

UPAYA PENURUNAN *STUNTING* DENGAN PEMBERIAN EDUKASI KEPADA CALON PENGANTIN DAN IBU HAMIL

Lilik Hanifah^{1*}, Anggie Pradana Putri², Ajeng Novita Sari³

¹Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta

²Program Studi D3 Keperawatan, STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta

³Program Studi Teknologi Laboratorium Medis Politeknik Santo Paulus Surakarta

*Korespondensi: lilikhanifah84@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a global issue as it affects the growth and development of children worldwide and has both short-term and long-term health consequences. Stunting has become a primary target of the WHO in reducing the high burden of malnutrition-related diseases, with a global goal of decreasing stunting by 40% by 2025. Strategies to improve maternal knowledge, attitudes, and practices regarding nutrition and reproductive health consistently contribute to reducing stunting in Indonesia. This community service program was conducted by providing education on stunting prevention through counseling sessions and interactive discussions with participants including prospective brides and pregnant women was attended by 15 persons. The extension evaluation process is carried out using pre-tests and post-tests. Based on the evaluation, there was an increase in knowledge about stunting prevention with a good category of 53%. It is expected that the provided education can enhance the knowledge of prospective brides and pregnant women on stunting prevention, ultimately contributing to a reduction in stunting prevalence in Indonesia.

Keywords: education, prevention, stunting, prospective brides, pregnant women

ABSTRAK

Stunting merupakan permasalahan global karena memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak di seluruh dunia, dan memiliki konsekuensi kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang. Stunting telah menjadi target utama WHO untuk mengurangi tingginya beban penyakit terkait malnutrisi dengan mengurangi stunting sebesar 40% secara global pada tahun 2025. Strategi peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu tentang gizi dan reproduksi kesehatan secara konsisten berkontribusi dalam mengurangi stunting di Indonesia. Pada penelitian ini metode pengabdian masyarakat adalah dengan memberikan edukasi tentang pencegahan stunting dengan cara memberikan penyuluhan dan tanya jawab pada sasaran kegiatan, yaitu calon pengantin dan ibu hamil dengan jumlah 15 orang. Proses evaluasi penyuluhan dilakukan menggunakan pre tes dan post test. Berdasarkan evaluasi diketahui terdapat peningkatan pengetahuan tentang pencegahan stunting dengan kategori baik yaitu 53%, diharapkan edukasi yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan calon pengantin dan ibu hamil tentang pencegahan stunting sehingga dapat menurunkan angka kejadian stunting di Indonesia.

Kata Kunci : edukasi, pencegahan, stunting, calon pengantin, ibu hamil

PENDAHULUAN

WHO telah menetapkan tujuan untuk mengurangi prevalensi pertumbuhan anak terhambat sebesar 40% pada tahun 2025. Untuk mencapai tujuan ini, sangat penting untuk menetapkan kepentingan relatif dari faktor risiko stunting untuk memberikan intervensi yang tepat. Saat ini, sebagian besar intervensi terjadi pada akhir masa bayi dan anak usia dini (Svefors et al., 2019). (WHO) memperkirakan bahwa kekurangan gizi berkontribusi pada hampir setengah dari semua kematian anak-anak berusia < 5 tahun secara global. *Stunting* sering dimulai di dalam rahim dan berlanjut setidaknya selama 2 tahun pertama kehidupan. *Stunting* anak tetap menjadi tantangan terutama di negara berpendapatan rendah dan menengah, di mana anak-anak berisiko lebih tinggi untuk kekurangan gizi (Campos et al., 2021)

Stunting merupakan permasalahan global karena memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak di seluruh dunia, dan memiliki konsekuensi kesehatan jangka pendek maupun jangka panjang. *Stunting* telah menjadi target utama WHO untuk mengurangi tingginya beban penyakit terkait malnutrisi dengan mengurangi *stunting* sebesar 40% secara global pada tahun 2025 (Setiawan et al., 2022). Indonesia telah mengalami penurunan angka prevalensi *stunting*. Angka prevalensi *stunting* saat ini masih jauh dari target 14% yang harus dicapai pada tahun 2024 atau sebanyak 5,33 juta balita yang masih mengalami *stunting* (Teja, 2022). Pemerintah Indonesia menargetkan pengurangan menjadi 14% pada tahun 2024 untuk menghasilkan generasi emas yang produktif pada tahun 2045 (Setiawan et al., 2022).

