

Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil dengan Pemberian Penyuluhan di Desa Duwet Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fahmi Fahardianto¹, Herlina Eka Hapsari², Salsabila Nur Inayatul Faizah³, Vera Rismawati Yuniarsih⁴, Vinda Nuri Fadhila⁵, Annida 'Alimatush Sholihah⁶, Ulfa Adiningtyas Fitriani⁷, Clara Florencia⁸, Icha Rebeca Tias Belinda⁹, Talitha Miftah Raharjati¹⁰, Zahra Putri Hesya¹¹, Hainun Azzahro Imam Putri¹², Pramudya Kurnia¹³, Ekan Faozi¹⁴

¹Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Ilmu Gizi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: pramudyakurnia19@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Stunting, balita, pengetahuan, kehamilan

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang diakibatkan kekurangan zat gizi kronis sehingga tumbuh anak terlalu pendek dari usianya. Secara global, stunting yang dialami anak di bawah usia 5 tahun sekitar 22%. Sementara di Desa Duwet, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo terdapat beberapa anak balita yang mengalami stunting per Juni 2022. Tujuan dari penyuluhan ini, yaitu untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan dalam penerapan kesehatan dan gizi pada keluarganya, sehingga anak yang lahir akan dalam keadaan status gizi yang baik dan terhindar dari stunting. Metode dimulai dengan penyuluhan dan tanya jawab interaktif dengan subjek ibu hamil. Kegiatan dimulai dengan pemberian pertanyaan sebelum penyuluhan (pre test), selanjutnya dilanjutkan dengan penyuluhan mengenai stunting, tanya jawab dan diakhiri dengan pemberian pertanyaan setelah penyuluhan (post test) pada ibu hamil. Hasil yang diperoleh dari pre test dan post test yaitu terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu hamil terkait pencegahan stunting pada balita. Selain itu, ibu hamil juga dapat mengetahui zat gizi apa saja yang harus dipenuhi selama masa kehamilan.

Stunting is a condition of failure to thrive in children under five due to chronic nutritional deficiencies so that children grow too short of their age. Globally, stunting experienced by children under the age of 5 years is around 22%. Meanwhile, in Duwet Village, Baki District, Sukoharjo Regency, there are several children under five who experience stunting conditions as of June 2022, as many as 4 children. The purpose of this counseling is to increase knowledge and ability in the application of health and nutrition to their families, so that children born will be in a good nutritional status and avoid stunting. The method begins with counseling and interactive question and answer with the subject of pregnant women. The activity begins with giving questions before counseling (pre test), then continues with counseling about stunting, questions and answers and ends with giving questions after counseling (post test) to pregnant women. The results obtained from the pre test and post test are that there is an increase in knowledge of pregnant women regarding the prevention of stunting in toddlers. In addition, pregnant women can also find out what nutrients must be met during pregnancy.

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan ketidakmampuan balita untuk tumbuh kembang dikarenakan kekurangan gizi kronis, terutama dalam 1.000 hari pertama kehidupan (HPK). Pertumbuhan dan perkembangan otak akan terhambat apabila seorang anak mengalami stunting. Selain itu, anak yang mengalami stunting dapat berisiko menderita penyakit kronis lebih tinggi di masa yang akan datang. Stunting yang dialami anak menjadi salah satu hambatan yang signifikan bagi perkembangan manusia (World Health Organization, 2014).

Faktor penyebab terjadinya stunting dibagi menjadi faktor secara langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung, yaitu pemberian kolostrum dan ASI eksklusif, pola konsumsi makan anak, serta penyakit infeksi yang diderita akan berpengaruh terhadap status gizi dan berisiko terkena stunting. Akses dan ketersediaan bahan makanan serta sanitasi dan kesehatan lingkungan merupakan penyebab tidak langsung terjadinya stunting (Rosha et al., 2020).

Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Muhammadiyah Surakarta tahun 2022 di Desa Duwet, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo ini melakukan kegiatan berkaitan dengan kesehatan yang berfokus pada pencegahan stunting sejak dini oleh ibu hamil. Desa Duwet merupakan desa yang terletak di Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo, Provinsi Jawa Tengah. Jumlah keseluruhan penduduk yang berada di Desa Baki sebesar 3.829 jiwa yang terdiri dari 1.934 jiwa penduduk laki – laki dan 1.895 jiwa penduduk perempuan dan jumlah kartu Keluarga (KK) terdiri dari 1.251 jiwa. Selain itu, total Rukun Warga (RW) yang berada di Desa Duwet berjumlah 8 RW dan Rukun Tetangga (RT) berjumlah 21 RT.

Berdasarkan data global, stunting yang dialami anak di bawah usia 5 tahun pada tahun 2020 berjumlah 149,2 juta atau sekitar 22% (World Health Organization, 2021). Menurut Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) pada 2019 angka stunting di Jawa Tengah sebesar 27,68%.

Pada tahun yang sama angka stunting di Kabupaten Sukoharjo sebesar 26,87%, menurut WHO angka tersebut termasuk dalam kategori tinggi dengan ambang batas 20%. Sementara di Desa Duwet, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo juga terdapat beberapa anak balita yang mengalami kondisi stunting per Juni 2022.

Masalah stunting yang terjadi pada balita menggambarkan terjadinya masalah gizi kronis, dipengaruhi oleh kondisi ibu atau calon ibu, masa janin dan masa bayi/balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita (Sunny et al., 2018). Asupan ibu hamil juga merupakan salah satu faktor terjadinya stunting pada balita. asupan gizi pada janin bergantung pada ibu, sehingga kecukupan gizi ibu sangat berpengaruh terhadap kondisi janin yang dikandungnya. Asupan makan yang kurang oleh ibu hamil akan menyebabkan terhambatnya pertumbuhan janin dalam kandungan (Picauly, 2013).

Perbaikan gizi dan kesehatan ibu hamil berkaitan dengan tingkat pendidikan, pengetahuan, serta sikap dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi selama hamil. Apabila pengetahuan yang dimiliki kurang dan praktik tidak tepat dapat menyebabkan terhambatnya peningkatan zat gizi. Pada umumnya, ibu hamil yang berada di Desa Duwet, Kecamatan Baki ini kurang menyadari pentingnya gizi selama kehamilan dan dua pertama kehidupan (Unicef – Indonesia, 2012). Kurangnya kesadaran tersebut akan berdampak pada kurangnya upaya yang dilakukan untuk mencegah stunting. Kondisi ini akan berdampak pada tumbuh kembang anak yang terhambat (Ekayanthi & Pudji, 2019).

Salah satu cara yang digunakan untuk memberikan informasi terkait dengan gizi dan kesehatan pada saat kehamilan yaitu melalui kelas ibu hamil. Materi yang diberikan pada program kelas ibu hamil salah satunya adalah tentang persiapan dan pemenuhan gizi semasa hamil untuk mencegah terjadinya stunting pada anak yang akan dilahirkan. Pemberian pendidikan kesehatan dengan metode penyuluhan mengenai cegah stunting sejak dini pada ibu hamil melalui kelas ibu

hamil ini diharapkan akan berdampak pada peningkatan pengetahuan dan kemampuan dalam penerapan kesehatan dan gizi pada keluarganya, sehingga anak yang lahir akan dalam keadaan status gizi yang baik dan terhindar dari stunting.

