E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 2712-2719
Volume 3 Nomor 3 Tahun 2026

Efektivitas Kelas Ayah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Suami Tentang Pencegahan KEK Pada Ibu Hamil di Desa Cilangkap Wilayah Kerja Puskesmas Maracang Tahun 2026

Windy Susanti Destafian[1], Erni Hernawati[2], Fathia Rizki[3]
Institut Kesehatan Rajawali Bandung
Email: destafianwindy@gmail.com, ernihernawatie@gmail.com, tugasfathiarizki@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil merupakan masalah gizi yang dapat berdampak terhadap kesehatan ibu dan janin. Pengetahuan dan keterlibatan suami diperlukan dalam mendukung pemenuhan gizi serta pencegahan KEK pada ibu hamil. Kelas Ayah merupakan salah satu upaya edukasi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan peran suami. Tujuan: Mengetahui efektivitas Kelas Ayah terhadap peningkatan pengetahuan suami tentang pencegahan KEK pada ibu hamil di Desa Cilangkap Wilayah Kerja Puskesmas Maracang Tahun 2026. Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *two group pretest-posttest*. Penelitian melibatkan 42 responden yang terdiri dari kelompok intervensi dan kontrol. Kelompok intervensi diberikan Kelas Ayah sebanyak empat kali pertemuan dengan durasi ±60 menit setiap sesi. Analisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil Penelitian: Median skor pengetahuan kelompok intervensi meningkat dari 44,44 sebelum intervensi menjadi 88,89 sesudah intervensi, dengan peningkatan sebesar 44,45 poin. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan *p value* <0,001. Simpulan: Kelas Ayah efektif meningkat kan pengetahuan suami tentang pencegahan KEK pada ibu hamil di Desa Cilangkap Wilayah Kerja Puskesmas Maracang Tahun 2026.

Kata Kunci: elas Ayah; Pengetahuan Suami; Kekurangan Energi Kronis; Ibu Hamil

Abstract

Background: Chronic Energy Deficiency (KEK) in pregnant women is a nutritional problem that can have an impact on the health of the mother and fetus. Knowledge and involvement of husbands are needed in supporting the fulfillment of nutrition and

prevention of KEK in pregnant women. Father's Class is one of the educational efforts that can increase the knowledge and role of husbands. Objective: To determine the effectiveness of the Father Class on increasing the husband's knowledge about the prevention of SEZ in pregnant women in Cilangkap Village, Maracang Health Center Working Area in 2026. Research Method: This study used a quantitative method with a two-group pretest-posttest design. The study involved 42 respondents consisting of intervention and control groups. The intervention group was given a Father's Class for four meetings with a duration of ±60 minutes per session. The analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test. Study Results: The median knowledge score of the intervention group increased from 44.44 before the intervention to 88.89 after the intervention, with an increase of 44.45 points. The results of the Wilcoxon test showed a p-value of <0.001. Conclusion: The Father class is effective in increasing the husband's knowledge about the prevention of SEZ in pregnant women in Cilangkap Village, Maracang Health Center Working Area in 2026.

Keywords: *ather Class; Husband's Knowledge; Chronic Energy Deficiency; Pregnant Women*

LATAR BELAKANG

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang hampir selalu terjadi pada setiap wanita. Masa hamil adalah masa selama janin berada dalam rahim ibu yang dimana seorang wanita memerlukan berbagai unsur gizi yang lebih banyak daripada yang diperlukan wanita dalam keadaan biasa. Ibu hamil merupakan kelompok sasaran yang harus mendapatkan perhatian khusus, karena ibu hamil sangat rentan untuk masalah gizi. Salah satu gangguan gizi ibu hamil yang sering terjadi yaitu Kekurangan Energi Kronik (KEK). KEK pada ibu hamil merupakan keadaan kurangnya asupan protein dan energi yang berlangsung lama pada masa kehamilan yang dapat mengakibatkan timbulnya gangguan kesehatan pada ibu dan janin.

