

SOSIALISASI STUNTING DAN UPAYA PENCEGAHANNYA MELALUI EDUKASI TENTANG NUTRISI PADA IBU HAMIL

Ni Putu Dian Ayu Anggraeni[✉], Ni Nengah Arini Murni²

Coreponding author: niputudianayu@gmail.com

^{1,2} Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Mataram, Indonesia

Genesis Naskah: Submitted: 26-06-2021, Revised: 27-06-2021, Accepted: 29-06-2021

Abstrak

Masalah anemia dan kekurangan energi kronik pada ibu hamil di Indonesia masih cukup tinggi. Status gizi ibu hamil sangat mempengaruhi keadaan kesehatan dan perkembangan janin dalam kandungan. Gangguan pertumbuhan janin dapat menyebabkan berat lahir rendah yang beresiko lebih tinggi untuk menjadi stunting. Pemenuhan nutrisi seimbang sejak kehamilan sangat diperlukan guna menunjang kesehatan ibu dan bayi. Kegiatan pengabmas ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang nutrisi selama kehamilan dalam upaya mencegah terjadinya stunting. Metode dilakukan dengan memberikan edukasi dan pemahaman tentang stunting dan upaya pencegahannya melalui media leaflet, power point, dan video di kelurahan dasan cermen wilayah kerja puskesmas babakan. Evaluasi pre dan post test menggunakan kuesioner. Hasil pengabdian kepada masyarakat diperoleh hasil dari 30 ibu hamil sesudah diberikan edukasi mengalami peningkatan pengetahuan mayoritas 93,3% memiliki pengetahuan baik dengan rata-rata skor pengetahuan 93,07. Perlunya dilakukan peningkatan pengetahuan masyarakat sejak dini tentang stunting serta peran serta kader kesehatan dalam memberikan informasi dan pemantauan kesehatan ibu dan bayi dalam upaya mencegah stunting di 1000 hari pertama kehidupan.

Kata Kunci : Stunting, Edukasi, Nutrisi ibu hamil

STUNTING SOCIALIZATION AND EFFORT TO PREVENT THROUGH EDUCATION ABOUT NUTRITION IN PREGNANT MOTHERS

Abstract

The problem of anemia and chronic energy deficiency in pregnant women in Indonesia is still quite high. The nutritional status of pregnant women greatly affects the health and development of the fetus in the womb. Fetal growth disorders can cause low birth weight which is a higher risk for stunting. Fulfillment of balanced nutrition since pregnancy is very important to support the health of mother and baby. This community service activity aims to increase maternal knowledge about nutrition during pregnancy in an effort to prevent stunting. The method is carried out by providing education and understanding about stunting and its prevention efforts through leaflets, power points, and videos in the Dasan Cermen sub-district, the working area of the Babakan Health Center. Pre-evaluation and post-test using a questionnaire. The results of community service showed that 30 pregnant women after being given education experienced an increase in knowledge from 93.3% having good knowledge with an average knowledge score of 93.07. It is necessary to increase public knowledge from an early age about stunting and the participation of health cadres in providing information and monitoring the health of mothers and babies in an effort to prevent stunting in the first 1000 days of life.

Keywords:. Stunting, Education, Nutrition for pregnant women

Pendahuluan

Masalah anemia dan kekurangan energi kronik pada ibu hamil di Indonesia masih cukup tinggi. Menurut Riskesdas tahun 2018, kasus anemia pada ibu hamil 48,9%, dan Kekurangan Energi Kronik 33,5%. Sedangkan prevalensi stunting anak berusia di bawah 5 tahun (balita) di Indonesia pada tahun 2015 sebesar 36,4%. Artinya lebih dari 1/3 atau sekitar 8,8 juta balita mengalami masalah gizi dimana tinggi badan dibawah standar sesuai usianya.(Satriawan, 2018). Stunting terbesar berada diatas ambang yang di tetapkan WHO sebesar 20%. Prevalensi stunting atau kerdil balita Indonesia ini terbesar kedua di kawasan Asia Tenggara di bawah Laos yang mencapai 43,8% (UNICEF, 2018).

