



**PENGARUH EMO DEMO TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN STUNTING
PADA IBU HAMIL**

Ravi Masitah

Universitas Teuku Umar, Indonesia

*Corresponding author E-mail: ravimasitah@utu.ac.id

DOI : 10.30605/biogenerasi.v10i3.7113

Accepted : 18 Agustus 2025 Approved : 19 September 2025 Published : 20 September 2025

Abstract

Stunting is a nutritional problem that significantly impacts the quality of human resources. The risk of stunting can occur even during pregnancy. Therefore, proper nutritional education is needed, especially for target groups like pregnant women, to prevent stunting early. Emo Demo (Emotional Demonstration) is an engaging and interactive educational method that directly involves the emotions of the target group, which can influence behavioral changes. This study aims to determine the effect of Emo Demo on stunting prevention behavior in pregnant women. A quasi-experimental design using the One Group Pretest-Posttest method was employed. The study was conducted in the working area of Puskesmas Satu Ulu, Palembang City, South Sumatra Province, in 2023. The research subjects were 30 pregnant women in the first, second, and third trimesters, selected using purposive sampling. The Wilcoxon signed ranks test results showed a change in values before and after the Emo Demo practice was given. Positive Ranks with an N value of 30 indicate that all respondents experienced an increase in pretest and posttest scores related to stunting prevention behavior. Based on the results of the study, it can be concluded that there is an effect of Emo Demo on stunting prevention behavior in the group of pregnant women with a (p-value < 0.05).

Keywords : *stunting, emotional demonstration, behavior, pregnant*

PENDAHULUAN

Stunting didefinisikan sebagai suatu kondisi di mana tinggi badan seorang anak tergolong lebih pendek jika dibandingkan dengan standar pertumbuhan pada usianya. Secara operasional, kondisi ini didiagnosis ketika hasil pengukuran tinggi badan menurut umur (TB/U) menunjukkan nilai z-score di bawah minus dua standar deviasi (-2 SD). Keadaan ini pada dasarnya merupakan akibat dari akumulasi dua masalah utama, yaitu asupan gizi yang tidak mencukupi dalam jangka panjang (malnutrisi kronis) dan paparan penyakit infeksi yang terjadi secara berulang (Edwards et al., 2021).

Stunting menyebabkan peningkatan kerentanan terhadap infeksi, gangguan perkembangan otak dan IQ rendah pada anak-anak. Stunting memiliki konsekuensi multigenerasi berkaitan dengan peningkatan kerentanan terhadap penyakit kronis, pendidikan, kinerja dan kondisi sosial ekonomi yang buruk (Saleh et al., 2021).

Data UNICEF dan WHO tahun 2020, menunjukkan terdapat 149,2 juta anak di dunia di kurang dari 5 tahun terdeteksi stunting. Berdasarkan data SSGI di Indonesia terdapat 24,4% balita stunting. Sumatera Selatan adalah provinsi dengan prevalensi stunting diatas nasional yaitu 24,8% dan Kota Palembang memiliki prevalensi 16,1% (Kemenkes RI, 2021).

Tepat waktu dan intervensi yang efektif perlu dilakukan untuk memperbaiki situasi terutama sebelum anak berusia 2 tahun (Ayelign & Zerfu, 2021). Risiko stunting dapat terjadi pada masa kehamilan karena asupan gizi yang tidak tepat baik dalam kualitas ataupun kuantitasnya. Pemenuhan gizi ibu yang optimal merupakan kontributor penting untuk kesehatan dan status gizi ibu dan janin (Getaneh et al., 2021). Kurangnya pengetahuan, sikap dan perilaku gizi yang tidak tepat dapat menjadi hambatan dalam pemenuhan kebutuhan gizi ibu terutama pada masa kehamilan (Nurfatimah et al., 2021). Edukasi gizi telah diakui sebagai intervensi gizi yang efektif dan sangat berperan pada perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku gizi yang lebih baik. Pemilihan metode dan media edukasi gizi yang tepat turut mempengaruhi keberhasilan edukasi gizi (Cheng et al., 2020).

Emotional Demonstration (Emo Demo) merupakan metode edukasi menggunakan cara-cara yang imajinatif dan provokatif sehingga terjadi perubahan yang diinginkan melalui respon terhadap sesuatu yang baru, menantang, mengejutkan, atau menarik (Junita et al., 2022). Oleh karena itu peneliti tertarik memberikan intervensi menggunakan metode dan media yang menarik sehingga dapat memberikan dampak terhadap perilaku gizi ibu hamil yang lebih baik.

METODE

Studi ini menerapkan desain *Quasi-eksperimen* melalui pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Lokasi penelitian berpusat di wilayah kerja Puskesmas Satu Ulu, Kota Palembang, Provinsi Sumatera Selatan, dengan waktu pelaksanaan pada tahun 2023. Subjek penelitian adalah ibu hamil trimester 1, 2 dan 3 sebanyak 30 orang yang dipilih secara *purposive sampling*.

