasi yang bersifat umum. Dalam konteks kesehatan maternal, konseling gizi yang dikombinasikan dengan pendampingan berkelanjutan melalui tenaga kesehatan dan kader masyarakat lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan, kepatuhan terhadap rekomendasi gizi, serta praktik gizi ibu hamil (Kavle, 2023).

Hasil kegiatan ini juga konsisten dengan penelitian (Heriyanti, Suminar, Rohmah, et al., 2026) yang mengidentifikasi bahwa masih rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai KEK dipengaruhi oleh keterbatasan akses informasi, kebiasaan konsumsi pangan yang dipengaruhi budaya lokal, serta belum optimalnya edukasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan. Berdasarkan temuan tersebut, pengembangan model edukasi gizi sensitif budaya dalam kegiatan pengabdian ini menjadi bentuk implementasi hasil penelitian sebelumnya. Peningkatan pengetahuan sebesar 25% yang diperoleh menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang mengintegrasikan konteks budaya, pemanfaatan pangan lokal, dan pendampingan kader berpotensi menjadi strategi yang efektif untuk mendukung upaya pencegahan KEK pada ibu hamil di tingkat komunitas.

4. Capaian Program dan Implikasi Pengabdian kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian ini tidak hanya menghasilkan peningkatan pengetahuan ibu hamil, tetapi juga memperkuat kapasitas kader Posyandu dalam memberikan edukasi dan pendampingan mengenai pencegahan KEK. Seluruh kader yang terlibat mengikuti pelatihan mengenai komunikasi kesehatan, penggunaan media edukasi, serta teknik pendampingan sederhana kepada ibu hamil. Selain itu, setiap peserta memperoleh leaflet dan modul edukasi sebagai media pembelajaran yang dapat digunakan kembali setelah kegiatan selesai.

Tabel 2. Capaian Program Pengabdian kepada Masyarakat

Capaian Program	Hasil
Ibu hamil mengikuti edukasi	15 orang
Kader mengikuti pelatihan	100%
Leaflet edukasi didistribusikan	15 eksemplar
Modul edukasi digunakan dalam pelatihan	1 paket
Peningkatan pengetahuan ibu hamil	25%

Sumber: Data Primer, 2026

Capaian tersebut menunjukkan bahwa program tidak hanya memberikan manfaat langsung kepada ibu hamil sebagai penerima layanan, tetapi juga meningkatkan kapasitas kader sebagai pelaksana edukasi kesehatan di masyarakat. Ketersediaan modul dan leaflet memungkinkan kader untuk melanjutkan kegiatan edukasi pada kelas ibu hamil maupun kegiatan Posyandu secara mandiri, sehingga keberlanjutan program lebih terjamin.



Gambar 3. Modul dan Leaflet Edukasi Sensitif Budaya

Model edukasi gizi sensitif budaya yang dikembangkan dalam kegiatan ini memiliki potensi untuk direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik masyarakat yang serupa. Integrasi antara edukasi kesehatan, pemberdayaan kader, serta pemanfaatan budaya lokal menjadi nilai tambah yang membedakan program ini dari edukasi konvensional yang umumnya hanya berfokus pada penyampaian informasi. Dengan demikian, pendekatan ini dapat menjadi salah satu alternatif strategi

promotif dan preventif dalam mendukung upaya percepatan penurunan kejadian Kekurangan Energi Kronis pada ibu hamil di tingkat komunitas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui pendampingan ibu hamil berisiko Kekurangan Energi Kronik (KEK) dengan pendekatan edukasi gizi sensitif budaya berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan KEK. Pendekatan yang mengintegrasikan edukasi gizi, nilai budaya lokal, pemanfaatan pangan lokal, serta pelibatan kader Posyandu dan keluarga terbukti efektif meningkatkan pemahaman peserta, yang ditunjukkan oleh peningkatan rata-rata nilai pengetahuan dari 61% pada pre-test menjadi 86% pada post-test atau meningkat sebesar 25%.