Angka kejadian *stunting* di Indonesia dipengaruhi oleh karakteristik anak (jenis kelamin; status menyusui; inisiasi menyusui dini; penyakit infeksi terutama diare dan ISPA; dan berat badan lahir); rumah tangga (ukuran dan struktur keluarga, termasuk pendidikan dan pengetahuan ibu tentang gizi dan kesehatan reproduksi, dan karakteristik rumah tangga dan perumahan), dan lingkungan (pelayanan kesehatan dan masyarakat) (Permatasari et al., 2021). Upaya pengentasan kemiskinan, perbaikan gizi ibu untuk mencegah bayi berat lahir rendah, peningkatan akses pelayanan antenatal care yang berkualitas dan tepat waktu serta penguatan kegiatan gizi berbasis masyarakat untuk menggalakkan pemberian ASI eksklusif sampai dengan 6 bulan dan melanjutkan pemberian ASI sampai dengan 24 bulan dengan penambahan makanan pendamping ASI yang berkualitas, akan mempercepat penurunan *stunting* (Nshimiyiryo, Bethany, et al., 2019). Peningkatan pengetahuan, sikap, dan perilaku selama kehamilan penting karena menentukan kualitas hidup ibu dan bayinya pasca persalinan.

Strategi peningkatan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu tentang gizi dan reproduksi kesehatan secara konsisten berkontribusi dalam mengurangi *stunting* di Indonesia (Permatasari et al., 2021). Peran tenaga kesehatan terkait pencegahan *stunting* dalam hal penambahan pengetahuan dan pemenuhan kebutuhan informasi pada keluarga sangat penting (Hanifah & Astuti, 2023). Promosi kesehatan yang efektif dalam pencegahan *stunting* dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Warren et al., 2020). Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi tentang pencegahan *stunting* pada calon pengantin dan ibu hamil dalam upaya penurunan *stunting* di Indonesia.

METODE

Metode pengabdian masyarakat adalah dengan memberikan edukasi tentang pencegahan *stunting*. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan persiapan, yaitu mengajukan perijinan melalui Dinas Kesehatan Kota Surakarta, Kelurahan Mojosongo Jebres Surakarta dan Puskesmas Sibela Surakarta. Setelah melewati perijinan dilanjutkan berkoordinasi dengan kader dan tim pengabdian masyarakat untuk menentukan sasaran kegiatan dan mempersiapkan alat, bahan serta lokasi penyuluhan. Langkah berikutnya adalah pelaksanaan, kegiatan dilaksanakan di Mojosongo RW 27 pada hari Selasa, tanggal 10 Desember 2024 pukul 09.30 dengan memberikan penyuluhan tentang pencegahan *stunting*. Sasaran kegiatan ini adalah calon pengantin dan ibu hamil dengan jumlah yang hadir adalah 15 orang. Kegiatan diakhiri dengan evaluasi melalui *pre test* dan *post test*.

Edukasi dilakukan dengan memberikan penyuluhan dan tanya jawab dengan peserta. Sebelum diberikan penyuluhan peserta diberikan *pre tes* kemudian setelah penyuluhan peserta diberikan *post tes* untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang pencegahan *stunting*. Instrumen tes menggunakan kuesioner dengan jumlah 15 soal yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validitas dengan menggunakan rumus Pearson Product Moment kepada calon pengantin dan ibu hamil di RW 34 sebanyak 10 orang ($n=10$) dan ($r=0,632$) menunjukkan 15 item

pernyataan memiliki nilai r hitung yang berada dalam rentang 0,767-0,936, sehingga dapat disimpulkan bahwa 15 item pernyataan dalam instrumen adalah item yang valid. Uji reliabilitas dilakukan dengan uji Alpha Cronbach. Hasil uji reliabilitas 15 item pernyataan dalam instrumen dari 10 responden adalah 0,896.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 15 orang yang terdiri dari calon pengantin dan ibu hamil, dengan distribusi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Peserta Kegiatan Edukasi Tentang Pencegahan *Stunting*

