

PERAWAT MENGABDI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)

Vol. 1 No.2 (Oktober 2022) pp. 97-105

<http://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/pmkep/index>

p-ISSN : xxxx-xxxx e-ISSN : xxxx-xxxx

Upaya Pencegahan *Stunting* Melalui Pendidikan Kesehatan Ibu Hamil pada Kelas Ibu Hamil di Desa Krandegan Kecamatan Bayan Kabupaten Purworejo

Eko Riyanti^{1*}, Rina Saputri²

^{1,2} Program Studi DIII Keperawatan, Akper Pemkab Purworejo, Jawa Tengah, Indonesia, 54152

E-mail Corespondence: riyantieko49@yahoo.co.id*

Info Artikel:

Diterima : 16 Oktober 2022

Diperbaiki : 26 Oktober 2022

Disetujui : 28 Oktober 2022

Kata Kunci: Pendidikan Kesehatan, *Stunting*, Kelas Ibu Hamil

Keywords: *Health Education, Stunting, Pregnant Women's Class*

Abstrak: Stunting merupakan ancaman utama terhadap kualitas manusia, dan kemampuan daya saing bangsa. Stunting dapat terjadi sebelum masa kelahiran disebabkan oleh karena kurangnya asupan gizi saat masa kehamilan, pola asuh makan yang kurang tepat, serta kualitas makanan yang rendah sejalan dengan terjadinya infeksi, sehingga pertumbuhan janin di dalam rahim bisa terhambat. Pengabdian masyarakat ini sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam pencegahan stunting melalui kelas ibu hamil di Desa Krandegan, Kecamatan Bayan, Kabupaten Purworejo. Metode yang digunakan yaitu ceramah, diskusi dengan Media LCD dan powerpoint serta penggunaan booklet. Peserta yang dilibatkan sejumlah 30 orang yang terdiri dari ibu hamil dan kader posyandu. Hasil pengabdian didapatkan pemberian penyuluhan Kesehatan pada ibu hamil berpengaruh sebesar 80 – 90% pada peningkatan pengetahuan dalam mencegah stunting. Maka dapat disimpulkan bahwa Ibu yang mengikuti kelas ibu hamil, sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik dan sikap yang positif.

Abstract: *Stunting is a major threat to human quality, as well as a threat to the nation's competitiveness. Stunting can occur before birth due to lack of nutritional intake during pregnancy, improper feeding patterns, and low food quality in line with the occurrence of infection, so that the growth of the fetus in the womb can be hampered. This community service is an effort to increase the knowledge and attitudes of pregnant women in preventing stunting through a class for pregnant women in Krandegan Village, Bayan District, Purworejo Regency. The methods used are lectures, discussions with LCD media and powerpoint and the use of booklets. The participants involved were 30 people consisting of pregnant women and posyandu cadres. The results of the service showed that the provision of health counseling to pregnant women had an effect of 80-90% on increasing knowledge in preventing stunting. So it can be concluded that most of the mothers who take part in the class of pregnant women have good knowledge and positive attitudes*

Pendahuluan

Masalah gizi kronis pada balita yang ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya atau sering disebut dengan istilah *Stunting* (Kemenkes RI, 2018). *Stunting* dapat terjadi sebelum masa kelahiran disebabkan oleh karena kurangnya asupan gizi saat masa kehamilan, pola asuh makan yang kurang tepat, serta kualitas makanan yang rendah sejalan dengan terjadinya infeksi, sehingga pertumbuhan janin di dalam rahim bisa terhambat (Kemenkes RI, 2016) .

Stunting sering dianggap sebagai akibat dari faktor keturunan, faktor genetik adalah faktor determinan kesehatan yang paling kecil dalam menyebabkan tubuh pendek (Kemenkes RI, 2018). Menurut World Health Organization (WHO), *stunting* adalah gangguan perkembangan pada anak yang disebabkan oleh gizi buruk, infeksi yang berulang, dan simulasi psikososial yang tidak memadai. Adapun stunting menurut Kementerian Kesehatan adalah anak balita dengan nilai z-scorenya kurang dari -2.00 SD/standar deviasi (*stunted*) dan kurang dari - 3.00 SD (*severely stunted*). Secara umum penyebab *Stunting* adalah kurangnya asupan gizi yang diterima oleh janin/bayi dalam kandungan dan pada masa awal anak lahir, tetapi *stunting* baru nampak setelah anak berusia 2 tahun, faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan. masih terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan Ante Natal Care (Pelayanan kesehatan untuk ibu selama masa kehamilan), Post Natal Care dan pembelajaran dini yang berkualitas. Masih kurangnya akses kepada makanan bergizi.

