

PENDIDIKAN KESEHATAN PADA IBU HAMIL DALAM PENCEGAHAN STUNTING PADA BALITA

Yeni Utami¹, Yetti Hariningsih², Karina Nur Ramadhanintyas³
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, Jl.Taman Praja No.25 Madiun¹²³
yenisangie@gmail.com

ABTRAK

Stunting merupakan permasalahan terkait gizi yang menjadi perhatian dan isu penting di dunia, termasuk di Indonesia. *Stunting* dapat terjadi sebelum kelahiran disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk menambah pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan *stunting* sehingga dapat menurunkan angka kejadian *stunting* di Desa Kerik. Metode yang digunakan adalah ceramah tanya jawab *pre-test* sebelum dilakukan pendidikan dan *post-test* setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Hasil sebelum dilakukan pendidikan kesehatan tentang pencegahan *stunting* pengetahuan ibu hamil masih kurang yaitu sebanyak 60% tetapi setelah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan tentang *stunting* pengetahuan ibu hamil bertambah yaitu sebanyak 90%.

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan, Ibu hamil, Pencegahan Stunting, Balita

PENDAHULUAN

Stunting merupakan sebuah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, hal ini menyebabkan adanya gangguan di masa yang akan datang yakni mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal. Anak *stunting* mempunyai *Intelligence Quotient* (IQ) lebih rendah dibandingkan rata – rata IQ anak normal (Kemenkes RI, 2018). *Stunting* dapat terjadi sebelum kelahiran disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan (Unicef Indonesia, 2012).

Kejadian *stunting* dapat dicegah salah satunya dengan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil. Kehamilan merupakan periode penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Pertumbuhan, perkembangan serta kesehatan anak sangat ditentukan oleh kondisi janin saat di dalam kandungan. Di Negara berkembang termasuk Indonesia masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama. Rendahnya status gizi ibu hamil selama kehamilan dapat mengakibatkan berbagai dampak tidak baik bagi ibu dan bayi (MCAI, 2016).

Masalah gizi pada dasarnya merupakan refleksi konsumsi zat gizi yang belum mencukupi kebutuhan tubuh. Seseorang akan mempunyai status gizi baik, apabila asupan gizi sesuai dengan kebutuhan tubuhnya. Asupan gizi yang kurang dalam makanan, dapat menyebabkan kekurangan gizi, sebaliknya orang yang asupan gizinya berlebih akan menderita gizi lebih. Jadi status gizi adalah gambaran individu sebagai akibat dari asupan gizi sehari-hari (Harjatmo, dkk, 2017)

Di Indonesia kejadian stunting pada balita masih sangat tinggi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Republik Indonesia tahun 2018 menunjukkan sekitar 30,8% balita mengalami stunting. Angka ini menjadikan stunting di Indonesia sebagai masalah berat karena rekomendasi WHO untuk kejadian stunting pada anak yaitu kurang dari 20%, apabila prevalensi stunting sebesar 30- 39% maka dikategorikan dalam masalah berat.

Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka kejadian stunting di Jawa Timur mencapai 19,9%. Angka tersebut melebihi rata-rata nasional yaitu 19,3%. Provinsi Jawa Timur merupakan salah satu dari 12 provinsi prioritas yang memiliki prevalensi *stunting* tertinggi di Indonesia pada 2022. Berdasarkan studi pendahuluan hasil data sekunder yang didapat dari Desa Kerik tahun 2021 diperoleh 37,3% kasus stunting. Menurut data dari Dinas Kesehatan UPTD Puskesmas Takeran target Nasional tahun 2021 stunting berada pada 21%. Maka dari data diatas dapat disimpulkan bahwa kasus stunting di Desa Kerik masih tinggi dan belum memenuhi target Nasional.

Stunting menjadi permasalahan karena merupakan salah satu penyebab utama angka kesakitan pada balita. Balita yang stunting akan lebih berisiko mengalami penyakit kronis seperti obesitas dan hipertensi jika dibandingkan dengan balita normal. Selain itu, stunting juga akan mengakibatkan perkembangan kognitif balita terganggu. Berbagai dampak stunting tersebut secara tidak langsung akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia Indonesia. Lebih jauh lagi, hal tersebut juga akan mempengaruhi peningkatan angka kemiskinan, kesakitan, dan kematian di Indonesia.

Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat terkait pendidikan kesehatan pada ibu hamil dalam pencegahan stunting pada balita.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat pendidikan kesehatan pada ibu hamil dalam pencegahan *stunting* ini dilakukan dengan metode ceramah dan diskusi. Pendidikan kesehatan

dilakukan di Balai Desa Kerik dengan mengumpulkan seluruh ibu-ibu hamil yang ada di Desa Kerik Kecamatan Takeran Kabupaten Magetan. Sebelum dilakuakn pendidikan kesehatan tentang pencegahan *stunting* dilakukan *pre-test* dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pencegahan *stunting* dilakukan *post-test* untuk mengetahui keberhasilan dari pendidikan kesehatan yang sudah dilakukan. Populasi pengabdian masyarakat adalah seluruh ibu hamil dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 15 Februari 2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Februari 2022 yang diikuti oleh 20 ibu hamil di Desa Kerik Kecamatan Takeran.