2. METODE

Kegiatan ini dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan dan tanya jawab interaktif dengan subjek ibu hamil. Pelaksanaan penyuluhan metode pendidikan kelompok kecil karena peserta kegiatan penyuluhan kurang dari 15 orang dengan cara ceramah dalam pemberian materi. Penyuluhan dilaksanakan di Desa Duwet Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo pada tanggal 25 Juli – 6 Agustus 2022. Populasi dalam penyuluhan ini adalah ibu hamil yang berada di Desa Duwet. Media yang digunakan dalam penyuluhan berupa power point dan leaflet. Ibu hamil yang hadir dalam kegiatan penyuluhan ini berjumlah 8 orang dengan usia kandungan berkisar pada 14 – 35 minggu. Kegiatan dimulai dengan pemberian pertanyaan sebelum penyuluhan (pre test), selanjutnya dilanjutkan dengan penyuluhan mengenai stunting, tanya jawab dan diakhiri dengan pemberian pertanyaan setelah penyuluhan (post test) pada ibu hamil. Pre test dan post test terdiri dari 10 pertanyaan yang sama mengenai stunting. Terdapat 2 pilihan jawaban yaitu benar dan tidak. 10 pertanyaan dengan 7 jawaban benar dan 3 jawaban salah. Penilaian dikategori menjadi 2 yaitu baik jika skor diatas atau sama dengan 80 dan kurang jika kurang 80. Data penelitian akan disajikan dalam bentuk tabel dan grafik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan kelas ibu hamil dimulai dengan memberikan pre test mengenai pengetahuan ibu hamil terhadap stunting. Setelah itu dilakukan penyuluhan mengenai stunting yang membahas mengenai pengertian stunting, penyebab

langsung dan penyebab tidak langsung mengenai stunting, dampak stunting, dan pencegahan stunting pada ibu hamil. Kegiatan selanjutnya peserta ibu hamil diberikan post test untuk mengetahui perubahan tingkat penerahuan ibu hamil terhadap stunting.

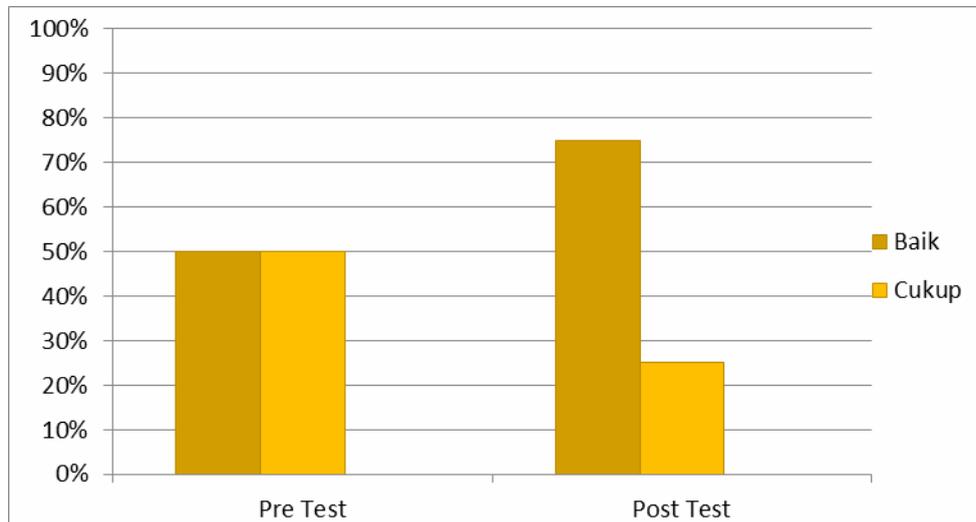
Sebelum penyuluhan dimulai, peserta diberikan kuesioner penyuluhan stunting (pre test) untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta ibu hamil mengenai hal-hal terkait dengan stunting. Setelah itu dilakukan penyuluhan mengenai stunting dan sesi tanya jawab dengan peserta penyuluhan, kemudian diberikan kembali kuesioner (post test) untuk mengetahui sejauh mana perkembangan peserta mengenai pemahaman materi yang diberikan setelah disampaikan materi penyuluhan dengan tema Cegah Stunting Sejak Dini.