Stunting dalam jangka pendek dapat menimbulkan dampak dimana terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Dampak buruk dalam jangka panjang menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit (Unicef Indonesia, 2012).

Hasil dari Riset Kesehatan Dasar menunjukkan, besaran masalah stunting relatif stagnan sejak tahun 2007 hingga 2013 dan dari 33 provinsi yang ada di Indonesia, lebih dari separuhnya memiliki angka prevalensi diatas rata-rata nasional (Badan Penelitian

dan Pengembangan Kesehatan, 2013). Sedangkan berdasarkan hasil pemantauan status gizi (PSG) diketahui pada tahun 2015 ditemukan sebesar 29% balita mengalami stunting dan pada tahun 2017 ditemukan sebesar 29,6% balita mengalami stunting (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan RI, 2017)

Kabupaten Purworejo berada di posisi kelima terbaik tingkat Provinsi Jawa Tengah untuk persentase jumlah stunting dengan 15,7%, di bawah angka nasional 24% dan Provinsi Jawa Tengah di angka 20,9 %. Dari hasil Riset Kesehatan Dasar 2018, prevalensi stunting di Kabupaten Purworejo sebesar 23,33 %, Prevelensi angka stunting di Kabupaten Purworejo tahun 2021 adalah 15,7 % berdasarkan hasil Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) dan target di tahun 2022 adalah 12,2 % (Profil Kesehatan kabupaten Purworejo, 2018). Angka *stunting* di Kabupaten Purworejo tahun 2022 ini ada 3.815 yaitu di 28 desa.

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).

Wanita hamil merupakan kelompok yang rawan terhadap asupan gizi, penting untuk menyediakan kebutuhan gizi yang baik selama kehamilan agar ibu hamil dapat memperoleh dan mempertahankan status gizi yang optimal sehingga dapat menjalani kehamilan dengan aman dan melahirkan bayi dengan potensi fisik dan mental yang baik, serta memperoleh energi yang cukup untuk menyusui kelak (Rahayu, A., dkk, 2018).

Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses yang menyangkut dimensi dan kegiatan intelektual, psikologik dan sosial yang diperlukan untuk meningkatkan kemampuan manusia dalam mengambil keputusan secara sadar dan yang mempengaruhi kesejahteraan diri ibu, keluarga dan masyarakat (Bertalina, 2015). Hasil penelitian menunjukkan bahwa stunting dipengaruhi oleh faktor pendapatan keluarga, pengetahuan gizi ibu, pola asuh ibu, riwayat infeksi penyakit, riwayat imunisasi, asupan protein, dan asupan ibu. Asupan ibu terutama saat hamil merupakan salah satu faktor yang berperan penting. Gizi janin bergantung sepenuhnya pada ibu, sehingga

kecukupan gizi ibu sangat memengaruhi kondisi janin yang dikandungnya. Ibu hamil yang kurang gizi atau asupan makanan kurang akan menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan (Picauly, 2013).

Pemerintah Kabupaten Purworejo melalui Dinas Kesehatan Purworejo telah melakukan penanganan stunting melalui upaya ibu hamil, remaja dan balita di 1000 hari kelahiran dalam bentuk kelas ibu hamil. Kelas Ibu Hamil dan Kelas Ibu Balita merupakan kegiatan penerapan Buku KIA dengan fokus terhadap ibu hamil dan ibu balita agar dapat tercapai tujuan penggunaan Buku KIA di masyarakat (Kemenkes, 2019). Kelas ibu hamil merupakan salah satu cara yang dapat digunakan untuk menyebarkan informasi yang berkaitan dengan gizi dan kesehatan saat kehamilan. Materi yang diberikan pada program kelas ibu hamil salah satunya tentang perawatan kehamilan, terutama dalam penyiapan dan pemenuhan gizi masa hamil.

Hasil yang diharapkan dari pendidikan kesehatan adalah adanya peningkatan pengetahuan dan sikap dan tujuan akhir tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam memelihara perilaku sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal. Promosi kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan (Wenas, 2014).