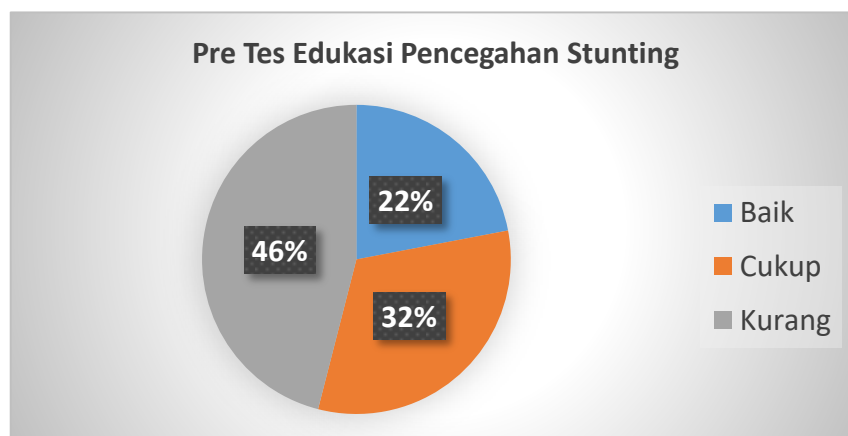
NO	PESERTA	JUMLAH	%
1.	Calon pengantin	3	20
2.	Ibu Hamil	12	80
	Total	15	100

Sumber : Data Primer, 2024

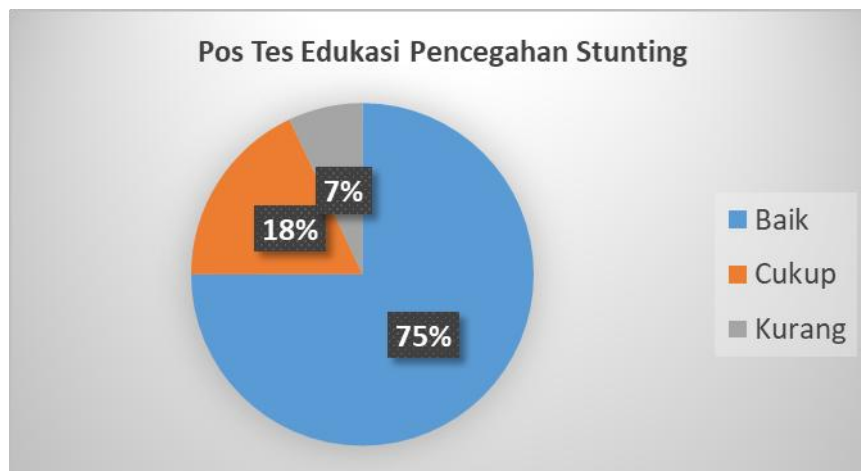
Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa mayoritas peserta penyuluhan adalah ibu hamil. Pertumbuhan dan Perkembangan anak ditentukan oleh 1000 Hari Pertama kelahiran (HPK), oleh karena itu ibu hamil dapat merawat kehamilannya dengan baik dan calon pengantin dapat mempersiapkan kehamilan yang sehat agar tidak terjadi malnutrisi maupun *stunting* pada anak (Svefors et al., 2019). Sebuah studi menunjukkan bahwa intervensi gizi pada masa prakonsepsi meningkatkan panjang badan lahir dan mengurangi *stunting* serta wasting pada bayi baru lahir (Dhaded et al., 2020).