Tahapan penelitian terdiri dari survey pendahuluan, skrining subjek penelitian, pengkajian perilaku gizi sebelum intervensi, pemberian intervensi, pengkajian perilaku gizi setelah intervensi, pengolahan dan analisis data. Permainan Emo Demo diberikan setiap minggu selama 1 bulan sebagai langkah penting untuk pencegahan stunting. Perilaku pencegahan stunting subjek penelitian diukur menggunakan kuesioner. Data kemudian diolah melalui beberapa tahap, mulai dari pengkodean, entri data, pengeditan, pemeriksaan kembali, dan analisis. Setelah itu, data dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui distribusi karakteristik responden dan dianalisis secara statistik menggunakan uji *wilcoxon* pada aplikasi SPSS.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden Ibu Hamil

Karakteristik Responden	(n)	(%)
Usia responden		
17-26 tahun	11	36.7
27-36 tahun	16	53.3
37-46 tahun	3	10.0
Total	30	100
Usia Kehamilan		
1-3 bln	2	6.7
4-6 bln	18	60.0
7-9 bln	10	33.3

Karakteristik Responden	(n)	(%)
Total	30	100
Pendidikan		
SD	3	10.0
SMP	4	13.3
SMA	22	73.3
Perguruan Tinggi	1	3.3

Karakteristik Responden	(n)	(%)
Total	30	100
Pekerjaan ibu		
Wirausaha	1	3.3
Wiraswasta	3	10.0
IRT	26	86.7
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa distribusi karakteristik subjek penelitian sebagian besar berusia 27-36 tahun sebanyak 53,33%, usia kehamilan 4-6 bln sebanyak 60%, pendidikan terakhir SMA 73,3% dan pekerjaan 86,7% adalah IRT.

Tabel 2. Tabel Uji Statistik Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post test- Pre test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	30 ^b	15.50	465.00
	Ties	0 ^c		
	Total	30		

a. posttest perilaku < pretest perilaku

b. posttest perilaku > pretest perilaku

c. posttest perilaku = pretest perilaku

Tabel 3 Pengaruh Emo Demo Terhadap Perilaku Pencegahan Stunting

	Test Statistic ^a
	Post Test – Pre Test Perilaku
Z	-4.826 ^b
Asymp. Sig (2-tailed).	.000

Hasil uji Wilcoxon pada Tabel 2 dan 3 mengindikasikan adanya perubahan signifikan pada praktik pencegahan stunting sebelum dan sesudah intervensi Emo Demo. Seluruh responden (N=30) mengalami peningkatan skor, yang terlihat dari nilai *Positive Ranks*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Emo Demo berpengaruh signifikan terhadap perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil (p-value < 0,05). Hasil kajian ini selaras dengan temuan sebelumnya yang menyatakan adanya disparitas peningkatan rerata skor pemahaman, persepsi, dan tindakan ibu hamil pasca-intervensi edukasi anemia. Kelompok *emo demo* menunjukkan hasil yang secara statistik jauh lebih signifikan (p-value 0,0001) dibandingkan kelompok kontrol dalam semua indikator yang diukur (Muyassaroh & Fatmayanti, 2021). Studi lain membuktikan efektivitas *Emo Demo* dalam meningkatkan kualitas pemberian Menu MP-ASI untuk baduta. Temuan ini didukung dengan capaian yang menggembirakan, di mana sebagian besar partisipan (84,6%) telah menerapkan

pemberian menu MP-ASI dengan baik (Zakiyyah et al., 2020).

Perilaku ibu selama masa kehamilan sangat menentukan kesehatan janin dan ibu. Perilaku pencegahan stunting yang baik pada ibu tentunya dapat mencegah masalah gizi bayi yang nantinya dilahirkan termasuk stunting (Nurfatimah et al., 2021).

Stunting adalah suatu bentuk malnutrisi kronis yang ditandai dengan defisiensi asupan gizi secara terus-menerus dalam jangka panjang, yang diperburuk oleh kejadian penyakit infeksi berulang pada anak (Basri et al., 2021). Stunting pada anak dapat menyebabkan masalah kesehatan yang kompleks, sehingga berdampak pada masa depan yang berdaya saing rendah (Masitah et al., 2025). Oleh karena itu dibutuhkan upaya pencegahan sejak dini salah satunya melalui edukasi gizi.

Metode Emo Demo merupakan suatu pendekatan dalam komunikasi perubahan perilaku yang mengintegrasikan prinsip-prinsip *Behaviour Communication Change* (BCC). Teknik ini dirancang untuk

menyampaikan pesan-pesan kesehatan yang kompleks, melalui aktivitas yang interaktif dan berkesan. Dengan cara yang menyenangkan dan mampu menyentuh emosi audiens, pesan tersebut menjadi lebih mudah diingat dan diterapkan, sehingga efektif dalam menumbuhkan sikap positif terhadap praktik gizi (Nurjanah et al., 2024). *Emo Demo* merupakan bentuk edukasi yang tepat untuk mengubah pengetahuan, sikap dan perilaku seseorang, karena metode ini langsung melibatkan emosi sasaran sehingga lebih tergugah emosinya untuk mengikuti arahan yang disarankan (Andini & Masitah, 2023).