Tabel 1. Data Peserta Kelas Ibu Hamil dalam Penyuluhan Stunting

No	Usia (Tahun)	Usia Kehamilan (Minggu)	LILA (cm)	Tekanan Darah
1	37	27	26	110/80
2	26	14	28,5	120/80
3	24	28	30	100/70
4	34	20	28	110/80
5	22	21	20,5	110/70
6	21	14	22	100/70
7	29	31	22,5	100/80
8	31	32	31	110/70

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa usia ibu hamil paling banyak memiliki usia yang tidak berisiko untuk melahirkan anak yang stunting, yaitu 20 – 35 tahun. Usia kehamilan ibu paling banyak memiliki usia kehamilan trimester kedua (14 – 27 minggu). Lingkar lengan atas (LILA) sebagian besar memiliki LILA normal (>23,5 cm) dan sebagian besar ibu hamil yang mengikuti kegiatan penyuluhan stunting memiliki tekanan darah normal.

Grafik 1. Pengetahuan Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah diberi Penyuluhan Stunting



Berdasarkan grafik 1 diperoleh pengetahuan sebelum penyuluhan stunting pada ibu hamil, yaitu pada kategori kurang (50%) dan kategori baik (50%) namun setelah dilakukan penyuluhan stunting pada ibu hamil terjadi peningkatan pengetahuan, yaitu sebagian besar memiliki pengetahuan baik (75%).

Pelaksanaan penyuluhan stunting pada ibu hamil mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu terhadap cara mencegah stunting. Sikap dan perilaku ibu hamil didukung oleh pengetahuan ibu tentang kehamilannya. Seorang ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap terkait gizi kurang akan berpengaruh terhadap status gizinya, karena apabila ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik, maka dapat memilih menu makanan yang seimbang (Olsa, 2017). Status gizi ibu hamil dapat berpengaruh terhadap kesehatan dan perkembangan janin ibu. Kandungan yang mengalami gangguan pertumbuhan dapat menyebabkan bayi lahir dengan berat badan lahir rendah sehingga berisiko untuk mengalami stunting (Ni'mah, 2015).

Pencegahan stunting dapat dicegah dengan kebutuhan zat gizi yang adekuat pada ibu hamil. Masa kehamilan merupakan periode penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia di masa akan datang. Kondisi janin saat di dalam kandungan dapat

ditentukan melalui pertumbuhan, perkembangan, serta kondisi kesehatan anak. Status gizi ibu hamil yang rendah dapat berdampak pada kesehatan ibu dan bayi (MCAI, 2016). Pemenuhan kebutuhan gizi sangat erat kaitannya dengan pengetahuan ibu hamil tentang gizi (Goni, 2013). Hal itu menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan tentang gizi pada ibu hamil sangat penting agar ibu hamil lebih menjaga kondisi tubuhnya pada saat hamil terutama zat gizi yang dikonsumsi untuk mencegah terjadinya stunting pada balita. Selain kebutuhan gizi, ibu hamil juga perlu mengetahui tentang bagaimana persiapan makanan yang baik dan benar agar zat gizi dan kebersihannya tetap terjaga dengan baik. Selain itu, kesehatan ibu hamil dan tumbuh kembang anak dipengaruhi oleh faktor sanitasi dan kebersihan lingkungannya/ sanitasi yang rendah dan kebiasaan dalam menyiapkan makanan yang kurang tepat menyebabkan asupan gizi berkurang (Ekayanthi & Pudji, 2019).

Masalah stunting yang terjadi di masyarakat perlu mendapat perhatian yang serius. Masih banyak masyarakat yang belum sadar akan anak yang pendek itu merupakan suatu masalah kesehatan, karena pada umumnya anak yang memiliki tubuh pendek terlihat sebagai anak – anak yang menjalankan aktivitasnya dengan keadaan normal. Anak

yang memiliki tubuh pendek berbeda dengan anak yang kurang gizi, karena anak yang pendek dapat berakibat pada produktivitasnya di masa yang akan datang. Gangguan pertumbuhan fisik pada anak stunting masih dapat diperbaiki di kemudian hari dengan pemberian asupan gizi yang cukup, akan tetapi pada perkembangan kecerdasannya akan tetap mengalami hambatan.