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik di Desa Kerik Kecamatan Takeran Tahun 2022

Karakteristik	Keterangan	N	Prosentase
Umur	<20 th dan >35 th	7	35%
	20-35 th	13	65%
Pendidikan	SD,SMP (Rendah)	12	60%
	SMP, PT (Tinggi)	8	40%
Pekerjaan	IRT	5	25%
	Wiraswasta	3	15%
	Swasta	7	35%
	PN	5	25%
Gravida	Primigravida	15	75%
	Multi gravida	5	25%

Sumber : Data Primer, 2022

Pada tabel 1 didapatkan sasaran pengabdian masyarakat paling banyak pada umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 65%, tingkat pendidikan paling banyak pendidikan rendah sebanyak 60%, sebagian besar pekerjaan ibu adalah swasta yaitu 35%, dan ibu yang paling banyak adalah primigravida baru hamil anak pertama yaitu sebanyak 75%.

Tabel 2
Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum Dilakukan Pendidikan Kesehatan Di Desa Kerik Kecamatan Takeran Tahun 2022

Variabel	Karakteristik	N	Prosentase
Pengetahuan	Kurang	12	60 %
	Cukup	3	15 %
	Baik	5	25 %

Sumber : Data Primer, 2022

Pada tabel 2 menunjukkan pengetahuan sebelum dilakukan intervensi pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting sebagian besar masih berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 60%

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Setelah Dilakukan Pendidikan Kesehatan Di Desa Kerik Kecamatan Takeran Tahun 2022

	Karakteristik	N	Prosentase
Pengetahuan	Kurang	0	0 %
	Cukup	2	10 %
	Baik	18	90 %

Sumber : Data Primer, 2022

Pada tabel 3 didapatkan hasil pengetahuan setelah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting sebagian besar sudah berpengetahuan baik yaitu sebesar 90%.

Bertambahnya pengetahuan ibu diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu untuk menerapkan pola makan yang baik, sehingga selama hamil tidak mengalami kekurangan gizi dan dapat mencegah terjadinya stunting pada bayi yang dilahirkan nanti. Ibu yang memiliki pengetahuan kurang akan sangat berpengaruh terhadap status gizinya yang dapat berdampak pada kondisi bayi yang dilahirkannya. Tetapi ibu dengan pengetahuan yang baik akan menyediakan pemilihan menu yang seimbang selama kehamilannya sehingga dapat memenuhi status gizinya dengan baik.

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi kurang dalam kurun waktu yang cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi dalam tubuh (Syari, 2015).

Kejadian *stunting* dapat dicegah salah satunya dengan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu hamil. Kehamilan merupakan periode penting dalam pembentukan kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang. Pertumbuhan, perkembangan serta kesehatan anak sangat ditentukan oleh kondisi janin saat di dalam kandungan. Di Negara berkembang termasuk Indonesia masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama. Rendahnya status gizi ibu hamil selama kehamilan dapat mengakibatkan berbagai dampak tidak baik bagi ibu dan bayi (MCAI, 2016).

Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan *stunting* sangat penting agar ibu hamil lebih memperhatikan kondisinya saat hamil terutama makanan yang dikonsumsi untuk

mencegah kejadian *stunting*. Selain tentang pemenuhan gizi, ibu juga perlu mengetahui tentang bagaimana penyajian makanan dengan benar agar zat gizi dan kebersihannya terjaga dengan baik. Selain itu, faktor sanitasi dan kebersihan lingkungan berpengaruh untuk kesehatan ibu hamil dan tumbuh kembang anak.

KESIMPULAN

Pelaksanaan Pengabdian masyarakat tentang pendidikan kesehatan pada ibu hamil untuk mencegah stunting ini adalah sebagai bentuk upaya dalam menurunkan angka stunting yang ada di Desa Kerik. Pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting sebelum dilakukan intervensi masih kurang yaitu sebesar 60% tetapi setelah dilakukan intervensi pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting pengetahuan ibu bertambah menjadi 90%. Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan *stunting* sangat penting agar ibu hamil lebih memperhatikan kondisinya saat hamil terutama makanan yang dikonsumsi untuk mencegah kejadian *stunting*.

REFERENSI

- Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Jawa Timur 2022. <https://kominfo.jatimprov.go.id/read/umum/arumi-di-masa-pandemi-angka-stunting-di-jatim-mengalami-penurunan>. diakses 20 Agustus 2022
- Hario Megatsari. Gambaran Faktor Penyebab Stunting di Provinsi Jawa Timur 2019. <https://news.unair.ac.id/2021/05/19/gambaran-faktor-penyebab-stunting-di-provinsi-jawa-timur-2019/?lang=id> diakses 20 Agustus 2022
- Harjatmo, Titus Priyo, Holil M.Par'i, dan Sugeng Wiyono.(2017). Penilaian Status Gizi. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan. Kemenkes RI
- Kementerian Kesehatan RI. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018
- Kemenkes RI. (2018). Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 1(6), 1163–1178.
- Kompas 2022. Prevalensi Stunting di Jatim Tinggi, Ini Upaya BKKBN. <https://surabaya.kompas.com/read/2022/03/02/172640078/prevalensi-stunting-di-jatim-tinggi-ini-upaya-bkkbn> diakses 20 Agustus 2022

Millennium Challenge Account – Indonesia (MCAI). (2016). Stunting dan Masa Depan Indonesia.<http://www.mca-indonesia.go.id>.20 Diakses Agustus 2022

Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. (2016). Situasi Balita Pendek. Jakarta : Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Syari M., Serudji J., Mariati U. (2015). Peran Asupan Zat Gizi Makronutrien Ibu Hamil terhadap Berat Badan Lahir Bayi di Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(3), 729-736.

UNICEF. Indonesia Laporan Tahunan. Geneva: UNICEF; 2012

.