

MINI LOKAKARYA : PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG GIZI CALON IBU, IBU HAMIL, IBU MENYUSUI DAN BALITA DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI KECAMATAN SALO

Erlinawati¹, Milda Hastuty², Apriza³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
e-mail: erlinawatilubis4@gmail.com

Abstrak

Salah satu gangguan kesehatan yang berdampak pada bayi yaitu stunting atau tubuh pendek akibat kurang gizi kronik. Stunting dapat terjadi sebagai akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Salah satu cara mencegah stunting adalah pemenuhan gizi dan pelayanan kesehatan kepada calon ibu dan ibu hamil. Berdasarkan permasalahan pengabdian melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat pada program mini lokakarya di Kecamatan Salo Kabupaten Kampar, kegiatan yang dilakukan yakni memberikan pendidikan kesehatan kepada calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita dan perangkat Desa. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat (PkM) dilaksanakan melalui metode ceramah diskusi dan metode demonstrasi/latihan, lokasi pengabdian masyarakat di Kantor Camat Kecamatan Salo Kabupaten Kampar. Sasaran adalah calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita dan perangkat Desa sumber data ; BKKBN Kecamatan Salo. Pelatihan ini diikuti oleh 10 calon ibu, 10 ibu hamil, 10 ibu menyusui dan 15 Perangkat Desa, total sasaran kegiatan adalah 45 orang. Pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan senam hamil mayoritas (87,5 %) memiliki pengetahuan rendah, sedangkan sesudah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (88,9 %) pada kategori berpengetahuan tinggi. Pengetahuan perangkat desa sebelum diberikan pelatihan program pencegahan stunting mayoritas (80%) rendah, sedangkan sesudah diberikan pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (80%) pada kategori pengetahuan tinggi.

Kata kunci: Mini Lokakarya, Penyuluhan Kesehatan, Pencegahan Stunting

Abstract

One of the health problems that affect babies is stunting or short stature due to chronic malnutrition. Stunting can occur as a result of malnutrition, especially during the First 1000 Days of Life (HPK). One way to prevent stunting is to fulfill nutrition and health services to prospective mothers and pregnant women. Based on the problem of servants carrying out community service activities in the mini workshop program in Salo District, Kampar Regency, the activities carried out were providing health education to prospective mothers, pregnant women, breastfeeding mothers, toddlers and village officials. The method of implementing community service (PkM) is carried out through the discussion lecture method and demonstration/exercise method, the location of community service is at the District Office of Salo District, Kampar Regency. Targets are prospective mothers, pregnant women, breastfeeding mothers, toddlers and village officials as data sources; BKKBN Salo District. This training was attended by 10 prospective mothers, 10 pregnant women, 10 breastfeeding mothers and 15 village officials, with a total target of 45 people. Knowledge of pregnant women before being given counseling on pregnancy exercise the majority (87.5%) had low knowledge, while after being given counseling there was an increase in knowledge, where the majority (88.9%) were in the category of high knowledge. The knowledge of village officials before being given stunting prevention program training was mostly low (80%), while after being given training there was an increase in knowledge, where the majority (80%) were in the high knowledge category

Keywords: Mini Workshop, Health Counseling, Stunting Prevention

PENDAHULUAN

Saat ini Indonesia dihadapkan pada Beban Gizi Ganda atau sering disebut *Double Burden*, yang artinya pada saat kita masih terus bekerja keras mengatasi masalah Kekurangan Gizi seperti kurus, stunting, dan anemia, namun pada saat yang sama juga harus menghadapi masalah kelebihan gizi atau obesitas. Salah satu gangguan kesehatan yang berdampak pada bayi yaitu stunting atau

tubuh pendek akibat kurang gizi kronik. Stunting dapat terjadi sebagai akibat kekurangan gizi terutama pada saat 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Salah satu cara mencegah stunting adalah pemenuhan gizi dan pelayanan kesehatan kepada calon ibu dan ibu hamil. Upaya ini sangat diperlukan, mengingat stunting akan berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan anak dan status kesehatan pada saat dewasa. Akibat kekurangan gizi pada 1000 HPK bersifat permanen dan sulit diperbaiki (Kementerian Kesehatan, 2018).