Menurut *World Health Organization* (WHO) memperkirakan prevalensi risiko KEK pada ibu hamil di negara-negara berkembang secara global berkisar antara 35% hingga 75%. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan melalui Survei Kesehatan Indonesia (SKI)

2023 mencatat prevalensi risiko KEK pada ibu hamil di Indonesia adalah 16,9%. Prevalensi KEK di Kabupaten Purwakarta tahun 2024 berkisar 5,07% - 7,5% ibu hamil dan pada tahun 2025 berkisar 7,5%, sementara Prevalensi KEK di Puskesmas Maracang Purwakarta tahun 2024 berkisar 39 kasus ibu hamil dan tahun 2025 sekitar 39 kasus ibu hamil.

KEK dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik langsung maupun tidak langsung. Faktor penyebab KEK yang langsung meliputi kekurangan asupan energi (pola makan), penyakit, dan usia menarche. Faktor tidak langsung, seperti sosial ekonomi, pendidikan, dan akses pelayanan kesehatan, juga turut mempengaruhi kejadian KEK. Pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kekurangan gizi pada ibu hamil yang menyebabkan terjadinya KEK pada ibu hamil. Pengetahuan yang baik akan berpengaruh terhadap perilaku dalam mengkonsumsi makanan sehari-hari dan memahami kebutuhan gizi yang baik dalam kehamilan.

Upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya KEK pada ibu hamil salah satunya adalah dengan melakukan kegiatan kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil merupakan sarana bagi ibu hamil dan keluarga untuk belajar bersama tentang kesehatan ibu hamil yang dilaksanakan dalam bentuk tatap muka dalam kelompok. Namun, keberhasilan pemenuhan kebutuhan gizi ibu tidak sepenuhnya bergantung pada kemampuan ibu secara individual, karena keputusan mengenai penyediaan makanan, dukungan untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, konsumsi tablet tambah darah, serta akses terhadap pelayanan kesehatan juga dapat melibatkan anggota keluarga, khususnya suami. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukasi yang secara khusus menjadikan suami sebagai sasaran, salah satunya melalui Kelas Ayah.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *two group pretest-posttest* yang dilaksanakan di Desa Cilangkap Wilayah Kerja Puskesmas Maracang Kabupaten Purwakarta pada bulan Juli–September 2026; populasi dalam penelitian ini adalah seluruh suami dari ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK) berdasarkan hasil pengukuran Lingkar Lengan Atas (LiLA) <23,5 cm; sampel penelitian berjumlah 42 responden yang terdiri dari 21 responden kelompok intervensi

dan 21 responden kelompok kontrol; teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*; instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan suami tentang pencegahan KEK yang terdiri dari 20 butir pernyataan benar-salah, dengan 18 butir dinyatakan valid (r hitung 0,469–0,703) dan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,891; kelompok intervensi diberikan Kelas Ayah sebanyak 4 kali pertemuan dengan durasi ±60 menit per sesi yang mencakup materi pengertian dan dampak KEK, kebutuhan gizi kehamilan, peran ayah dalam mendukung ibu hamil, serta pentingnya konsumsi tablet tambah darah dan pemeriksaan kehamilan (ANC), sedangkan kelompok kontrol mendapatkan edukasi rutin dari tenaga kesehatan saat pelayanan ANC; data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk menguji perbedaan skor pretest dan posttest pada masing-masing kelompok serta uji *Mann-Whitney U Test* untuk menguji perbedaan peningkatan skor antara kelompok intervensi dan kontrol dengan taraf signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian mengenai efektivitas Kelas Ayah terhadap peningkatan pengetahuan suami tentang pencegahan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada ibu hamil di Desa Cilangkap Wilayah Kerja Puskesmas Maracang Tahun 2026 telah dilakukan terhadap 42 responden.

