

PENYULUHAN PENGELOLAAN GIZI PADA SAAT KEHAMILAN UNTUK MENCEGAH STUNTING PADA ANAK DI PUSKESMAS SIJUNJUNG

**Siska Ferilda¹⁾, Elsa Marsellin²⁾, Muhammad Rizki Saputra³⁾, Betty Fitriyasti⁴⁾, Sri Wahyuni⁵⁾,
Fidiariani Sjaaf⁶⁾**

^{1,2)}Prodi farmasi Klinis,Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah Padang
^{3,4,5,6)} Prodi Pendidikan Kedokteran,Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah Padang

email: siskaferilda1234@gmail.com, Elsamarsellinda71@gmail.com

Abstract

Stunting or chronic malnutrition is another form of growth failure and chronic malnutrition. This situation has been going on for a long time, not like acute malnutrition. Stunting can also occur before birth and is caused by very inadequate nutritional intake during pregnancy, very poor parenting patterns, low quality of food in line with the frequency of infections so that it can inhibit growth. The service was carried out using the lecture method in which groups of pregnant women at the Lubuk Tarok Health Center were given counseling on nutrition management during pregnancy to prevent stunting in children and then discussions were held. Before and after counseling, questionnaires were distributed to assess the level of success of the counseling carried out.

Keywords: *Stunting, Pregnant women, Knowledge*

Abstrak

Stunting atau kurang gizi kronik adalah suatu bentuk lain dari kegagalan pertumbuhan, dan kurang gizi kronik. Keadaan yang sudah terjadi sejak lama, bukan seperti kurang gizi akut. Stunting dapat juga terjadi sebelum kelahiran dan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola asuh makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan. Pengabdian dilakukan dengan metode ceramah dimana kelompok ibu hamil di puskesmas lubuk tarok diberikan penyuluhan pengelolaan gizi pada saat kehamilan untuk mencegah stunting pada anak dan kemudian dilakukan diskusi diskusi. Sebelum dan sesudah penyuluhan dilakukan penyebaran kuisioner untuk menilai tingkat keberhasilan dari penyuluhan yang dilakukan

Kata kunci : *Stunting, Ibu hamil, Pengetahuan*

1. PENDAHULUAN

Stunting atau kurang gizi kronik adalah suatu bentuk lain dari kegagalan pertumbuhan, dan kurang gizi kronik. Keadaan yang sudah terjadi sejak lama, bukan seperti kurang gizi akut. Stunting dapat juga terjadi sebelum kelahiran dan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola asuh makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan [1].

Konsumsi makanan merupakan salah satu faktor yang secara langsung berhubungan dengan status gizi dan rendahnya konsumsi pangan atau kurang seimbangnnya makanan yang dikonsumsi mengakibatkan terlambatnya pertumbuhan [2].

Dari 235,045 jiwa penduduk Ranah Lansek Manih, ternyata terdapat 32.777 warga teridentifikasi beresiko stunting. Hal itu terungkap dari data hasil survei Study Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun

2021. Teridentifikasi Beresiko Stunting itu, paling banyak berada di Kecamatan Kamangbaru, 7.610 orang, Kecamatan Sijunjung terdapat 6.403 orang, Koto VII sebanyak 4.676 orang, Tanjung Gadang, 4.102 orang, Sumpurkudus 4.005 warga, Lubuktrok 2.502, IV Nagari 1.941 orang dan Kupitan 1.538 orang teridentifikasi beresiko stunting dan di Kecamatan Lubuktarok, Kabupaten Sijunjung, Sumatera Barat, hingga Februari 2022 ditemukan 186 balita dengan kasus stunting (kondisi gagal tumbuh pada anak balita bayi di bawah 5 tahun akibat kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya-red) [3].

