

## EDUKASI GIZI IBU HAMIL SEBAGAI STRATEGI PENCEGAHAN HIV AIDS DAN PENURUNAN RISIKO PENULARAN IBU KE ANAK

Meika Jaya Rochkmana<sup>1</sup>, Fitria Hikmatul Ulya<sup>2</sup>, Dyah Ayu Wulandari<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Sarjana Kebidanan  
Universitas Karya Husada  
Semarang

Jl. Kumpul R Soekanto, No 46  
Semarang, Indonesia

### Article history

Received : 04 Desember 2025

Revised : 13 Januari 2026

Accepted : 18 Februari 2026

\*Corresponding author

Email : [fitria12hikmatul@gmail.com](mailto:fitria12hikmatul@gmail.com)

### Abstrak

Masa kehamilan merupakan fase krusial di mana status kesehatan ibu secara langsung memengaruhi kondisi janin, terutama pada ibu hamil dengan risiko atau kondisi HIV/AIDS. Meskipun kehamilan diharapkan menjadi momen positif, risiko penularan virus dapat meningkat seiring dengan buruknya status gizi ibu, di mana kekurangan nutrisi dapat memperlemah sistem imun dan meningkatkan *viral load*. Kondisi ini diperkirakan berkontribusi pada angka penularan ibu ke anak yang masih fluktuatif, sehingga target eliminasi HIV pada bayi belum tercapai sepenuhnya. Masalah yang harus ditangani adalah masih rendahnya pengetahuan masyarakat mengenai kaitan antara pemenuhan gizi dengan pencegahan transmisi virus, serta adanya stigma yang menghambat akses informasi kesehatan. Tujuan Pengabdian Masyarakat ini yaitu meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya ibu hamil, mengenai pentingnya pemenuhan gizi sebagai strategi preventif pencegahan HIV/AIDS dan penurunan risiko penularan ibu ke anak. Metode Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan cara memberikan edukasi langsung kepada masyarakat mengenai manajemen nutrisi dan pola hidup sehat dalam upaya menekan angka penularan. Hasil luaran pengabdian masyarakat ini adalah modul panduan strategi pencegahan penularan HIV/AIDS melalui pemenuhan gizi.

Kata Kunci: Edukasi Gizi; Ibu Hamil; HIV AIDS; Penularan Ibu ke Anak.

### Abstract

*Pregnancy is a crucial phase where the mother's health directly affects the condition of the fetus, especially for pregnant women at risk of or with HIV/AIDS. Although pregnancy is expected to be a positive time, the risk of viral transmission can increase with poor maternal nutritional status, as malnutrition can weaken the immune system and increase viral load. This condition is thought to contribute to fluctuating rates of mother-to-child transmission, thus preventing the full achievement of the target of HIV elimination in infants. Issues that must be addressed are the community's still-low level of knowledge regarding the link between nutritional fulfillment and preventing viral transmission, as well as the stigma that hinders access to health information. The objective of this Community Service Program is to increase public understanding, particularly for pregnant women, regarding the importance of nutritional fulfillment as a preventive strategy for HIV/AIDS and reducing the risk of mother-to-child transmission. This Community Service method involves providing direct education to the community about nutritional management and a healthy lifestyle to reduce transmission rates. The output of this community service program is a guide module on strategies for preventing HIV/AIDS transmission through nutritional fulfillment.*

*Keywords: Nutrition Education; Pregnant Women; HIV/AIDS; Mother-to-Child Transmission.*

## PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan fase transisi krusial dalam kehidupan seorang perempuan yang melibatkan adaptasi fisik,

psikologis, dan sosial (Cunningham et al., 2022). Secara fundamental, teori yang mendasari pentingnya gizi ibu hamil berakar kuat pada konsep "1000 Hari Pertama

Kehidupan" (HPK), sebuah periode kritis yang dimulai sejak konsepsi hingga anak berusia dua tahun. Periode ini diakui secara global sebagai jendela peluang utama untuk mengintervensi kesehatan jangka panjang, di mana nutrisi yang adekuat selama kehamilan berfungsi sebagai fondasi biologis dan kognitif awal bagi janin yang sedang berkembang pesat (Black et al., 2013).

Salah satu tantangan masalah kesehatan yaitu perhatian terhadap *Human Immunodeficiency Virus/Acquired Immunodeficiency Syndrome* (HIV/AIDS) khususnya pada ibu hamil. Tantangan kesehatan global yang tetap menjadi perhatian utama hingga tahun 2026 adalah pengendalian infeksi HIV/AIDS, khususnya pada kelompok ibu hamil. Berdasarkan laporan terkini, risiko penularan ibu ke anak (*Mother-to-Child Transmission*) tanpa intervensi yang adekuat masih berada pada kisaran 15-45% (*World Health Organization* [WHO], 2025). Hal ini menunjukkan bahwa strategi pencegahan penularan dari ibu ke anak (PPIA) harus menjadi prioritas dalam layanan kesehatan primer.

