

**PENYULUHAN PENCEGAHAN STUNTING PADA IBU HAMIL
PROGRAM MAHASISWA KKN 182 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA DI DESA TAPAK KUDA, KEC. TANJUNG PURA,
KAB. LANGKAT**

**Oppy Oktavianty Windari¹, Reni Agustina Harahap², Siti Khodijah Harahap³,
Dian Yustika Putri⁴, Keyla Harista Nasution⁵, Maisyah Ardila⁶, Haogowolo'o Gea⁷,
Dina Syaputri⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

e-mail: oppyoktavianty14@gmail.com¹, reniagustina@uinsu.ac.id², harahapsitikhodizah@gmail.com³,
dianyustikaputriputri@gmail.com⁴, keylantt@gmail.com⁵, maisyahardila670@gmail.com⁶,
awolgea@gmail.com⁷, dinasyaputri10@gmail.com⁸

Abstrak

Di Indonesia, stunting merupakan masalah kesehatan yang signifikan. Stunting adalah masalah gizi buruk yang berlangsung lama yang disebabkan oleh asupan makanan yang tidak memadai dalam jangka waktu yang lama. Penelitian ini bertujuan untuk menilai seberapa efektif penyuluhan pencegahan stunting yang diberikan oleh mahasiswa KKN Universitas Islam Negeri Sumatera di Desa Tapak Kuda. Metode ini melibatkan penyuluhan langsung kepada ibu hamil. Hasil menunjukkan bahwa ibu hamil lebih memahami dan lebih menyadari stunting. Program ini berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya gizi seimbang dan dampak stunting terhadap perkembangan anak melalui penyuluhan, diskusi, dan demonstrasi. Pengetahuan tentang gizi seimbang, pentingnya asupan nutrisi selama 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), dan cara memperbaiki pola makan adalah bagian dari program penyuluhan ini.

Kata kunci: Ibu Hamil, Penyuluhan, Stunting

Abstract

In Indonesia, stunting is a significant health problem. Stunting is a long-standing malnutrition problem caused by inadequate food intake over a long period of time. This study aims to assess the effectiveness of stunting prevention counseling provided by KKN students of Universitas Islam Negeri Sumatera in Tapak Kuda Village. This method involves direct counseling to pregnant women. The results show that pregnant women understand more and are more aware of stunting. The program succeeded in raising the awareness of pregnant women about the importance of balanced nutrition and the impact of stunting on child development through counseling, discussions, and demonstrations. Knowledge about balanced nutrition, the importance of nutritional intake during the First 1000 Days of Life (HPK), and how to improve diet are part of this extension program.

Keywords: Pregnant Women, Counseling, Stunting

PENDAHULUAN

Stunting di Indonesia, khususnya di Sumatera Utara, masih menjadi masalah pemerintah dan merupakan masalah kesehatan yang signifikan. Stunting, yang ditandai dengan pertumbuhan anak yang terhambat oleh kekurangan nutrisi jangka panjang, berdampak jangka panjang pada perkembangan fisik dan kognitif anak. Seperti yang ditunjukkan oleh data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, tingkat stunting di Indonesia mencapai 30,8%, dengan Sumatera Utara berada di posisi teratas dengan 27,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Kondisi ini menunjukkan bahwa stunting masih merupakan masalah besar dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Indonesia, khususnya di Sumatera Utara.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi stunting di Sumatera Utara (Sumut) turun menjadi 18,9 persen, turun sekitar 2,2% dari 21,1 persen pada tahun sebelumnya 2022. Namun, masih ada 1.166.929 keluarga di Sumut yang rentan terhadap stunting, dengan perhatian khusus pada keluarga yang memiliki balita dan kondisi sanitasi yang buruk. Untuk mengatasi stunting, pemerintah Provinsi Sumatera Utara telah melakukan banyak hal. Pemerintah mengalokasikan sekitar Rp370 miliar pada tahun 2023 untuk program penurunan stunting, dengan tujuan mencapai 14% pada

tahun 2024. Dibutuhkan kolaborasi dari berbagai pihak, seperti dinas kesehatan, BKKBN, dan organisasi masyarakat untuk mencapai tujuan ini.

Stunting bukan hanya masalah kesehatan tetapi juga masalah sosial dan ekonomi. Anak-anak stunting mengalami gangguan fisik dan perkembangan mental, kekebalan tubuh rendah, masalah nutrisi dan kesehatan, prestasi akademik yang buruk, dan dampak jangka panjang pada produktivitas dan ekonomi. Stunting, juga dikenal sebagai gizi buruk kronis, terjadi saat anak mengalami pertumbuhan terhambat dan tinggi badannya tidak sesuai dengan usianya. Masalah ini berdampak pada kemampuan kognitif, kemampuan belajar, dan produktivitas di masa dewasa. Gizi buruk pada ibu dan anak adalah salah satu penyebab masalah stunting. Jika ibu tidak mendapatkan cukup nutrisi sejak sebelum hamil, selama kehamilan, dan pada 1.000 hari pertama kehidupan anaknya, ini dapat mengganggu perkembangan mereka. Ini mengakibatkan tingkat stunting yang tinggi di Indonesia (Lestari, 2023).