Keberhasilan penelitian ini turut didukung oleh karakteristik responden yang menunjukkan sebagian besar subjek penelitian (73,3%) memiliki tingkat pendidikan kategori tinggi yaitu SMA. Rendahnya tingkat pendidikan, terbatasnya akses informasi, serta mengakar kuatnya tradisi keliru yang diwariskan secara turun-temurun menjadi faktor-faktor determinan yang menyebabkan lemahnya pemahaman ibu tentang stunting (Masitah, 2022). Selain itu, sebagian besar ibu hamil adalah IRT (86,7%) yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah sehingga angka partisipasi dalam penelitian tinggi dan mendukung keberhasilan program intervensi.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data, pemberian intervensi *Emo Demo* terbukti signifikan dalam membentuk perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil ($p\text{-value} < 0,05$). Pendekatan edukatif yang disajikan secara menarik, interaktif, dan menyenangkan ini berhasil memodifikasi persepsi dan tindakan ibu hamil terkait stunting. Temuan ini merekomendasikan *Emo Demo* sebagai strategi yang efektif untuk upaya pencegahan stunting secara dini.

DAFTAR RUJUKAN

- Andini, D. T., & Masitah, R. (2023). Effect Emotional Demonstration (*Emo Demo*) of complementary knowledge foods (complementary feeding) of mothers with children under two years old. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*, 2(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.52523/jika.v1i2.20>
- Ayalign, A., & Zerfu, T. (2021). Household, dietary and healthcare factors predicting childhood stunting in Ethiopia. *Heliyon*, 7(4), e06733. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06733>
- Basri, H., Hadjub, V., Andi Zulkifli, Aminuddin Syamb, A., Stang, Indriasari, R., & Helmiyanti, S. (2021). Dietary diversity, dietary patterns and dietary intake are associated with stunted children in Jeneponto District, Indonesia. *Gaceta Sanitaria*, 35(2), 483–486. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.077>
- Cheng, G., Yang, F., Xiong, F., Zhao, L., Zhang, L., & Wang, Y. (2020). Comparison of nutrition education policies and programs for children in China and other selected developed countries. *Global Health Journal*, 4(3), 72–78. <https://doi.org/10.1016/j.glohj.2020.08.002>
- Edwards, B., Gray, M., & Borja, J. (2021). The influence of natural disasters on violence, mental health, food insecurity, and stunting in the Philippines: Findings from a nationally representative cohort. *SSM - Population Health*, 15, 100825. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2021.100825>
- Getaneh, T., Negesse, A., Dessie, G., Desta, M., Assemie, M. A., & Tigabu, A. (2021). Predictors of malnutrition among pregnant women in Ethiopia: A systematic review and meta-analysis. *Human Nutrition and Metabolism*, 26, 200131. <https://doi.org/10.1016/j.hnm.2021.200131>
- Junita, E., Kristina, E., Herawati, R., & Fahmi, Y. B. (2022). *Keterampilan Kader Posyandu Tentang Asi Saja Cukup The Effect Of Emo-Demo Training On Knowledge And Skills Of Posyandu Cadres On 'Asi Only Enough'*. 4, 8–14.
- Kemendes RI. (2021). *Buku Saku Hasil SSGI Tingkat Nasional, Provinsi dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*.
- Masitah, R. (2022). Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan Ibu Berkaitan Dengan Stunting, Asi Eksklusif Dan

- MPASI. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(3), 3–8.
- Masitah, R., Fanany, I., Dewi, S. N., & Dessritina, P. (2025). Penyuluhan Pemanfaatan Pangan Lokal Sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Abdimas Patikala*, 4(4), 1239–1244. <https://doi.org/https://doi.org/10.51574/patikala.v4i4.3017>
- Muyassaroh, Y., & Fatmayanti, A. (2021). Pengaruh Permainan Emo-Demo ATIKA (Ati, Telur, Ikan) Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tingkah laku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 12(2), 222. <https://doi.org/10.26751/jikk.v12i2.919>
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021a). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021b). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Nurjanah, S., Purwaningtyas, D. R., & Rahayu, N. S. (2024). Efektivitas Emo-Demo Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, Serta Konsumsi Sayuran Dan Buah Pada Remaja. *Jurnal Gizi Kerja Dan Produktivitas*, 5(2), 243. <https://doi.org/10.62870/jgkp.v5i2.18923>
- Saleh, A., Syahrul, S., Hadju, V., Andriani, I., & Restika, I. (2021). Role of Maternal in Preventing Stunting: a Systematic Review. *Gaceta Sanitaria*, 35, S576–S582. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.087>
- Zakiyyah, M., Natalia, M. S., & Ekasari, T. (2020). Pengaruh Emo Demo Terhadap Pemberian Menu MP ASI Pada BADUTA The Influence Of Emo Demo Against Provision Of MP ASI Menu on BADUTA dilakukan desa lokus program pencegahan dan Probolinggo , salah satunya adalah Desa. 7(1), 42–47.