Data Riskesdas (2018) menunjukkan bahwa temuan kasus stunting dimulai pada tahun 2007 menunjukkan angka relatif tetap sekitar 36,8% dan pada tahun 2013 mencapai 37,2%. Selanjutnya, mulai menurun 6,4% menjadi 30,8% pada tahun 2018. Meskipun angka kejadian stunting di tahun 2018 menurun, namun masih jauh dari target *World Health Organization* (WHO), yaitu 20% (WHO & UNICEF, 2018) (Wuringsih *et al.*, 2021). Kabupaten Kampar adalah salah satu kabupaten di Provinsi Riau yang memiliki 10 Desa lokus stunting pada tahun 2019, dengan prevalensi 32,05% balita stunting. Kemudian tahun 2020 sebanyak 14 desa, tahun 2021 sebanyak 16 Desa serta tahun 2022 sebanyak 20 lokus atau Desa (Diskominfo, 2022).

Tiga dari 10 balita di Indonesia mengalami stunting atau memiliki tinggi badan lebih rendah dari standar usianya. Tak hanya bertubuh pendek, efek domino pada balita yang mengalami stunting lebih kompleks (Kementerian Kesehatan, 2018). Stunting yang terjadi pada anak usia dini dapat meningkatkan berdampak pada: kematian bayi dan anak, mudah terkena sakit, memiliki postur tubuh tidak maksimal saat dewasa, dan tidak memiliki kemampuan kognitif, intelektual yang memadai, terhambatnya kemampuan motorik, produktivitas rendah sehingga tidak saja mengakibatkan kerugian bagi individu terkait dengan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa mendatang, maupun rentan obesitas, serta kerugian sosial ekonomi jangka panjang bagi negara (Kementerian Kesehatan, 2021).

Berdasarkan permasalahan tersebut pengabdian merasa perlu melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat pada program mini lokakarya di Kecamatan Salo Kabupaten Kampar, adapun kegiatan yang dilakukan pengabdian yakni memberikan pendidikan kesehatan kepada sasaran kelompok yang berisiko stunting yaitu pada calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita dan perangkat Desa Kecamatan Salo Kabupaten Kampar.

Sejalan dengan hasil penelitian oleh Lusita *et al*, dimana tingkat pengetahuan gizi ibu balita stunting di pedesaan lebih rendah dibandingkan dengan ibu balita di perkotaan. Masyarakat di perkotaan memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan lebih terbuka terhadap akses informasi melalui berbagai media, sementara masyarakat di pedesaan memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah dan minim terhadap akses informasi melalui berbagai media (Lusita, Suyatno dan Rahfiludin, 2017). Perangkat Desa merupakan tokoh masyarakat yang dapat membuat kebijakan terkait pencegahan stunting, dalam hal ini Camat dan Kepala Desa sebagai pimpinan di tingkat Desa dapat berupaya mencegah kasus stunting melalui program kesehatan, namun berdasarkan hasil survei pendahuluan masih banyak perangkat Desa yang belum memiliki pengetahuan tentang pencegahan stunting. Hal inilah yang menjadi salah satu penyebab masih tingginya kasus stunting di 20 Desa lokus stunting Kabupaten Kampar, oleh karena itu diperlukannya peningkatan pengetahuan pada calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita dan perangkat Desa melalui pendidikan Kesehatan.

METODE

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat (PkM) dilaksanakan melalui metode ceramah diskusi dan metode demonstrasi/latihan, lokasi pengabdian masyarakat di Kantor Camat Kecamatan Salo Kabupaten Kampar. Sasaran adalah calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui, balita dan perangkat Desa sumber data ; BKKBN Kecamatan Salo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilakukan di Kantor Camat Salo, Kecamatan Salo Kabupaten Kampar, pada bulan Juni Tahun 2022. Pelatihan ini diikuti oleh 10 calon ibu, 10 ibu hamil, 10 ibu menyusui dan 15 Perangkat Desa, total sasaran kegiatan adalah 45 orang.