Stunting didefinisikan sebagai tinggi badan rendah untuk usia z-score (HAZ), dimulai sejak prenatal dan berlanjut sampai dengan 2 tahun pertama kehidupan, umumnya bersifat ireversibel (Roediger et al., 2020). *Stunting* dimulai pada 1.000 hari pertama, mulai dari perkembangan awal janin hingga 24 bulan setelah lahir. Nutrisi ibu yang tidak memadai dan perawatan antenatal yang buruk dapat secara langsung dan tidak langsung mengakibatkan lingkungan intrauterin yang tidak sehat dan pertumbuhan janin yang tidak normal (Maravilla et al., 2020)

Evaluasi kegiatan edukasi tentang pencegahan *stunting* berdasarkan *pre test* dan *post test* adalah sebagai berikut:



Grafik 1. *Pre Tes Edukasi Pencegahan Stunting*


 Grafik 2. *Post Tes Edukasi Pencegahan Stunting*

Berdasarkan grafik 1 hasil *pre tes* edukasi pencegahan *stunting* adalah mayoritas kurang yaitu 46% dan setelah diberikan edukasi tentang pencegahan *stunting* meliputi gizi ibu hamil, pemberian ASI eksklusif, imunisasi, pemeriksaan kehamilan rutin dan pemberian MP ASI yang tepat, maka pada grafik 2 menunjukkan bahwa mayoritas dengan pengetahuan kategori baik yaitu 75%. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat dengan kategori baik sebesar 53% yang ditunjukkan dengan nilai *post test* lebih tinggi daripada nilai *pre test*.

PEMBAHASAN

Ibu hamil harus mendapatkan edukasi tentang gizi ibu hamil dan kunjungan minimal *Antenatal Care (ANC)* (Som et al., 2018). Kementerian Kesehatan RI merekomendasikan pelayanan *Antenatal Care (ANC)* yang komprehensif dan terintegrasi, termasuk pendidikan gizi, untuk memperoleh derajat kesehatan yang optimal bagi ibu dan anak. ANC di Indonesia disediakan melalui berbagai saluran kesehatan, termasuk rumah sakit umum dan swasta, pusat kesehatan primer, dan sejumlah klinik yang berfokus pada ibu, klinik desa, dan klinik bidan swasta (Rahmawati et al., 2021). Ibu hamil yang rutin melakukan pemeriksaan kehamilan akan mengetahui lebih dini jika ditemukan adanya kelainan, termasuk adanya kelainan yang mengarah pada malnutrisi sejak kehamilan.

Ibu hamil yang kurang gizi dapat menyebabkan janin prematur, BBLR bahkan dampak jangka panjang dapat terjadi *stunting*. Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya gizi ibu hamil disebabkan karena ibu tidak mendapatkan konseling gizi yang baik pada saat kunjungan antenatal care (ANC) (Som et al., 2018). *Stunting* dapat dicegah dengan meningkatkan asupan gizi yang baik bagi ibu dan bayi serta memberikan pola asuh terbaik yang terbentuk dalam keluarga. Edukasi ini juga menumbuhkan pemahaman responden tentang pencegahan *stunting* melalui ibu dan bayi serta lingkungannya (Oktaviana et al., 2022). Konseling gizi sangat diperlukan bagi ibu hamil sejak trimester pertama, karena manfaat bagi pertumbuhan janin yang dapat dicapai dengan peningkatan asupan energi, protein, dan zat gizi mikro dimulai sebelum trimester kedua kehamilan (Dhaded et al., 2020).

Stunting hampir 6 kali lebih sering terjadi pada anak dari ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif kepada anaknya dalam enam bulan sebelumnya dibandingkan dengan anak-anak dari ibu yang tidak menyusui secara eksklusif (Tesfaye & Egata, 2022). Konseling tentang ASI eksklusif dari

tenaga kesehatan maupun konselor laktasi yang merupakan bentuk dukungan informatif dan instruksional sangat dibutuhkan oleh ibu menyusui baik sejak kehamilan, persalinan maupun *Post Natal Care (PNC)*, dimana dukungan tersebut dapat diberikan secara tatap muka di fasilitas Kesehatan, kunjungan rumah maupun melalui media massa (Hanifah & Kartini, 2022). Menyusui merupakan proses yang alami, namun untuk keberhasilan proses laktasi pada pemberian ASI eksklusif dibutuhkan dukungan dari berbagai pihak.