Anak kerdil (stunting) masih menjadi salah satu persoalan bagi Indonesia termasuk di daerah Nusa Tenggara Barat (NTB). Tren status gizi balita mengalami penurunan tahun 2013-2018 dimana dari 45,2 persen menjadi 33,5 persen. Meskipun terjadi penurunan, angka stunting di NTB masih berada di atas rata-rata nasional yang saat ini sebesar 30,8 persen. Menurut Data Dinas Kesehatan (Dikes) Propinsi NTB, kasus stunting mencapai 37,2% pada tahun 2017. Dari 10 kabupaten atau kota di NTB, kasus stunting paling banyak ditemukan di Kabupaten Sumbawa mencapai 41,8%. Kemudian disusul Lombok Tengah dengan jumlah 39,1%, Dompu 38,3 %, Lombok Utara dan Kota Mataram masing-masing 37,6 % dan 37,5 %. Bima 36,7%, Kota Bima 36,3%, Lombok Barat 36,1%, Lombok Timur dan Sumbawa Barat masing-masing 35,1% dan 32,6%. (Dinkes NTB, 2017)

Berdasarkan Profil Puskesmas Babakan Tahun 2017 jumlah balita yang ada sebanyak 2.218 anak, jumlah balita yang datang dan ditimbang adalah sejumlah 1.798 anak (81,06%) dengan rincian jumlah balita yang naik berat badannya sebanyak 54,34% dan BGM sebanyak 47 anak (2,07%). Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya Balita Gizi kurang salah satunya adalah kurangnya asupan gizi saat hamil serta pola makan yang salah akibat kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dalam kehamilan. Dampak yang terjadi akibat kurangnya nutrisi saat hamil diantaranya dapat mengalami gangguan gizi seperti anemia, penambahan berat badan yang kurang pada ibu hamil dan gangguan pertumbuhan janin. Gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan dapat menyebabkan berat lahir rendah yang beresiko lebih tinggi untuk menjadi stunting

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis, sehingga anak terlalu pendek dibandingkan usianya. Keadaan ini tampak setelah anak berusia 2 tahun yang mempengaruhi tingkat kecerdasan, kerentanan terhadap penyakit, dan penurunan produktivitasnya. Status gizi ibu hamil sangat mempengaruhi keadaan kesehatan dan perkembangan janin. (WHO, 2014).

Penanganan masalah kesehatan dan gizi pada calon ibu (PUS), ibu hamil dan anak balita telah menjadi prioritas bagi pemerintah provinsi NTB. Berbagai program melalui kerjasama lintas program dan sektor menjadi solusi permasalahan ini, seperti kesehatan, keluarga

berencana, air bersih, kesehatan lingkungan, pendidikan dan pemberdayaan perempuan. Salah satu Program Generasi Emas Indonesia telah dicanangkan pemerintah untuk meningkatkan kualitas SDM ini dalam rangka 100 tahun kemerdekaan Indonesia, di tahun 2045. Pemerintah provinsi NTB mencanangkan program Generasi Emas NTB (GEN) yang implementasinya ditargetkan hingga tahun 2025. Program GEN menitikberatkan pada pembangunan sumber daya manusia ini sejak dalam kandungan, atau yang dikenal sebagai 1000 Hari Pertama Kehidupan. (Dinas Kesehatan Provinsi NTB, 2019). Pemenuhan nutrisi seimbang sangat diperlukan guna menunjang kesehatan ibu dan bayi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Hartati, 2019) di peroleh hasil mayoritas sasaran setelah pemberian informasi nutrisi selama hamil, mayoritas berpengetahuan baik 44,45% (Hartati, 2019). Menurut penelitian (Kusuma et al., 2020) diperoleh hasil pengetahuan setelah intervensi dengan kategori baik 70,4%, sikap dengan kriteria baik 80,3%, dan perilaku terhadap nutrisi selama kehamilan dengan kriteria baik 80,3%. Disarankan untuk tetap memberikan edukasi dan pengamatan terkait pentingnya nutrisi sejak hamil khususnya kepada ibu hamil dengan sosiodemografi dan sosioekonomi yang rendah. (Kusuma et al., 2020).