Metode

Pengabdian ini telah dilaksanakan pada tanggal 19 Oktober 2022 bertempat di balai desa Desa Krandegan, Kecamatan Bayan, Kabupaten Purworejo dengan melibatkan 30 orang yang terdiri dari ibu hamil dan kader posyandu serta petugas Puskesmas di wilayah kerja Puskesmas Bayan, Kabupaten Purworejo. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sebanyak 1 kali pertemuan masing-masing dengan durasi 90 menit. Dilaksanakan bersamaan kegiatan rutin kelas ibu hamil dengan penyuluhan Kesehatan oleh Puskesmas wilayah kerja Desa Pandanrejo. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini dengan ceramah, diskusi secara aktif dengan audien dan menggunakan Media LCD dan powerpoint serta penggunaan booklet. Booklet selanjutnya akan dibagikan kepada ibu hamil sebagai sasaran pengabdian masyarakat.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui kelas ibu hamil tentang pencegahan stunting pada ibu hamil diikuti dengan antusias oleh peserta sejumlah 30 orang yang terdiri dari ibu hamil dan kader posyandu serta petugas Puskesmas. Sesi pertama dalam pendidikan kesehatan ini diberikan penjelasan materi tentang angka kejadian stunting, pengertian, dampak stunting pada kehamilan dan upaya penanganannya, kemudian dilanjutkan dengan sesi Tanya jawab atau diskusi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting pada ibu hamil di Desa Krandegan, Kecamatan Bayan, Kabupaten Purworejo telah berjalan dengan lancar. Hasil pengabdian didapatkan pemberian penyuluhan Kesehatan pada ibu hamil berpengaruh sebesar 80 - 90% pada peningkatan pengetahuan dalam mencegah stunting.

Hasil pengabdian ini menjelaskan tentang dapat diketahui bahwa pada sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting berpengaruh secara bermakna dibandingkan dengan yang belum diberikan intervensi penyuluhan kesehatan pada pengetahuan dan sikap. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ekayanti, Ni W. D. dan Suryani, P (2019) dengan metode *pre-experimental design (one group pre-test post-test)*, subjek penelitian 35 orang ibu hamil trimester I normal tanpa komplikasi dengan hasil terdapat pengaruh yang bermakna kelas ibu hamil terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang pencegahan stunting.

Menurut Notoatmodjo (2010), bahwa pendidikan kesehatan dalam jangka waktu pendek dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan individu, kelompok dan masyarakat. Booklet sebagai media penyampai pesan kesehatan dalam bentuk buku dengan kombinasi tulisan dan gambar. Informasi yang dituang lebih lengkap, terinci dan jelas serta bersifat edukatif terbukti mampu meningkatkan kemampuan pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan perdarahan. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Munanjaya (2010) bahwa tujuan pendidikan kesehatan adalah mengubah perilaku masyarakat kearah perilaku sehat sehingga tercapai derajat kesehatan masyarakat yang optimal, untuk mewujudkan perubahan perilaku yang diharapkan setelah menerima penyuluhan tidak dapat terjadi sekaligus. Pencapaian target penyuluhan kesehatan dibagi menjadi tujuan jangka pendek yaitu tercapainya perubahan pengetahuan, tujuan jangka menengah hasil yang diharapkan adalah adanya

peningkatan sikap dan ketrampilan yang akan mengubah perilaku kearah perilaku sehat, dan tujuan jangka panjang adalah dapat menjalankan perilaku sehat dalam kehidupan sehari-harinya.

Pentingnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil dan bagaimana menyiapkan makanan yang benar dapat diperoleh dari petugas kesehatan saat dilakukan kelas ibu hamil. Kelas ibu hamil merupakan sarana belajar bersama tentang kesehatan bagi ibu hamil dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan, perawatan kehamilan, persalinan, nifas, serta bayi baru lahir. Dengan adanya kelas ibu hamil, ibu dapat mengetahui tentang pengaturan gizi saat hamil yang secara langsung meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stunting dipengaruhi salah satunya oleh pengetahuan gizi ibu dan asupan ibu. Asupan ibu terutama saat hamil merupakan salah satu faktor yang berperan penting. Gizi janin bergantung sepenuhnya pada ibu, sehingga kecukupan gizi ibu sangat memengaruhi kondisi janin yang dikandungnya. Ibu hamil yang kurang gizi atau asupan makanan kurang akan menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan (Picauly, 2013). Asupan makanan selama hamil berbeda dengan asupan sebelum masa kehamilan. Berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG) diperlukan tambahan 300 kkal perhari selama kehamilan. Penambahan protein 20g/hr; lemak 10 g/hr dan karbohidrat 40g/hr selama kehamilan serta mikronutrisi lainnya untuk membantu proses pertumbuhan janin di dalam kandungan.