Oleh sebab itu kami rasa perlu untuk melakukan penyuluhan kepada ibu hamil untuk dapat melakukan manajemen gizi terhadap asupan makanan yang mereka makan untuk menurunkan resiko kejadian stunting sejak dari dalam kandungan

2. IDENTIFIKASI MASALAH

Stunting dalam jangka pendek terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Dampak buruk dalam jangka panjang menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang tidak kompetitif yang berakibat pada rendahnya produktivitas ekonomi. Anak yang stunting sebagian besar memiliki prestasi belajar kurang, sementara anak yang tidak stunting sebagian besar memiliki prestasi belajar yang baik [4].

Kurangnya kesadaran tentang pentingnya gizi ibu akan berdampak pada kurangnya upaya yang dilakukan untuk pencegahan stunting. Kondisi ini tentunya akan berlanjut sampai dengan anak lahir dan tumbuh. Dalam perkembangannya, anak yang bertubuh pendek dianggap wajar dan tidak berdampak untuk perkembangan anak selanjutnya sehingga tidak memerlukan penanganan khusus. Kelas ibu

hamil merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk menyebarkan informasi yang berkaitan dengan gizi dan kesehatan saat kehamilan. Materi yang diberikan pada program kelas ibu hamil salah satunya tentang perawatan kehamilan, terutama dalam penyiapan dan pemenuhan gizi masa hamil [5].

Pemberian penyuluhan tentang manajemen gizi pada ibu hamil ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan ibu hamil agar adapt mengelola gizinya dan juga keluarga sehingga dapat menurunkan resiko terjadinya stunting pada anak. Dimana Promosi kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan. Hasil yang diharapkan dari pendidikan kesehatan adalah adanya peningkatan pengetahuan dan sikap dan tujuan akhir tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam memelihara perilaku sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal [6].

3. METODELOGI PELAKSANAAN

1. Perencanaan
Pada tahap ini yang dilakukan adalah:
Penyusunan proposal
Pengurusan perizinan
Persiapan materi
2. Pelaksanaan
Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah penyuluhan interaktif, yaitu tim pengabdian membagikan brosur materi pengelolaan gizi pada saat kehamilan untuk mencegah stunting pada anak dan kemudian dilanjutkan dengan diskusi.
Pada pelaksanaan ini mitra yaitu puskesmas sijunjung dalam mengumpulkan kelompok ibu hamil di daerah kerjanya dan juga menyediakan tempat pelaksanaan
3. Evaluasi
Evaluasi yang dilakukan pada kegiatan ini adalah dengan menanyakan kembali pemahaman ibu hamil yang diberikan penyuluhan tentang materi yang telah diberikan

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penyuluhan pengelolaan gizi pada saat kehamilan untuk mencegah stunting pada anak di puskesmas sijunjung dilakukan dengan pada tanggal 15 desember 2022 dengan pemberian brosur dan edukasi langsung kepada 29 orang ibu hamil kemudian setiap peserta diberikan makanan yang bergizi berupa susu, roti dan lain-lain.

Dari hasil wawancara sebelum kegiatan didapatkan ibu hamil di daerah sekitar puskesmas sijunjung rata-rata ibu hamil tersebut tidak mengetahui zat-zat yang terkandung dalam makanan yang mereka konsumsi.

Dengan memberikan edukasi dan brosur mengenai pengelolaan gizi saat kehamilan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai gizi ibu hamil, manfaat gizi bagi ibu dan janin, sumber-sumber makanan bergizi, nutrisi penting pada ibu hamil, makanan yang mesti dihindari pada kehamilan serta apa dampak dari kekurangan gizi bagi ibu maupun janin. Pada artikel sukawati dkk menyatakan bahwa Edukasi tentang pencegahan stunting memiliki pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan peserta,

hal ini ditunjukkan dari hasil analisis uji beda Wilcoxon bahwa nilai p value kurang dari 0.05 artinya terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang pencegahan stunting seseorang dalam memahami pentingnya pencegahan stunting [7].