Berdasarkan permasalahan tersebut maka pengabdian tertarik memberikan Sosialisasi Stunting dan Upaya Pencegahannya Melalui Edukasi Tentang Nutrisi Pada Ibu Hamil Di

Kelurahan Dasan Cermen Wilayah Kerja Puskesmas Babakan Kota Mataram Tahun 2019”.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang nutrisi selama kehamilan dalam upaya mencegah terjadinya stunting. Metode dilakukan dengan memberikan edukasi dan pemahaman tentang stunting dan upaya pencegahannya melalui media leaflet, power point, dan video.

Khalayak sasaran pada kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah 30 ibu hamil di Kelurahan Dasan Cermen Wilayah Kerja Puskesmas Babakan Kota Mataram.

Kegiatan pengabdian diawali dari persiapan daftar hadir, berita acara, spanduk, dan perlengkapan lainnya yang mendukung. Sebelum kegiatan ini, sasaran diberikan pre test terlebih dahulu dengan menggunakan instrument kuisioner berisi 25 pertanyaan. Kegiatan berikutnya adalah kegiatan inti yaitu memberikan edukasi tentang stunting dan upaya pencegahannya dengan menggunakan media leaflet, PPT dan video. Diakhir sesi dilakukan diskusi tanya jawab dan pengisian kuisioner post test untuk melihat apakah peserta mampu memahami materi yang sudah dijelaskan.

Rancangan evaluasi metode jangka pendek, dengan indikator keberhasilan setelah dilakukannya pengabdian

masyarakat berupa terlaksananya kegiatan dan peserta mendapatkan informasi tentang stunting dan nutrisi pada ibu hamil.

Hasil dan Pembahasan

Karakteristik sasaran berdasarkan usia dan pendidikan ibu di sajikan dalam tabel berikut, diantaranya

Tabel 1 Distribusi frekuensi sasaran berdasarkan usia , tingkat pendidikan, usia kehamilan, dan kadar hemoglobin

Karakteristik Sasaran	Kelompok	
	n	%
Usia Ibu		
17 -25	10	33,3
26 - 35	17	56,7
36 - 45	3	10,0
Total	30	100
Tingkat Pendidikan		
SD	2	6,7
SLTP/MI	5	16,7
SMA/MA	19	63,3
Perguruan Tinggi	4	13,3
Total	30	100
Usia Kehamilan		
Trimester I	3	10,0
Trimester II	9	30,0
Trimester III	18	60,0
Total	30	100
Kadar Hemoglobin		
Mean±SD	11,39±1,15	
Min	8,3	
Max	13,3	

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar usia ibu hamil berada pada rentang usia 26 -35 tahun yaitu 56,7%, usia 17 – 25 tahun 33,3%, dan usia 36 – 45 tahun 10,0%.

Distribusi frekuensi sasaran berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas ibu hamil berpendidikan SMA 63,3%.

Distribusi frekuensi sasaran berdasarkan usia kehamilan, mayoritas ibu hamil dengan usia kehamilan Trimester III 60%, trimester II 30%, dan trimester I 10%.

Distribusi frekuensi sasaran berdasarkan kadar hemoglobin ibu hamil yaitu rata-rata 11,39 gr% dengan kadar hb terendah 8,3 gr% dan kadar hb tertinggi 13,3 gr%.