Tabel 1. Pengetahuan calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui dan perangkat desa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan pencegahan stunting

No	Kategori	Sebelum		Sesudah		Total	
		n	%	n	%	n	%
1	Rendah	35	87,5	10	12,5	45	100
2	Tinggi	5	11,1	40	88,9	45	100

Berdasarkan Tabel 6.1 dapat dilihat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan senam hamil mayoritas (87,5 %) memiliki pengetahuan rendah, sedangkan sesudah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (88,9 %) pada kategori berpengetahuan tinggi.

Tabel 2. Pengetahuan perangkat desa tentang program pencegahan stunting

No	Kategori	Sebelum		Sesudah		Total	
		n	%	n	%	n	%
1	Rendah	12	80	3	20	15	100
2	Tinggi	3	20	12	80	15	100

Berdasarkan Tabel 6.2 dapat dilihat tingkat pengetahuan perangkat desa sebelum diberikan pelatihan program pencegahan stunting mayoritas (80%) rendah, sedangkan sesudah diberikan pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (80%) pada kategori pengetahuan tinggi.

PEMBAHASAN

A. Pengetahuan calon ibu, ibu hamil, ibu menyusui dan perangkat desa

Berdasarkan Tabel 6.1 dapat dilihat pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan senam hamil mayoritas (87,5 %) memiliki pengetahuan rendah, sedangkan sesudah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (88,9 %) pada kategori berpengetahuan tinggi. Sejalan dengan hasil penelitian oleh Lusita et al, dimana tingkat pengetahuan gizi ibu balita stunting di pedesaan lebih rendah dibandingkan dengan ibu balita di perkotaan. Masyarakat di perkotaan memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan lebih terbuka terhadap akses informasi melalui berbagai media, sementara masyarakat di pedesaan memiliki tingkat pendidikan yang lebih rendah dan minim terhadap akses informasi melalui berbagai media (Lusita, Suyatno dan Rahfiludin, 2017). Perangkat Desa merupakan tokoh masyarakat yang dapat membuat kebijakan terkait pencegahan stunting, dalam hal ini Camat dan Kepala Desa sebagai pimpinan di tingkat Desa dapat berupaya mencegah kasus stunting melalui program kesehatan, namun masih banyak perangkat Desa yang belum memiliki pengetahuan tentang pencegahan stunting. Hal inilah yang menjadi salah satu penyebab masih tingginya kasus stunting di 20 Desa lokus stunting Kabupaten Kampar.

Penyuluhan atau edukasi berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan dan upaya pencegahan stunting yang dilakukan orang tua, pendidikan ibu merupakan faktor yang berpengaruh terhadap risiko terjadinya stunting (Afiah dan Hendriana, 2022). Oleh sebab itu, sebagai tindak lanjut dari pelatihan yang telah dilaksanakan, perangkat Desa ditugaskan untuk melaksanakan gerakan bersama upaya pencegahan stunting dengan melakukan penyuluhan kepada masyarakat. Sasaran prioritas penyuluhan adalah calon ibu atau remaja putri, ibu hamil, ibu menyusui dan ibu balita. Adapun materi penyuluhan yang disampaikan kepada sasaran lebih berfokus kepada optimalisasi proses pangasuhan 1000 HPK yaitu 270 hari selama masa kehamilan dan 730 hari pada kehidupan pertama bayi.

Periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan simpul kritis sebagai awal terjadinya stunting yang selanjutnya akan memberikan dampak jangka panjang hingga akan berulang dalam siklus kehidupan. Stunting pada anak menjadimenjadi permasalahan karena berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan dan kematian, gangguan pada perkembangan otak, gangguan terhadap perkembangan motorik dan terhambatnya

pertumbuhan mental anak. Pertumbuhan tidak optimal dalam masa janin dan atau selama periode 1000 HPK memiliki dampak jangka panjang. Bila faktor eksternal (setelah lahir) tidak mendukung, pertumbuhan stunting dapat menjadi permanen sebagai remaja pendek. Hasil-hasil penelitian menunjukkan bahwa mereka yang memiliki ukuran lebih kecil atau stunting ketika lahir, secara biologis memiliki ukuran tinggi yang berbeda dari mereka yang lahir dengan ukuran lebih besar (Rahayu *et al.*, 2018).