Meningkatkan kualitas sumber daya manusia memerlukan pencegahan stunting. Fokus utama penyuluhan adalah ibu. Ini dipilih karena ibu hamil dan ibu balita dapat mencegah stunting pada 1.000 hari pertama kelahiran, atau dari masa janin hingga anak berusia dua tahun. Karena janin sangat rentan terhadap kekurangan gizi selama masa kehamilan, upaya pencegahan stunting dapat dimulai sejak awal kehamilan. Ibu hamil harus lebih sadar tentang pentingnya gizi seimbang selama kehamilan dan bagaimana mencegahnya.

Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah bagian penting dari pembangunan masyarakat. Mahasiswa dapat membantu masyarakat dalam mengatasi berbagai masalah, termasuk stunting, dengan menerapkan ilmu pengetahuan dan keterampilan yang mereka pelajari di bangku kuliah. Jurnal ini akan membahas sosialisasi pencegahan stunting yang dilakukan oleh mahasiswa KKN UIN Sumatera Utara di Desa Tapak Kuda. Jurnal ini akan mengkaji seberapa efektif program ini dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu hamil tentang cara mencegah stunting.

METODE

Di Desa Tapak Kuda, Kecamatan Tanjung Pura, Kabupaten Langkat, mahasiswa KKN didampingi oleh bidan desa dan para kader posyandu memberikan penyuluhan tentang cara mencegah stunting ibu hamil. Program ini menggunakan penyuluhan langsung di Balai Desa. Mahasiswa KKN membuka ruang diskusi dan memberikan informasi tentang pencegahan stunting kepada ibu hamil. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran ibu hamil di Desa Tapak Kuda tentang betapa pentingnya menjaga gizi seimbang sejak masa kehamilan untuk mencegah stunting pada anak mereka. Selasa, 6 Agustus 2024, pukul 14.00 WIB, pelatihan pencegahan stunting diadakan di Balai Desa Tapak Kuda. Proses berikut telah dilakukan:

1. Langkah pertama adalah meminta izin kepada pemerintah Desa Tapak Kuda dan melakukan pengamatan terkait sasaran untuk mengadakan penyuluhan tentang stunting (masalah gizi buruk) di Desa Tapak Kuda.
2. Langkah kedua adalah mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk penyuluhan, seperti membersihkan tempat acara dan menyiapkan alat serta bahan yang akan digunakan.
3. Langkah ketiga adalah melaksanakan penyuluhan tentang stunting bagi ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting adalah kondisi pertumbuhan yang terhambat pada anak-anak yang ditandai dengan tinggi badan yang jauh di bawah rata-rata untuk usia mereka. Kondisi ini dapat disebabkan oleh kekurangan gizi jangka panjang, infeksi, atau masalah kesehatan yang buruk pada awal kehidupan. Masalah ini sangat penting karena berdampak langsung pada pertumbuhan fisik dan kognitif anak, serta kualitas hidup mereka di masa depan. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, keterlambatan pertumbuhan adalah ketika seorang anak tumbuh tidak sesuai dengan standar pertumbuhan normal pada usianya. Beberapa penyebab keterlambatan pertumbuhan termasuk kekurangan gizi, infeksi, atau masalah kesehatan lainnya yang menghambat pertumbuhan anak. Perkembangan fisik dan mental anak dapat dipengaruhi oleh keterlambatan pertumbuhan, yang juga meningkatkan risiko penyakit jangka panjang di masa depan. Oleh karena itu, sangat penting untuk mencegah keterlambatan pertumbuhan anak sejak dini agar mereka dapat berkembang dan tumbuh dengan baik (El Fajri et al., 2023).



Gambar 1. Pemaparan materi edukasi Stunting kepada ibu-ibu Desa Tapak Kuda

Pada dasarnya, penyuluhan adalah langkah pertama menuju transformasi masyarakat ke arah yang lebih baik dan ideal. Salah satu cara untuk mencegah stunting adalah dengan mengadakan penyuluhan tentang masalah stunting. Ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Kemenkes RI (2018) bahwa pendidikan ibu dapat meningkatkan kesehatan dan gizi keluarga. Dilaksanakan pada tanggal 6 Agustus 2024 di Desa Tapak Kuda, Kecamatan Tanjung Pura, Kabupaten Langkat dalam upaya membantu pemerintah memerangi stunting. Salah satu cara untuk menstransfer pengetahuan adalah ceramah, yang menampilkan materi melalui media PowerPoint yang dibagikan melalui infokus.