Tabel 2 Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil tentang Stunting dan Nutrisi selama Hamil sebelum dan sesudah intervensi edukasi

Tingkat Pengetahuan	Sebelum		Sesudah	
	n	%	n	%
Kategori Pengetahuan				
Baik	21	70,0	28	93,3
Cukup	7	23,3	2	6,7
Kurang	2	6,7	0	0,0
Total	30	100	30	100
Skor Pengetahuan				
Mean±SD	78,53±11,386		93,07±7,643	
Min	52		72	
Max	100		100	
<i>p value</i>		0,000		

Sumber : Data Primer, 2019

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa sebelum pemberian intervensi edukasi, tingkat pengetahuan ibu sebagian besar berkategori baik 70%, kategori cukup 23,3%, dan kategori kurang 6,7% dengan rata-rata skor pengetahuan 78,53 dengan nilai terendah 52 dan nilai tertinggi 100.

Sesudah dilakukan intervensi edukasi, tingkat pengetahuan ibu mayoritas berkategori baik 93,3% dan terdapat 6,7% dengan kategori cukup dengan rata-rata skor pengetahuan 93,07 dengan nilai terendah 72 dan nilai tertinggi 100.

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini, evaluasi pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan. Hasil ini sesuai

dengan pendapat dari (Notoatmodjo, 2010) bahwa pengetahuan tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal melainkan dipengaruhi juga oleh pendidikan nonformal.

Adanya informasi baru mengenai suatu hal memberikan landasan kognitif baru terbentuknya pengetahuan seseorang. Informasi tersebut bisa diperoleh dari berbagai sumber seperti media cetak (surat kabar, majalah, jurnal kesehatan dan lain-lain), orang lain (petugas kesehatan, teman dll) dan media elektronik (TV, internet) serta adanya pengalaman atau kontak dengan lingkungan fisik. (Notoatmodjo, 2010, 2012).

Informasi melalui pendidikan kesehatan merupakan usaha dalam menyampaikan pesan kesehatan kepada individu, kelompok, maupun masyarakat sehingga memperoleh pengetahuan kesehatan yang lebih baik dan dapat berdampak pada perubahan perilaku seseorang (Rahmadiana, 2012).

Pendidikan merupakan proses dimana seseorang mengembangkan kemampuan sikap dan bentuk-bentuk tingkah laku lainnya didalam masyarakat dan di lingkungan yang terpilih dan terkontrol, sehingga seseorang dapat mengalami perkembangan kemampuan individu yang optimum. Semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah ia menerima informasi sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki (Amalia et al., 2018; Notoatmodjo, 2012).

Tingkat pendidikan yang rendah juga dapat menyebabkan terbatasnya daya intelektual seseorang sehingga masih terpengaruh oleh lingkungan sekitar, seperti budaya setempat dan pengaruh orang lain yang mendominasi

seseorang dalam membentuk pengetahuannya. Peran kader kesehatan sangat diperlukan dalam pemantauan dan pemberian informasi terkait informasi dan edukasi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sejak hamil hingga anak berusia 2 tahun (Saudia & Anggraini, 2020).

Untuk usia kehamilan ibu pada kegiatan pengabmas ini diperoleh data sebagian besar Trimester III 60% dengan rata-rata kadar hemoglobin (hb) yaitu 11,39 gr% (dalam batas normal) dengan nilai hb terendah 8,3gr% termasuk dalam kategori anemia ringan. Anjuran nutrisi dari World Health Organization (WHO), untuk kehamilan trimester I membutuhkan tambahan 150 Kkal dalam sehari dan 350 Kkal untuk kehamilan trimester II dan III. WHO melaporkan bahwa ibu hamil mencapai 35-75% mengalami defisiensi besi. (Goni et al., 2013). Kebutuhan zat besi selama hamil sebesar 800-1040 mg. Setiap wanita hamil diberikan 90 tablet besi (60 mg sulfas ferosus dikombinasikan dengan asam folat). (Susiloningtyas, 2021).

Dari hasil evaluasi dengan menggunakan kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan sasaran tentang gizi seimbang selama kehamilan didapatkan banyak yang masih salah dalam menjawab kuesioner nomer 3 mengenai kebutuhan zat besi selama hamil berupa tahu dan tempe. Makanan yang mengandung zat besi berfungsi membentuk sel darah merah yaitu makanan seperti kacang-kacangan, sayuran hijau, daging sapi, hati sapi dan ikan tidak termasuk tahu dan tempe.

