

“THE EFFECTIVENESS OF INTERVENTION SEHATI (SHARING SEHAT IBU HAMIL) TO INCREASE MOTHER’S KNOWLEDGE AND ATTITUDE IN THE PREVENTION OF POST PARTUM WEIGHT RETENTION”

Dini Puspita Sari¹, Muhammad Primiaji Rialihatno², Almira Sitasari³

Departement Of Nutrition, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta
(Email : pusspita09@gmail.com, primiaji@gmail.com,
almira.sita@poltekkesjoga.ac.id)

ABSTRACT

Background: The curriculum of the nutritional education program can influence the success of nutrition education interventions through antenatal classes. Delivering education via antenatal classes is one method to address postpartum weight retention.

Objective: To determine the effectiveness of the SEHATI intervention in increasing mothers' knowledge and attitudes in postpartum weight retention.

Methods: This study adopts a pre-experimental research design with a one-group pretest-posttest approach. The study sample comprises 24 pregnant women in their first and second trimesters attending Puskesmas Gamping II. The intervention spanned two days, with the first day consisting of lectures and a question-and-answer session, and the second day involving practical food selection exercises. The data utilized in this study include primary data obtained directly from the participants and secondary data obtained indirectly from respondents. Normality testing was conducted using the Shapiro-Wilk test because the sample size was ≤ 50 . Univariate analysis was employed to analyze minimum, maximum, mean, and standard deviation values. For bivariate analysis of the knowledge questionnaire, the Wilcoxon test was used, while the attitude questionnaire was analyzed using the Paired Samples t-test.

Results: The mean knowledge score before the intervention was 4.46, which increased to 9.17 after the intervention. Similarly, the mean attitude score before the intervention was 105.75, which increased to 140.21 post-intervention. There was a significant difference in both knowledge and attitude scores after implementing the SEHATI program (p-value= 0.001).

Conclusion: The SEHATI curriculum can be utilized for conducting antenatal classes aimed at preventing postpartum weight retention and can be further developed by incorporating additional content related to pregnant women, nutrition, and health

Keywords: Pregnant women class, Weight retention, Postpartum, Knowledge, Attitude

**“EFEKTIVITAS INTERVENSI SEHATI (*SHARING* SEHAT IBU HAMIL)
UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU TERHADAP
PENCEGAHAN RETENSI BERAT BADAN POST PARTUM”**

Dini Puspita Sari¹, Muhammad Primiaji Rialihatno², Almira Sitasari³

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta
(Email : pusspita09@gmail.com, primiaji@gmail.com,
almira.sita@poltekkesjoga.ac.id)

ABSTRAK

Latar Belakang: Kurikulum penyuluhan dapat mempengaruhi keberhasilan intervensi pendidikan gizi melalui kelas ibu hamil. Penyampaian edukasi melalui kelas ibu hamil merupakan salah satu cara untuk menanggulangi retensi berat badan post partum.

Tujuan: Mengetahui efektivitas intervensi SEHATI terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu dalam penanganan retensi berat badan post partum

Metode: Penelitian ini adalah penelitian *pre eskperimental* dengan desain penelitian *one group pretest posttest*. Sampel penelitian ini adalah ibu hamil trimester 1 dan trimester 2 yang berjumlah 24 di Puskesmas Gamping II. Intervensi ini dilakukan selama 2 hari, hari pertama dilakukan ceramah dan tanya jawab dan hari kedua diadakan praktik pemilihan makanan. Jenis data yang digunakan yaitu data primer yang diperoleh secara langsung dan data sekunder diperoleh secara tidak langsung yaitu dari responden. Dilakukan uji normalitas yaitu menggunakan uji *Saphiro-Wilk* karena jumlah sampel ≤ 50 sampel. Analisa univariat digunakan untuk menganalisis nilai minimum, maksimum, mean, dan standar deviasi. Analisa bivariat yang digunakan untuk kuesioner pengetahuan yaitu uji *Wilcoxon* dan kuesioner sikap menggunakan uji *Paired Sampel -Test*.

Hasil: Hasil rerata nilai pengetahuan sebelum diberikan intervensi yaitu 4,46 sedangkan setelah diberikan intervensi yaitu 9,17. Hasil rerata nilai sikap sebelum diberikan intervensi yaitu 105,75 dan setelah diberikan intervensi yaitu 140,21. Terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap yang signifikan setelah diberikan SEHATI (*p-value*= 0,001).

Kesimpulan : Kurikulum SEHATI dapat digunakan untuk penyampaian kelas ibu hamil untuk encegahan retensi berat badan post partum serta dapat dikembangkan dengan menambah materi-materi lainnya mengenai ibu hamil, gizi, dan kesehatan.

Kata Kunci : Kelas ibu hamil, Retensi berat badan, Pasca melahirkan, Pengetahuan, Sikap