Materi yang dibahas lebih lanjut meliputi pemahaman tentang stunting, dampak kurang gizi pada awal kehidupan terhadap kualitas sumber daya manusia, dampak faktor-faktor yang mempengaruhi stunting, penyebab stunting, dan tindakan yang harus diambil untuk mencegah stunting. Dijelaskan juga periode emas, yaitu 1000 hari pertama kehidupan bayi yang terjadi jika bayi tidak mendapatkan gizi yang cukup selama periode emas. Dibahas juga berbagai kegiatan yang dilakukan oleh gerakan masyarakat hidup sehat. Sesi tanya jawab dimulai setelah narasumber memberikan materi, peserta penyuluhan stunting mengajukan pertanyaan. Selanjutnya, sesi penyuluhan stunting diakhiri dengan tanya jawab (Efriyeldi et al., 2023).



Gambar 2. Pemberian Bubur Kacang Hijau, Telur dan Susu Kepada Peserta Posyandu

Anak-anak dan ibu yang melakukan posyandu setiap bulan diberikan nutrisi tambahan oleh pemerintah Desa Tapak Kuda berupa bubur kacang hijau, telur, dan susu. Disamping memberikan penyuluhan, mahasiswa KKN Universitas Islam Negeri Sumatera Utara juga memberi anak-anak Desa Tapak Kuda bubur kacang hijau untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan otak mereka. Untuk kesehatan ibu, perkembangan janin, dan pencegahan stunting, sangat penting untuk mendapatkan nutrisi yang baik selama kehamilan. Telur rebus mengandung protein berkualitas tinggi, vitamin B12, kolina, zat besi, dan selenium yang mendukung perkembangan sel, otak, dan sistem saraf janin serta menjaga kekebalan ibu. Namun, bubur kacang hijau mengandung protein nabati, serat, vitamin B kompleks, dan mineral seperti kalium, magnesium, dan fosfor, yang membantu pencernaan, metabolisme energi, dan pertumbuhan tulang (Usman et al., 2023). Menggabungkan bubur kacang hijau dan telur rebus dalam diet ibu hamil memastikan asupan nutrisi penting yang mendukung pertumbuhan janin yang sehat dan mencegah stunting.



Gambar 3. Pelaksanaan Penyuluhan Stunting Didampingi oleh Bidan desa Tapak Kuda Kecamatan Tanjung Pura.

Tujuan dari penyuluhan stunting ini adalah untuk memberi tahu ibu hamil tentang pentingnya menjaga kesehatan sejak dini dan memastikan asupan makanan yang sehat selama kehamilan dan anak-anak mereka, serta untuk mencegah stunting, khususnya di desa Tapak Kuda. Beberapa hal yang disampaikan oleh narasumber tentang penyuluhan pencegahan stunting termasuk pentingnya menjaga kesehatan sejak awal kehamilan dan perkembangan sejak awal kehamilan, khususnya pada 1000. Beberapa faktor menyebabkan stunting, termasuk kurangnya akses terhadap makanan bergizi, air bersih, dan sanitasi. ASI eksklusif juga tidak diberikan pada anak usia 0-6 bulan (Hitman et al., 2021).



Gambar 4. Foto bersama kader posyandu dan Mahasiswa KKN 183 Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Mahasiswa KKN Universitas Islam Negeri Sumatera Utara melakukan program penyuluhan pencegahan dan penurunan stunting di Desa Tapak Kuda. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil tentang stunting. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang pentingnya gizi dan kesehatan selama kehamilan serta efek stunting pada perkembangan anak. Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil di desa tersebut mulai memahami pentingnya asupan gizi yang cukup dan stunting. Peserta menjadi lebih sadar akan pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seperti protein, vitamin, dan mineral melalui sesi penyuluhan, yang mencakup ceramah, diskusi interaktif, dan demonstrasi praktik gizi yang baik. Selain itu, informasi tentang pemeriksaan kesehatan rutin dan kebiasaan hidup sehat juga diberikan kepada ibu hamil untuk membantu mereka mencegah stunting dan mendukung kesehatan janin mereka. Hasil dari program penyuluhan ini menunjukkan bahwa memberikan penyuluhan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang stunting adalah pilihan yang tepat. Mereka yang berpartisipasi aktif dalam kegiatan menunjukkan keinginan untuk menerapkan pengetahuan yang mereka peroleh dalam kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN

Dalam jurnal ini, mahasiswa KKN UIN Sumatera Utara melakukan penyuluhan pencegahan stunting di Desa Tapak Kuda. Melalui ceramah dan diskusi interaktif, program ini telah meningkatkan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya gizi seimbang selama kehamilan dan efek stunting pada

perkembangan anak. Ibu hamil di Desa Tapak Kuda juga menjadi lebih sadar akan pentingnya melakukan pemeriksaan kesehatan rutin, mengonsumsi makanan bergizi, dan mengikuti kebiasaan hidup sehat. Mereka yang berpartisipasi aktif dalam kegiatan menunjukkan keinginan mereka untuk menerapkan pengetahuan yang mereka pelajari dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, program ini menekankan betapa pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dalam mencegah stunting dan seberapa penting akses eksklusif ke ASI dan sanitasi serta makanan bergizi. Secara keseluruhan, program sosialisasi pencegahan stunting ini adalah tindakan yang tepat untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang stunting dan mendorong perubahan pola hidup menuju pola hidup sehat yang akan membantu anak-anak tumbuh dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada perangkat Desa Tapak Kuda yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk mengadakan acara dan program ini. Terimakasih pula kepada pihak posyandu yang telah bersedia untuk bekerja sama dengan mahasiswa KKN UINSU di acara “Penyuluhan pencegahan stunting pada ibu hamil program mahasiswa KKN 182 Universitas Islam Negeri Sumatera Utara di Desa Tapak Kuda”. Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan KKN 182 Desa Tapak Kuda yang telah memberikan bantuan mereka dalam menjalankan acara ini. Kami mengucapkan terima kasih kepada Ibu Reni Agustina Harahap, SST, M. Kes, sebagai dosen pembimbing KKN kami. Kami sangat berterima kasih atas bimbingan, arahan, dan dukungan yang Ibu berikan selama kegiatan KKN ini. Ibu selalu dengan sabar membantu kami menghadapi masalah di lapangan dan mendorong kami untuk terus melakukan yang terbaik untuk masyarakat. Semoga ilmu dan pengalaman yang kami peroleh dari KKN ini, berkat bimbingan Ibu yang tak ternilai, dapat bermanfaat bagi kami.

DAFTAR PUSTAKA

- Efriyeldi, E., Hsb, S. M. P., Destriana, D., Amri, F. P., Widyaningsih, H., Elvia, I. V., ... & Sidqi, N. (2023). Gerakan Pencegahan Stunting Kukerta UNRI Melalui Edukasi Pada Masyarakat Di Kampung Sungai Kayu Ara Kabupaten Siak. *NUSANTARA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(4), 152-159. <https://doi.org/10.55606/nusantara.v3i4.1944>
- El Fajri, N., Ghatri, D., Marbun, P. M., Nasution, K. R., Lestari, P. A., Resaldy, A., ... & Ramadhani, A. (2023). EDUKASI PENCEGAHAN STUNTING MELALUI PEMBERIAN MAKANAN BERGIZI PROGRAM MAHASISWA KKN UNIVERSITAS RIAU. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 7307-7311. <https://doi.org/10.31004/cdj.v4i4.18480>
- Hitman, R. (2021). Penyuluhan pencegahan stunting pada anak. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 624-628. <https://doi.org/10.31004/cdj.v2i3.2489>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lestari, T. R. (2023). Stunting Di Indonesia: Akar Masalah dan Solusinya. *Info Singkat Kajian Singkat Terhadap Isu Aktual dan Strategis*, 15(14), 21-25. https://berkas.dpr.go.id/pusaka/files/info_singkat/Info_Singkat-XV-14-II-P3DI-Juli-2023-196.pdf
- Nurhidayah, S., Basri, H., Ridwan, R., Putriani, P., Widyowati, D. D., & Khoiriyah, U. (2023). Penyuluhan Perubahan Pemahaman Dalam Pencegahan Dan Penurunan Stunting Di Kecamatan Batujaya Karawang. *Devosi*, 4(1), 70-80. <https://doi.org/10.33558/devosi.v4i1.6916>
- Riwayati, S., Lestari, T., Ariani, N. M., Masri, M., Kashardi, K., Ramadanti, W., & Syofiana, M. (2022). Strategi Gerakan Cegah Stunting Menggunakan Metode Penyuluhan Di Desa Lubuk Belimbing 1 Bengkulu. *JE (Journal of Empowerment)*, 3(1), 46-55. <https://doi.org/10.35194/je.v3i1.2095>
- Usman, E. M., Wirdah, F. N., Salsabila, S., & Rafsanjani, R. Z. Z. (2021). Strategi Penanggulangan Stunting Pada Balita Dan Pemberian Makanan Tambahan Bergizi Di Desa Kertaharja. *Proceedings UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1(7), 132-143. <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/Proceedings>