Studi menunjukkan hubungan yang signifikan antara keragaman pola makan dengan *stunting*. Kemungkinan *stunting* hampir 7 kali lebih tinggi di antara anak-anak yang mengonsumsi makanan yang kurang beragam dibandingkan dengan anak-anak yang mengonsumsi makanan secara beragam (Tesfaye & Egata, 2022). Edukasi gizi yang ditujukan kepada ibu untuk meningkatkan pemberian ASI eksklusif, makanan tambahan yang sehat, imunisasi pada bayi dan anak, serta penanganan diare pada bayi diprogramkan dan diadvokasikan dengan pendekatan multilevel yang melibatkan tenaga kesehatan (Sartika et al., 2021). Selain itu adanya dukungan dari pemerintah yang telah menerapkan program gizi untuk anak-anak dan menyediakan paket suplemen makanan bergizi yang mengandung protein, vitamin, dan mineral setiap hari untuk setiap anak berusia 6-24 bulan, dan memberikan pendidikan tentang nutrisi anak (Huangfu et al., 2022).

Ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang *stunting* dapat memberikan dampak dalam pola pengasuhan terhadap anak baik dari ASI eksklusif, keragaman makanan, hygiene sanitasi, imunisasi dan hal – hal yang berkaitan dengan tumbuh kembang anak (Hanifah et al., 2023). Upaya pengentasan kemiskinan, perbaikan gizi ibu untuk mencegah bayi berat lahir rendah, peningkatan akses pelayanan antenatal care yang berkualitas dan tepat waktu serta penguatan kegiatan gizi berbasis masyarakat untuk menggalakkan pemberian ASI eksklusif sampai dengan 6 bulan dan melanjutkan pemberian ASI sampai dengan 24 bulan dengan penambahan makanan pendamping ASI yang berkualitas, akan mempercepat penurunan *stunting* (Nshimyiryo, Hedt-Gauthier, et al., 2019).

SIMPULAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat dihadiri oleh 15 orang yang terdiri dari calon pengantin dan ibu hamil. Berdasarkan evaluasi bahwa terdapat peningkatan pengetahuan tentang pencegahan *stunting*, untuk itu diharapkan edukasi yang diberikan dapat meningkatkan pengetahuan calon pengantin dan ibu hamil tentang pencegahan *stunting* sehingga dapat menurunkan angka kejadian *stunting* di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami ucapkan kepada STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta yang telah memfasilitasi dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Campos, A. P., Vilar-Compte, M., & Hawkins, S. S. (2021). Association Between Breastfeeding and Child Overweight in Mexico. *Food and Nutrition Bulletin*, 42(3), 414–426. <https://doi.org/10.1177/03795721211014778>
- Dhaded, S. M., Hambidge, K. M., Ali, S. A., Somannavar, M., Saleem, S., Pasha, O., Khan, U., Herekar, V., Vernekar, S., Yogesh Kumar, S., Westcott, J. E., Thorsten, V. R., Sridhar, A., Das, A., McClure, E., Derman, R. J., Goldenberg, R. L., Koso-Thomas, M., Goudar, S. S., & Krebs, N. F. (2020). Preconception nutrition intervention improved birth length and reduced stunting and wasting in newborns in South Asia: The Women First Randomized Controlled Trial. *PLoS ONE*, 15(1), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0218960>