Masalah pertumbuhan stunting sering tidak disadari oleh masyarakat karena tidak adanya indikasi 'instan' seperti penyakit. Efek kejadian stunting pada anak dapat menjadi predisposing terjadinya masalah-masalah kesehatan lain hingga nanti anak dewasa. Oleh karena itu, penanggulangan masalah stunting harus dimulai jauh sebelum seorang anak dilahirkan (periode 100 HPK) dan bahkan sejak ibu remaja untuk dapat memutus rantai stunting dalam siklus kehidupan (Aryastami dan Tarigan, 2017).

Dari hasil pengabdian pendidikan sasaran banyak pada jenjang SD, SMP dan SMA sedikit yang berpendidikan tinggi, sesuai dengan teori bahwa tingkat pendidikan orang tua sangat mempengaruhi pertumbuhan anak balita. tingkat pendidikan akan mempengaruhi konsumsi pangan melalui cara pemilihan bahan pangan. Orang yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi akan cenderung memilih bahan makanan yang lebih baik dalam kualitas maupun kuantitas. Semakin tinggi Pendidikan orang tua maka semakin baik juga status gizi anaknya. Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu sangat mempengaruhi tingkat kemampuan ibu dalam mengelola sumber daya keluarga, untuk mendapatkan kecukupan bahan makanan yang dibutuhkan serta sejauh mana sarana pelayanan Kesehatan dan sanitasi lingkungan yang tersedia, dimanfaatkan dengan sebaik-baiknya untuk kesehatan keluarga (Rahayu *et al.*, 2018).

B. Pengetahuan perangkat desa tentang program pencegahan stunting

Keberadaan tokoh dalam pembangunan masyarakat desa sangat dibutuhkan. Tokoh merupakan salah satu pemimpin yang ada di lingkungan masyarakat. Seorang pemimpin merupakan pribadi yang memiliki kemampuan dalam mempengaruhi orang lain untuk bersama-sama melakukan kegiatan tertentu atau mencapai suatu tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya (Kusnadi dan Iskandar, 2017). Pada program pengabdian masyarakat ini, perangkat desa mengadvokasi tokoh masyarakat, kader desa agar bersedia terlibat dalam memberikan penyuluhan dan motivasi kepada masyarakat berkaitan dengan upaya-upaya pencegahan stunting. Pengabdian menjelaskan apa-apa saja program pencegahan stunting sesuai dengan program Pemerintah melalui Perpres Nomor 42 Tahun 2013, tentang Gerakan Nasional (Gernas) percepatan perbaikan gizi yang merupakan upaya bersama antara pemerintah dan masyarakat melalui penggalangan partisipasi dan kepedulian pemangku kepentingan secara terencana dan terkoordinasi untuk percepatan perbaikan gizi masyarakat dengan prioritas pada Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Melalui penetapan strategi utama Gernas Percepatan Perbaikan Gizi yaitu: a) Menjadikan perbaikan gizi sebagai arus utama pembangunan sumber daya manusia, sosial budaya, dan perekonomian b) Peningkatan kapasitas dan kompetensi sumber daya manusia di semua sektor baik, pemerintah maupun swasta, c) Peningkatan intervensi berbasis bukti yang efektif pada berbagai tatanan yang ada di masyarakat, d) Peningkatan partisipasi masyarakat untuk penerapan norma-norma sosial yang mendukung perilaku sadar gizi (Kementrian Kesehatan, 2018).

Hasil pengabdian menunjukkan tingkat pengetahuan perangkat desa sebelum diberikan pelatihan program pencegahan stunting mayoritas (80%) rendah, sedangkan sesudah diberikan pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (80%) pada kategori pengetahuan tinggi. Dalam hal ini setelah perangkat desa memahami program pencegahan stunting, maka perangkat desa bersama tokoh masyarakat dan kader berupaya memberikan edukasi pada ibu hamil, ibu menyusui dan yang memiliki balita. Peranan edukasi gizi pada ibu hamil ibu menyusui dan ibu yang memiliki balita sangat penting. Edukasi gizi merupakan bagian kegiatan pendidikan kesehatan, didefinisikan sebagai upaya terencana untuk mengubah perilaku individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam bidang kesehatan. Academic Nutrition and Dietetics (AND) mendefinisikan edukasi gizi sebagai suatu proses yang formal untuk melatih kemampuan klien atau meningkatkan pengetahuan klien dalam memilih makanan, aktifitas fisik, dan perilaku yang berkaitan dengan pemeliharaan atau perbaikan kesehatan. Edukasi gizi