Tabel 1. Skor Pengetahuan Suami Sebelum Mengikuti Kelas Ayah

Variabel	Median	Minimum	Maksimum
Pretest	44,44	27,78	66,67

Sumber: Data diolah peneliti (2026)

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum mengikuti Kelas Ayah tentang pencegahan KEK pada ibu hamil, median skor pengetahuan adalah 44,44 dengan skor minimum 27,78 dan maksimum 66,67. Merujuk pada kategori pengetahuan menurut Notoatmodjo (2022), skor median tersebut termasuk dalam kategori kurang (skor <55%).

Tabel 2. Skor Pengetahuan Suami Sesudah Mengikuti Kelas Ayah

Variabel	Median	Minimum	Maksimum
Posttest	88,89	72,22	100,00

Sumber: Data diolah peneliti (2026)

Tabel 2 menunjukkan bahwa sesudah mengikuti Kelas Ayah tentang pencegahan KEK pada ibu hamil, median skor pengetahuan adalah 88,89 dengan skor minimum 72,22 dan maksimum 100,00. Skor tersebut berada pada kategori baik (skor 76–100%).

Tabel 3. Perbedaan Skor Pengetahuan Suami Sebelum dan Sesudah Mengikuti Kelas Ayah

Kelompok	Median Pretest	Median Posttest	Selisih Median	p-value
Intervensi	44,44	88,89	44,45	0,001

Sumber: Data diolah peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 3, median skor pengetahuan suami tentang pencegahan KEK pada ibu hamil pada kelompok intervensi meningkat dari 44,44 sebelum mengikuti Kelas Ayah menjadi 88,89 setelah mengikuti Kelas Ayah, dengan selisih median sebesar 44,45 poin. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai *p-value* 0,001 ($p<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pengetahuan suami sebelum dan sesudah mengikuti Kelas Ayah di Desa Cilangkap wilayah kerja Puskesmas Maracang Tahun 2026.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis univariat, skor pengetahuan suami tentang pencegahan KEK pada ibu hamil sebelum mengikuti Kelas Ayah memiliki nilai median sebesar 44,44 dengan skor minimum 27,78 dan skor maksimum 66,67. Rendahnya skor pengetahuan suami pada tahap awal ini sejalan dengan pandangan bahwa kurangnya pengetahuan menyebabkan suami tidak menyadari pentingnya pemenuhan nutrisi bagi istri yang sedang hamil, sehingga dukungan yang diberikan pun menjadi minim. Salah satu faktor yang memengaruhi rendahnya tingkat pengetahuan adalah terbatasnya sumber

informasi yang diterima.

Setelah mengikuti Kelas Ayah, skor pengetahuan suami meningkat menjadi median 88,89 dengan skor minimum 72,22 dan skor maksimum 100,00. Peningkatan ini konsisten dengan tingkatan pengetahuan menurut Wijayanti (2024) yang meliputi tahu (*know*), memahami (*comprehension*), aplikasi (*application*), analisis, sintesis, hingga evaluasi. Kelas Ayah yang dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan dengan durasi ±60 menit per sesi memungkinkan suami tidak hanya sekadar "tahu" tetapi juga memahami dan mampu menginterpretasikan materi yang diterima.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Siregar (2021) yang menunjukkan bahwa pelaksanaan Kelas Ayah secara signifikan meningkatkan pengetahuan suami tentang perawatan kehamilan dengan nilai p=0,000 pada uji *Paired T-Test*. Sejalan pula dengan penelitian Wahyuni (2025) yang melaporkan peningkatan skor pengetahuan ayah siaga yang signifikan setelah pemberian edukasi *e-booklet* (p<0,05). Penelitian Susanti (2021) turut mendukung temuan ini, di mana hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok yang menerima pendidikan kesehatan berbasis *booklet* (p=0,0005).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Tsegaye, Tamiru dan Belachew (2022) di Ethiopia yang menunjukkan bahwa intervensi pendidikan gizi berbasis teori melalui keterlibatan laki-laki mampu meningkatkan praktik keberagaman makanan dan status gizi ibu hamil. Peneliti menyimpulkan bahwa keterlibatan suami dalam pendidikan gizi merupakan pendekatan yang efektif karena suami tidak hanya menjadi penerima informasi, tetapi juga dapat berperan dalam mendukung keputusan dan praktik gizi ibu hamil.