Asupan nutrisi ibu hamil dapat mempengaruhi kondisi ibu dan bayinya. Ibu

hamil yang kurang mengonsumsi makanan bergizi seperti asam folat, protein, kalsium, zat besi, dan omega-3 cenderung melahirkan anak dengan kondisi kurang gizi. Kebutuhan gizi untuk ibu hamil setiap harinya meningkat sesuai dengan usia kehamilan seiring perkembangan dan pertumbuhan janin.

Kesimpulan dan Saran

Kegiatan sosialisasi tentang stunting dan edukasi tentang nutrisi pada ibu hamil dapat berjalan dengan lancar, semua peserta antusias dan merasakan manfaat kegiatan tersebut. Pelaksanaan pengabdian masyarakat di kelurahan dasan cermen wilayah kerja Puskesmas Babakan dapat berjalan sesuai dengan rencana dan jadwal kegiatan. Hasil evaluasi pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan edukasi mengalami peningkatan pengetahuan yaitu dari 30 ibu yang diberikan edukasi mayoritas 93,3% memiliki pengetahuan baik dengan rata-rata skor pengetahuan 93,07. Dengan metode diskusi serta menggunakan media leaflet dan video informasi yang disampaikan menjadi efektif.

Perlunya dilakukan peningkatan pengetahuan masyarakat sejak dini tentang stunting serta peran serta kader kesehatan dalam memberikan informasi dan pemantauan kesehatan ibu dan bayi dalam upaya mencegah stunting di 1000 hari pertama kehidupan.

Daftar Pustaka

Amalia, F., Nugraheni, S. A., & Kartini, A. (2018). Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan praktik calon ibu dalam pencegahan kurang energi kronik ibu hamil (Studi pada Pengantin

Baru Wanita di Wilayah Kerja Puskesmas Duren, Bandungan, Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 6(5), 370–377.

Dinas Kesehatan Provinsi NTB. (2019). *GEN2025 - DINAS KESEHATAN PROVINSI NTB*. <https://dinkes.ntbprov.go.id/gen2025/>

Dinkes NTB. (2017). Profil Kesehatan Nusa Tenggara Barat. *Dinas Kesehatan Nusa Tenggara Barat*.

Goni, A. P. G., Laoh, J. M., & Pangemanan, D. H. C. (2013). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil dengan status gizi selama kehamilan di puskesmas Bahu kota Manado. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).

Hartati, I. (2019). GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG NUTRISI DALAM KEHAMILAN DI PUSKESMAS LANGSA LAMA. *Jurnal Pendidikan Dan Praktik Kesehatan*, 2(1), 20–30.

Kusuma, D. R., Aryawangsa, P. D., Satyarsa, A. B. S., & Aryani, P. (2020). PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU IBU HAMIL TERHADAP NUTRISI SELAMA KEHAMILAN DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS MENGWI I, BADUNG, BALI. *GEMA KESEHATAN*, 12(1), 20–29.

Notoatmodjo, S. (2010). *Ilmu perilaku kesehatan*.

Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. *Jakarta: Rineka Cipta*, 45–62.

Rahmadiana, M. (2012). Komunikasi kesehatan: Sebuah tinjauan. *Jurnal Psikogenesis*, 1(1), 88–94.

Satriawan, E. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024. *Jakarta: Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K)*.

Saudia, B. E. P., & Anggraini, N. P. D. A. (2020). PEMANTAUAN 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DALAM RANGKA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PELATIHAN KADER KESEHATAN DI DESA MENEMENG WILAYAH KERJA PUSKESMAS BAGU KECAMATAN PRINGGARATA KABUPATEN LOMBOK TENGAH TAHUN 2018. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 1(2), 50–60.

Susiloningtyas, I. (2021). Pemberian zat besi (Fe) dalam Kehamilan. *Majalah Ilmiah Sultan Agung*, 50(128), 73–99.

UNICEF. (2018). *Levels and trends in child malnutrition*. eSocialSciences.