- Hanifah, L., & Astuti, A. W. (2023). Promotive and Preventive Efforts of Health Workers in Reducing Stunting: A Scoping Review. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 297–308. <https://doi.org/10.30604/jika.v8i1.1603>
- Hanifah, L., & Kartini, F. (2022). Dukungan Laktasi Dalam Pemberian ASI Eksklusif di Negara Berkembang : Scoping Review. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1), 86–93. <https://doi.org/10.36419/jki.v13i2.633>
- Hanifah, L., Puji Lestari, F., Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba, S., & Surakarta, U. (2023). Determinants Of Children's Knowledge About Stunting. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 14(2), 127.
- Huangfu, H., Zhang, Z., Yu, Q., Zhou, Q., Shi, P., Shen, Q., Zhang, Z., Chen, Z., Pu, C., Xu, L., Hu, Z., Ma, A., Gong, Z., Xu, T., Wang, P., Wang, H., Hao, C., Li, C., & Hao, M. (2022). Impact of new health care reform on enabling environment for children's health in China: An interrupted time-series study. *Journal of Global Health*, 12. <https://doi.org/10.7189/jogh.12.11002>
- Maravilla, J. C., Betts, K., Adair, L., & Alati, R. (2020). Stunting of children under two from repeated pregnancy among young mothers. *Scientific Reports*, 10(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-71106-7>
- Nshimyiryo, A., Bethany, G. H., Christine, M., M, K. C., Kathryn, B., Ndayisaba albert, Joel, M., Fredrick, K., & Ziad, E.-K. (2019). *Faktor risiko stunting pada anak-anak di bawah lima tahun : cross-sectional studi berbasis populasi di Rwanda menggunakan Survei Demografi dan Kesehatan 2015*. 0, 1–10.
- Nshimyiryo, A., Hedt-Gauthier, B., Mutaganzwa, C., Kirk, C. M., Beck, K., Ndayisaba, A., Mubiligi, J., Kateera, F., & El-Khatib, Z. (2019). Risk factors for stunting among children under five years: A cross-sectional population-based study in Rwanda using the 2015 Demographic and Health Survey. *BMC Public Health*, 19(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-6504-z>
- Oktaviana, W., Keliat, B. A., Wardani, I. Y., & Pratiwi, A. (2022). Effectiveness of health education and infant therapeutic group therapy on baby aged 0-6 months to prevent stunting risk factors: Maternal depression. *Journal of Public Health Research*, 11(2), 87–92. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2740>
- Permatasari, T. A. E., Rizqiya, F., Kusumaningati, W., Suryaalsah, I. I., & Hermiwahyoeni, Z. (2021). The effect of nutrition and reproductive health education of pregnant women in Indonesia using quasi experimental study. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-03676-x>
- Rahmawati, W., van der Pligt, P., Worsley, A., & Willcox, J. C. (2021). Indonesian antenatal nutrition education: A qualitative study of healthcare professional views. *Women's Health*, 17. <https://doi.org/10.1177/17455065211066077>
- Roediger, R., Taylor Hendrixson, D., & Manary, M. J. (2020). A roadmap to reduce stunting. *American Journal of Clinical Nutrition*, 112, 773S–776S. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa205>
- Sartika, A. N., Khoirunnisa, M., Meiyetrian, E., Ermayani, E., Pramesthi, I. L., & Nur Ananda, A. J. (2021). Prenatal and postnatal determinants of stunting at age 0–11 months: A cross-sectional study in Indonesia. *PLoS ONE*, 16(7 July), 1–14.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0254662>

- Setiawan, A. S., Indriyanti, R., Suryanti, N., Rahayuwati, L., & Juniarti, N. (2022). Neonatal stunting and early childhood caries: A mini-review. *Frontiers in Pediatrics*, 10(4), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fped.2022.871862>
- Som, S. V., Prak, S., Laillou, A., Gauthier, L., Berger, J., Poirot, E., & Wieringa, F. T. (2018). Diets and feeding practices during the first 1000 days window in the phnom penh and north eastern districts of Cambodia. *Nutrients*, 10(4). <https://doi.org/10.3390/nu10040500>
- Svefors, P., Sysoev, O., Ekstrom, E.-C., Persson, L. A., Arifeen, S. E., Naved, R. T., Rahman, A., Khan, A. I., & Selling, K. (2019a). Relative importance of prenatal and postnatal determinants of stunting: data mining approaches to the MINIMat cohort, Bangladesh. *BMJ Open*, 9(8), e025154. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-025154>
- Teja, M. (2022). Percepatan Penurunan Prevalensi Stunting 14 %. *Info Singkat*, 14(13), 25–30.
- Tesfaye, A., & Egata, G. (2022). Stunting and associated factors among children aged 6–59 months from productive safety net program beneficiary and non-beneficiary households in Meta District, East Hararghe zone, Eastern Ethiopia: a comparative cross-sectional study. *Journal of Health, Population and Nutrition*, 41(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s41043-022-00291-0>
- Warren, A. M., Frongillo, E. A., Nguyen, P. H., & Menon, P. (2020). Nutrition Intervention Using Behavioral Change Communication without Additional Material Inputs Increased Expenditures on Key Food Groups in Bangladesh. *The Journal of Nutrition*, 150(5), 1284–1290. <https://doi.org/10.1093/jn/nxz339>