Stunting dapat dicegah sejak dini, terutama pada saat lahir yaitu dengan cara ibu hamil perlu mengonsumsi asupan zat gizi makro dan mikro yang cukup, karena status gizi saat lahir mempengaruhi pertumbuhan bayi berikutnya, terutama pada usia 2 tahun pertama kehidupan (Ernawati, 2013). Penanggulangan stunting yang paling efektif dapat dilakukan pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan memutus mata rantainya

sejak di dalam kandungan dengan cara melakukan pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu hamil dengan cara mendapatkan makanan yang bergizi baik dan cukup, mengonsumsi tablet tambah darah (tablet Fe) minimal 90 tablet selama kehamilan dan selalu memantau kesehatannya (MCAI, 2016).

Penanggulangan masalah stunting harus dimulai dari sebelum anak dilahirkan atau anak masih terdapat di dalam kandungan dan bahkan dimulai sejak remaja untuk dapat memutus rantai stunting dalam siklus kehidupan. Oleh karena itu, perlu persiapan terkait kehamilan terutama dalam pemenuhan gizi yang baik dan benar yang dilakukan sejak masa persiapan atau sebelum kehamilan sehingga pencegahan stunting terhadap balita dapat terlaksanakan dengan optimal.



Gambar 1. Kelas Ibu Hamil Bersama Bidan Desa dan Bidan Puskesmas



Gambar 2. Penyuluhan Stunting kepada Ibu Hamil

4. KESIMPULAN

Setelah melakukan kegiatan penyuluhan mengenai stunting kepada ibu hamil di Desa Duwet, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada ibu hamil terkait pencegahan stunting pada balita. Selain itu, ibu hamil juga dapat mengetahui zat gizi apa saja yang harus dipenuhi selama masa kehamilan.

REFERENSI

- Ekayanthi, N. W. D., & Pudji, Suryani. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3): 312-319.
- Ernawati F, Rosmalina Y, Permasari Y. (2013). Pengaruh Asupan Protein Ibu Hamil dan Panjang Badan Bayi Lahir terhadap Kejadian Stunting pada Anak Usia 12 Bulan di Kabupaten Bogor. *Penelitian Gizi dan Makanan*, 36(1). 1-11.
- Goni, Loah, Pangemanan. (2013). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil dengan Status Gizi selama Kehamilan di Puskesmas Bahu Kota Manado. *Ejurnal Keperawatan (e-Kp)*, 1(1).
- Millennium Challenge Account – Indonesia (MCAI). (2016). *Stunting dan Masa Depan Indonesia*. <http://www.mcaindonesia.go.id>. Diunduh tanggal 4 Agustus 2022.
- Ni'mah, K., Nadhiroh, S. R. (2015). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Balita. *Media Gizi Indonesia*, 10(1): 13-19.
- Olsa EA., Sulastrri D., Anas E. (2017). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3): 523-529.
- 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.
- Rosha, B., Susilowati, A., Amaliah, N. and Permasari, Y., 2020. Penyebab Langsung dan Tidak Langsung Stunting di Lima Kelurahan di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor (Study Kualitatif Kohor Tumbuh Kembang Anak Tahun 2019). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(3): 169-182.
- Unicef Indonesia. (2012). *Ringkasan kajian gizi ibu dan anak*. Retrieved from <http://www.unicef.or.id>. Diunduh tanggal 04 Agustus 2022.

World Health Organization, 2015. *Stunting in a Nutshell*. [Online] Available at: <<https://www.who.int/news/item/19-11-2015-stunting-in-a-nutshell>> [Accessed 04 Agustus 2022].

World Health Organization, 2021. *Stunting Prevalence among Children under 5 Years of Age (%)*. [Online] Available at: <<https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/gho-jme-stunting-prevalence>> [Accessed 04 Agustus 2022]