Status gizi ibu hamil secara langsung memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin melalui mekanisme plasenta, yang berfungsi menyalurkan nutrisi esensial seperti protein, zat besi, asam folat, dan mikronutrien lainnya. Teori ini didukung oleh studi epidemiologis yang menunjukkan bahwa kekurangan gizi pada ibu hamil, seperti anemia dan Kurang Energi Kronis (KEK), berkorelasi signifikan dengan peningkatan risiko Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), kelahiran prematur, dan angka kematian bayi yang tinggi, dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga meningkatkan kerentanan terhadap infeksi, termasuk HIV, serta memperburuk kondisi ibu hamil yang hidup dengan HIV. Sebaliknya, pemenuhan gizi seimbang terbukti mampu meningkatkan imunitas, mendukung efektivitas terapi, serta menurunkan risiko komplikasi kehamilan dan penularan HIV kepada bayi (Abu-Saad & Fraser, 2010; Kramer, 1987).

Aspek edukasi dalam intervensi ini didasarkan pada Teori Perilaku Terencana

(*Theory of Planned Behavior*) oleh Ajzen, yang menyatakan bahwa niat seseorang untuk melakukan perilaku tertentu (misalnya, mengonsumsi gizi seimbang) dipengaruhi oleh sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku (Ajzen, 1991). Dengan demikian, program edukasi gizi yang efektif tidak hanya bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil, tetapi juga mengubah sikap, memperkuat keyakinan akan kemampuan mereka untuk menerapkan pola makan sehat (kontrol perilaku yang dirasakan), dan mendorong dukungan sosial dari keluarga dan tenaga kesehatan (*World Health Organization*, 2023).

Lebih lanjut, teori Human Capital Theory atau Teori Modal Manusia menekankan bahwa investasi pada kesehatan dan gizi di tahap awal kehidupan, termasuk selama kehamilan, merupakan investasi paling efisien bagi pembangunan ekonomi suatu bangsa (Alderman, 2016). Anak-anak yang lahir dari ibu dengan status gizi baik cenderung memiliki kesehatan yang lebih prima, perkembangan kognitif yang optimal, dan pada akhirnya, produktivitas yang lebih tinggi saat dewasa, sehingga memutus rantai kemiskinan antargenerasi.

Salah satu faktor determinan yang sering kali luput dari perhatian dalam manajemen HIV adalah status gizi ibu hamil. Pemenuhan nutrisi yang tidak optimal dapat memperburuk kondisi sistem imun, meningkatkan kerentanan terhadap infeksi oportunistik, dan berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan *viral load* (Kementerian Kesehatan RI, 2024). Status gizi yang buruk pada ibu hamil dengan HIV/AIDS terbukti meningkatkan risiko transmisi virus kepada janin melalui plasenta maupun selama proses persalinan. Oleh karena itu, intervensi berupa edukasi gizi spesifik diperlukan untuk memperkuat sistem imun ibu sebagai upaya menekan risiko penularan.

Meskipun akses terhadap terapi *antiretroviral* (ARV) telah meluas, capaian target eliminasi HIV pada bayi di beberapa wilayah Indonesia masih menemui kendala. Masalah yang umum ditemukan di

masyarakat adalah rendahnya literasi kesehatan mengenai pentingnya manajemen diet dalam menghambat progresivitas virus (UNAIDS, 2025). Stigma sosial yang masih kuat juga menyebabkan ibu hamil enggan mencari informasi yang tepat mengenai status kesehatan dan kebutuhan gizi mereka. Fenomena ini menyebabkan kesenjangan informasi yang berakibat pada tingginya angka bayi lahir dengan status HIV positif.

Permasalahan utama di lapangan menunjukkan bahwa masyarakat belum sepenuhnya memahami bahwa asupan gizi yang adekuat, seperti mikronutrien spesifik dan protein berkualitas, mampu meningkatkan efektivitas pengobatan ARV (National Institutes of Health, 2024). Ketidaktahuan ini diperburuk dengan kurangnya media edukasi yang praktis dan mudah diakses oleh ibu hamil di tingkat akar rumput. Jika hal ini dibiarkan, maka tujuan pembangunan berkelanjutan (*Sustainable Development Goals*) untuk mengakhiri epidemi AIDS pada tahun 2030 akan sulit tercapai.

Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilakukan upaya edukasi gizi sebagai strategi preventif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan masyarakat luas. Edukasi ini bertujuan agar masyarakat mampu melakukan perubahan perilaku dalam pemilihan konsumsi makanan yang dapat menurunkan risiko penularan HIV dari ibu ke anak. Luaran dari pengabdian ini diharapkan mampu memberikan dampak positif berupa peningkatan status kesehatan ibu dan penurunan angka infeksi baru pada anak, yang didokumentasikan melalui media edukasi digital yang dapat diakses secara berkelanjutan.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Daerah KRMT Wongsonegoro (RSWN) Semarang. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dalam rangka memperingati Hari HIV/AIDS Sedunia, sebagai bentuk peran aktif tenaga kesehatan dan mahasiswa kebidanan dalam menekan angka transmisi virus dari ibu ke anak.

Sasaran utama dalam kegiatan edukasi

ini adalah masyarakat yang berada di lingkungan rumah sakit, yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, serta keluarga yang memiliki bayi dan balita. Pemilihan sasaran ini didasarkan pada kerentanan kelompok tersebut terhadap risiko penularan HIV/AIDS secara vertikal. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, dan pembagian media edukasi seperti leaflet dan poster.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat “Edukasi Gizi Ibu Hamil Sebagai Strategi Pencegahan HIV AIDS dan Penurunan Risiko Penularan Ibu Ke Anak” di Rumah Sakit Umum Daerah KRMT Wongsonegoro (RSWN) Semarang telah berjalan sesuai dengan rencana dan pelaksanaan selama 1 hari dimulai pukul 09.00 – 14.00 WIB.

Kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi penyusunan materi, pembuatan media edukasi berupa leaflet dan poster, serta koordinasi dengan pihak puskesmas dan kader kesehatan. Pelaksanaan edukasi dilakukan melalui penyuluhan langsung dan diskusi interaktif yang membahas cara penularan HIV, upaya pencegahan transmisi dari ibu ke anak, pentingnya pemeriksaan HIV pada ibu hamil, serta dampak infeksi HIV terhadap tumbuh kembang anak. Peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi, terbukti dari keaktifan dalam sesi tanya jawab serta kesediaan mengikuti *pre-test* dan *post-test*. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta, di mana sebelum kegiatan sebagian besar belum mengetahui secara jelas tentang pencegahan penularan HIV, namun setelah kegiatan lebih dari 80% peserta mampu menjelaskan langkah-langkah pencegahan dengan benar. Kegiatan ini juga menumbuhkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya dukungan sosial terhadap orang dengan HIV/AIDS (ODHA) serta mengurangi stigma negatif di lingkungan sekitar. Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian masyarakat ini berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap

peningkatan pengetahuan, sikap, dan kepedulian masyarakat terhadap pencegahan penularan HIV/AIDS pada bayi dan balita.



## KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya ibu hamil, ibu menyusui, dan keluarga, mengenai pentingnya edukasi gizi sebagai strategi pencegahan penularan serta dampak HIV/AIDS pada bayi dan balita. Penerapan edukasi gizi secara komprehensif pada ibu hamil dengan HIV dapat membantu ibu untuk menjaga status kesehatan dan kekebalan tubuhnya, sehingga menekan risiko penularan infeksi dari ibu ke anak secara signifikan. Mensosialisasikan pentingnya asupan gizi yang adekuat kepada masyarakat merupakan langkah krusial agar berhasil dalam upaya memutus rantai penularan HIV/AIDS dan meningkatkan kualitas kesehatan generasi mendatang, yang dapat terus digencarkan oleh tenaga kesehatan di Provinsi Jawa Tengah, khususnya di lingkungan RSWN Semarang.

## REFERENSI

- Abu-Saad, K., & Fraser, D. (2021). Maternal nutrition and birth outcomes: methodological issues in the assessment of nutrient intake during pregnancy. *European Journal of Clinical Nutrition*, 64(S1), S2-S12.
- Ajzen, I. (2023). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.
- Alderman, H. (2021). The economic costs of malnutrition in developing countries. Dalam *The Oxford handbook of the economics of the populous Indian states*. Oxford University Press.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R., & Uauy, R. (2023). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427-451.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., Dashe, J. S., Hoffman, B. L., Casey, B. M., & Spong, C. Y. (2022). *Williams Obstetrics* (26th ed.). McGraw-Hill Education.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana HIV*. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit.
- National Institutes of Health. (2024). *Role of Nutrition in HIV Infection Management*. Clinical Info HIV.
- UNAIDS. (2025). *Global HIV & AIDS Statistics — 2025 Fact Sheet*. UNAIDS Official Website.
- World Health Organization. (2023). *Antenatal care for a positive pregnancy experience: user manual*. World Health Organization.
- World Health Organization. (2025). *Prevention of Mother-to-Child Transmission of HIV (PMTCT)*. WHO Website.