Selain meningkatkan pengetahuan ibu hamil, kegiatan ini juga memperkuat kapasitas kader Posyandu dalam memberikan edukasi dan pendampingan kesehatan maternal melalui penggunaan modul dan leaflet edukasi. Program ini menghasilkan model edukasi gizi sensitif budaya yang berpotensi diintegrasikan ke dalam pelayanan antenatal di Puskesmas dan Posyandu serta direplikasi pada wilayah dengan karakteristik sosial budaya yang serupa. Keberlanjutan program diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku gizi yang lebih baik sebagai upaya promotif dan preventif dalam menurunkan kejadian KEK pada ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Galuh atas dukungan pendanaan melalui Program Hibah Internal Pengabdian kepada Masyarakat Dosen Pemula (PKM-DP) yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan ini. Penghargaan juga disampaikan kepada Pemerintah dan Badan Desa Sukamulya atas kerja sama, koordinasi, dan fasilitasi selama pelaksanaan kegiatan pengabdian, sehingga program edukasi gizi sensitif budaya bagi ibu hamil berisiko Kekurangan Energi Kronik (KEK) dapat terlaksana dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewidar, O., John, J., Baqar, A., Madani, M. T., Saad, A., Riddle, A., Ota, E., Kung'u, J. K., Arabi, M., Raut, M. K., Klobodu, S. S., Rowe, S., Hatchard, J., Busch-Hallen, J., Jalal, C., Wuehler, S., & Welch, V. (2023). Effectiveness of nutrition counseling for pregnant women in low- and middle-income countries to improve maternal and infant behavioral, nutritional, and health outcomes: A systematic review. *Campbell Systematic Reviews*, 19(4), e1361. <https://doi.org/10.1002/cl2.1361>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2023). *Prevalensi Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil*.
- Dinkes Ciamis. (2024). *Prevalensi Kejadian Ibu Hamil dengan KEK*.
- Feprina, Y., J. Hadi, A., & Ahmad, H. (2024). Evaluation of Nutritional Interventions in Overcoming Chronic Energy Deficiency in Pregnant Women: A Case Study. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(2), 75–86. <https://doi.org/10.56338/promotif.v14i2.6627>
- Heriyanti, S. W., Suminar, R., Ningrum, W. M., Hindiarti, Y. I., Mauladi, M. A. R., & Lestari, M. (2026). Integrasi Konservasi dan Budaya Lokal dalam Pemenuhan Gizi Ibu Hamil KEK Melalui Inovasi PMT Berbasis Budidaya Ikan Lele. *Jurnal SOLMA*, 15(1 SE-Articles), 2074–2083. <https://doi.org/10.22236/solma.v15i1.21981>
- Heriyanti, S. W., Suminar, R., Rohmah, S., & Hindiarti, Y. I. (2026). Karakteristik Ibu Hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) Sebagai Dasar Penguatan Intervensi Gizi Maternal di Desa Sukamulya. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 8(1), 53–60.
- Kavle, J. A. (2023). Strengthening maternal nutrition counselling during routine health services: a gap analysis to guide country programmes. *Public Health Nutrition*, 26(2), 363–380. <https://doi.org/DOI: 10.1017/S1368980022002129>
- Kavle, J. A., & Landry, M. (2018). Addressing barriers to maternal nutrition in low- and middle-income countries: A review of the evidence and programme implications. *Maternal & Child*

- Nutrition*, 14(1), e12508. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/mcn.12508>
- Livingstone, K. M., Love, P., Mathers, J. C., Kirkpatrick, S. I., & Olstad, D. L. (2023). Cultural adaptations and tailoring of public health nutrition interventions in Indigenous peoples and ethnic minority groups: opportunities for personalised and precision nutrition. *The Proceedings of the Nutrition Society*, 82(4), 478–486. <https://doi.org/10.1017/S002966512300304X>
- Nguyen, P. H., Kachwaha, S., Tran, L. M., Sanghvi, T., Ghosh, S., Kulkarni, B., Beesabathuni, K., Menon, P., & Sethi, V. (2021). Maternal Diets in India: Gaps, Barriers, and Opportunities. *Nutrients*, 13(10). <https://doi.org/10.3390/nu13103534>
- Riskesdas. (2023). *Prevalensi Kekurangan Energi Kronik pada Ibu Hamil*.
- Selamet, M. A. S., Megatsari, H., & Hairi, F. M. (2024). Ecological Study: Prevalence of Chronic Energy Deficiency Among Pregnant Women in Nusa Tenggara Provinces, Indonesia. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 7(2), 91–99. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v7i2.39186>
- Singh, H., Fulton, J. 4th, Mirzazada, S., Saragosa, M., Uleryk, E. M., & Nelson, M. L. A. (2023). Community-Based Culturally Tailored Education Programs for Black Communities with Cardiovascular Disease, Diabetes, Hypertension, and Stroke: Systematic Review Findings. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities*, 10(6), 2986–3006. <https://doi.org/10.1007/s40615-022-01474-5>
- UNICEF. (2023). *Improving maternal nutrition: Programming guidance for the first 1,000 days*.
- WHO. (2020). *WHO Launches New Tools to Help Countries Address Stillbirths, Maternal and Neonatal Deaths*.
- WHO. (2022). *WHO recommendations on antenatal care for a positive pregnancy experience: Update 2022*.