Seorang ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap tentang gizi yang kurang akan berpengaruh terhadap status gizi kurang pada anaknya, akan tetapi jika pengetahuan ibu baik akan berupaya memilih menyediakan menu seimbang [8]. Asupan gizi pada ibu hamil akan mempengaruhi perkembangan pada janin. Gizi janin bergantung sepenuhnya pada ibu, sehingga kecukupan gizi ibu sangat memengaruhi kondisi janin yang dikandungnya. Ibu hamil yang kurang gizi atau asupan makanan kurang akan menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan [9].

Dengan adanya kegiatan penyuluhan pengelolaan gizi pada saat kehamilan untuk mencegah stunting pada anak di puskesmas sijunjung. Diketahui adanya peningkatan pengetahuan dari ibu hamil yang di evaluasi dengan cara tanya jawab dengan peserta. Peningkatan pengetahuan mengenai

pengelolaan gizi saat kehamilan ini diharapkan mencegah terjadinya stunting sejak dini.



Gambar 1. Kegiatan penyuluhan

5. KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan pengelolaan gizi pada saat kehamilan untuk mencegah stunting pada anak di puskesmas sijunjung dilakukan dengan pada tanggal 15 desember 2022 dengan pemberian brosur dan edukasi langsung kepada 29 orang ibu hamil kemudian setiap peserta diberikan makanan yang bergizi berupa susu, roti dan lain-lain

hasil wawancara sebelum kegiatan didapat pada ibu hamil tersebut didapatkan bahwa rata-rata ibu hamil tersebut tidak mengetahui zat-zat yang terkandung dalam makanan yang mereka konsumsi

Dengan adanya kegiatan diketahui adanya peningkatan pengetahuan yang dievaluasi dengan memberikan beberapa pertanyaan terkait bahan penyuluhan kepada peserta.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Yayasan Pendidikan Baiturrahmah yang telah membiayai Pengabdian Kepada Masyarakat ini dan kepada kepada Puskesmas Sijunjung serta para mahasiswa yang telah membantu terlaksananya pengabdian kepada masyarakat ini.

7. REFERENSI

- [1] Unicef Indonesia. (2012). Ringkasan kajian gizi ibu dan anak. Retrieved from <http://www.unicef.or.id>.
- [2] Gluckman PD, Hanson, M.A. (2005). The Fetal Matrix: Evolution, Development and Disease. New York, United States: Cambridge University Press. <http://www.cambridge.org/9780521834575>
- [3] Ditemukan DiLubuktarok Sijunjung, 186 Balita Stunting, 2.127 Beresiko Stunting :
<https://jurnalsumbar.com/2022/06/ditemukan-dilubuktarok-sijunjung-186>
- [4] Picauly, I dan Toy SM. (2013). Analisis Determinan dan Pengaruh Stunting terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah di Kupang dan Sumba Timur NTT. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(1), 55-62
- [5] Kementerian Kesehatan RI. (2011). Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil. Jakarta: Kemenkes RI
- [6] Wenas, RA., Lontaan, A., Korah, BH. (2014). Pengaruh Promosi Kesehatan tentang Tanda Bahaya Kehamilan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di Puskesmas Amurang Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 1-5
- [7] Sukmawati dkk, (2021). Edukasi Pada Ibu Hamil, Keluarga Dan Kader Posyandu
- [8] Tentang Pencegahan Stunting. *Jurnal Dharmakarya*, Vol. 10, No. 4
- [9] Olsa, E. D., Sulastri, D., & Anas, E. (2018). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu
- [10] Terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan
- [11] Nanggalo. *Jurnal Kesehatan Andalas*. <https://doi.org/10.25077/jka.v6i3.733>
- [12] Picauly, I., & Toy, S. M. (2013). Analisis Determinan Dan Pengaruh
- [13] Stunting Terhadap Prestasi Belajar Anak Sekolah Di Kupang Dan Sumba Timur, NTT. *Jurnal Gizi Dan Pangan*. <https://doi.org/10.25182/jgp.2013.8.1.55-6>