Menurut asumsi peneliti, peningkatan pengetahuan suami dalam penelitian ini terjadi karena Kelas Ayah memberikan informasi yang lebih terarah dibandingkan informasi yang mungkin diperoleh suami secara tidak langsung dari pelayanan antenatal ibu. Pendekatan yang secara khusus menempatkan suami sebagai sasaran edukasi merupakan salah satu kekuatan Kelas Ayah. Selama ini edukasi kehamilan lebih sering berpusat pada ibu hamil, sedangkan suami sebenarnya memiliki peran penting dalam

pengambilan keputusan rumah tangga, termasuk keputusan mengenai makanan, pembiayaan pemeriksaan, pemanfaatan pelayanan kesehatan, dan dukungan terhadap kebutuhan ibu selama kehamilan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Efektivitas Kelas Ayah terhadap Peningkatan Pengetahuan Suami tentang Pencegahan KEK pada Ibu Hamil di Desa Cilangkap Wilayah Kerja Puskesmas Maracang Tahun 2026, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Skor pengetahuan suami tentang pencegahan KEK pada ibu hamil sebelum mengikuti Kelas Ayah pada kelompok intervensi berada pada kategori kurang, dengan median skor 44,44 (minimum 27,78; maksimum 66,67).
2. Skor pengetahuan suami tentang pencegahan KEK pada ibu hamil sesudah mengikuti Kelas Ayah pada kelompok intervensi meningkat menjadi kategori baik, dengan median skor 88,89 (minimum 72,22; maksimum 100,00).
3. Terdapat peningkatan skor pengetahuan suami tentang pencegahan KEK pada kelompok intervensi setelah mengikuti Kelas Ayah, dengan median meningkat dari 44,44 menjadi 88,89 atau sebesar 44,45 poin. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan *p-value* <0,001.

DAFTAR PUSTAKA

Arifah, J. N., Hafid, F., Intiyati, A., & Taufiqurrahman, T. (2025). Determinants of Chronic Energy Deficiency among Adolescent Girls: A Cross-Sectional Study at SMP Negeri 44 Surabaya. *Journal of Nutrition Explorations*, 3(5), 27–38.

Azkiya, R., Setiawan, S. M. A., & Lestari, G. Y. (2024). Gambaran pengetahuan gizi pada ibu hamil dalam pencegahan stunting di Puskesmas Padalarang. *Malahayati Nursing Journal*, 6(3), 1259–1273.

Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Buku KIA Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Marmi. (2020). *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Gowa: CV. Cahaya Bintang Cemerlang.

Notoatmodjo. (2022). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.

Ni Putu Ariani. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Status Ekonomi Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Puskesmas Kintamani IV.

Proverawati, A., & Asfuah, S. (2023). *Buku Ajar Gizi untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Shinta, D. (2021). Pengaruh kekurangan energi kronik (KEK) terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), 78–86.

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Supariasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2020). *Penilaian Status Gizi* (Edisi 2). Jakarta: EGC.

Tamar, M. M. D., Nur, L. M., & Talahatu, A. H. (2024). The Relationship Between Diet and The Incidence of Chronic Energy Deficiency in Pregnant Women in the Working Area of Kawangu Health Center, East Sumba District. *Timorese Journal of Public Health*, 6(3), 101–110.

Waryana & Pratiwi, V., Pabidang, S. (2023). Hubungan antara Kejadian Kekurangan Energi Kronis (KEK) dan Anemia pada Ibu Hamil dengan Panjang Badan Lahir Pendek di Kabupaten Sleman.

Wijayanti, D., Purwati, A., & Retnaningsih, R. (2024). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Buku KIA. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 9(2), 67–74.