mampu meningkatkan pengetahuan dan feeding practice ibu meskipun pertumbuhan anak tidak meningkat secara langsung. Edukasi gizi kepada ibu dan para pengasuh balita menjadi salah satu rekomendasi Unicef Indonesia untuk mengentaskan masalah stunting di Indonesia. Edukasi gizi dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok (Rahayu *et al.*, 2018).

SIMPULAN

Pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan penyuluhan senam hamil mayoritas (87,5 %) memiliki pengetahuan rendah, sedangkan sesudah diberikan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (88,9 %) pada kategori berpengetahuan tinggi. Pengetahuan perangkat desa sebelum diberikan pelatihan program pencegahan stunting mayoritas (80%) rendah, sedangkan sesudah diberikan pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan, dimana mayoritas (80%) pada kategori pengetahuan tinggi.

SARAN

Kepada ibu hamil, ibu menyusui dan ibu balita agar dapat menerapkan pola hidup sehat terutama mengonsumsi gizi seimbang agar balita tidak mengalami stunting. Kepada perangkat desa agar dapat menerapkan program pencegahan stunting kepada masyarakat bersama tokoh masyarakat dan kader untuk mencegah kejadian stunting pada balita

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada BKKBN Kecamatan Salo dan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai yang telah memberi dukungan *financial* terhadap pengabdian ini. Penulis juga berterimakasih kepada mahasiswi program studi S1 kebidanan Aulia Riska Putri dan Bela Gustia Roza yang telah membantu pengabdian dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiah, Y.N. and Hendriana, A.N. (2022) 'Program "Gebrak Stunting" sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sukasenang Kecamatan Sindangkasih', *Jurnal Kependudukan, Keluarga dan Sumber Daya Manusia*, 3(1), pp. 1–13. doi:10.37269/pancanaka.v3i1.106.
- Aryastami and Tarigan (2017) *Pertumbuhan Usia Dini Menentukan Pertumbuhan Usia Pra-Pubertas (Studi Longitudinal IFLS 1993-1997-2000)*. Jakarta.
- Diskominfo (2022) *Komit Tekan Angka Stunting, Pemda Kampar Anggarkan Rp 65 Miliar*. Kabupaten Kampar.
- Kemnterian Kesehatan RI (2018) *Cegah Stunting Itu Penting, Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta. Available at: <https://www.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/buletin/Buletin-Stunting-2018.pdf>.
- Kesehatan, K. (2021) *POB (Pencegahan Stunting Melalui PAMSIMAS)*. Jakarta.
- Kusnadi, E. and Iskandar, D. (2017) 'Peranan Tokoh Masyarakat dalam Membangun Partisipasi Kewargaan Pemuda Karang Taruna', *Prosiding Konferensi Nasional Kewarganegaraan III*, p. 358–363.
- Lusita, A.P., Suyatno and Rahfiludin, M.Z. (2017) 'Perbedaan karakteristik balita stunting di pedesaan dan perkotaan tahun 2017', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(4), pp. 600–612.
- Rahayu, A. *et al.* (2018) *Study Guide - Stunting dan Upaya Pencegahannya (Bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat)*. Edited by Hadianor. Yogyakarta: CV Mine.
- Wuringsih, A.Y. *et al.* (2021) 'Optimalisasi Pencegahan Stunting Melalui Kelompok Pendamping Siaga Risiko Stunting (KP-Skorng) berbasis Self Help Group', *Jurnal of Community Engagemnt in Health*, 4(1), pp. 58–65.
- Notoatmodjo, S. (2015). 'Pendidikan dan Perilaku Kesehatan'. Jakarta: Rineka Cipta.