Tabel 1. Karakteristik Responden menurut usia pada kelas ibu hamil Desa Krandegan, Kecamatan Bayan, Kabupaten Purworejo

Usia	Prosentase (%)
≤ 30 tahun	78.57%
> 30 tahun	21.43%

Promosi kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan. Hasil yang diharapkan dari pendidikan kesehatan adalah adanya peningkatan pengetahuan dan sikap dan tujuan akhir tercapainya perubahan perilaku individu, keluarga, dan masyarakat dalam memelihara perilaku sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (Wenas, 2014). Pemberian pendidikan kesehatan pada ibu hamil melalui kelas ibu hamil

diharapkan akan berdampak pada peningkatan pengetahuan dan kemampuan dalam penerapan kesehatan dan gizi keluarganya, sehingga nantinya anak akan berada dalam keadaan status gizi yang baik dan stunting tidak terjadi.

Penanggulangan masalah stunting harus dimulai dari sebelum anak dilahirkan dan bahkan sejak remaja untuk dapat memutus rantai stunting dalam siklus kehidupan. Namun demikian, sering kali perempuan tidak mengetahui kapan pastinya akan terjadinya kehamilan, maka persiapan kehamilan terutama tentang pemenuhan gizi perlu diketahui dan dilakukan sejak masa persiapan atau sebelum kehamilan sehingga pencegahan kejadian stunting dapat dilakukan lebih optimal.

Seseorang yang memiliki sikap baik terhadap gizi akan mempunyai kecenderungan berperilaku baik dalam memenuhi kebutuhan gizinya, begitupun sebaliknya. Sikap yang kurang terhadap perilaku pemenuhan kebutuhan gizi jika dimanifestasikan dalam bentuk perilaku akan menyebabkan asupan gizi yang kurang yang akan berkaitan dengan masalah Kesehatan. Dokumentasi kegiatan Pendidikan Kesehatan ini ditunjukkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kesimpulan

Dari hasil pengabdian masyarakat juga diketahui bahwa pelaksanaan kelas ibu hamil mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting. Faktor-faktor yang mempengaruhi sikap adalah pengalaman, informasi kesehatan yang diperoleh dari orang lain yang dianggap penting, kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan lembaga agama, emosional (Azwar, 2010).

Ibu yang mengikuti kelas ibu hamil, sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik dan sikap yang positif. Terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian kelas ibu hamil terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan stunting.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih disampaikan kepada kepala Desa dan masyarakat Krandegan, Kec Bayan, Kabupaten Purworejo yang telah memfasilitasi jalannya kegiatan dan berperan serta aktif dalam program Pendidikan Kesehatan ini serta Akper Pemkab Purworejo yang telah bersedia mendanai seluruh kebutuhan selama kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung.

Referensi

- Aryastmai N.K, Tarigan I. 2017. Kajian kebijakan dan penanggulangan masalah gizi stunting di Indonesia. Buletin Penelitian Kesehatan.
- Azwar. (2010). Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya, edisi 2. Cetakan XII. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan . 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Bertalina. (2015). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Peningkatan Pengetahuan tentang Gizi seimbang pada siswa SD di Bandar Lampung. Jurnal Kesehatan, 6(1), 56–63. <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php>
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. Cegah Stunting dengan Perbaikan Pola Makan, Pola Asuh dan Sanitasi. p2ptm kemkes.
- Kementrian Kesehatan RI. Pusat Data dan Informasi. Pusdatin Kemkes. 2016. Avaliabel from: <https://pusdatin.kemkes.go.id/>

- Kementerian Kesehatan RI. 2019. Pedoman umum manajemen kelasibu : Kelas Ibu Hamil dan kelas ibu balita. Jakarta. Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI.
- Rahayu, A., Yulidasari, F, Putri, A.O dan Anggraini, L. (2018). BUKU REFERENSI Study Guide–Stunting Dan Upaya Pencegahannya Bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. Cetakan ke – 1. Yogyakarta. CV Min.
- 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)
- Unicef Indonesia. (2012). Ringkasan kajian gizi ibu dan anak. Retrieved from <http://www.unicef.or.id>. Diunduh tanggal 13 Oktober 2016.
- Wenas, RA., Lontaan, A., Korah, BH. (2014). Pengaruh Promosi Kesehatan tentang Tanda Bahaya Kehamilan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil di Puskesmas Amurang Kabupaten Minahasa Selatan. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 2(2), 1-5
- Yikar, S. K., & Nazik, E. (2019). Effects of prenatal education on complaints during pregnancy and on quality of life. *Patient Education and Counseling*, 102(1), 119–125. <https://doi.org>
- Hastuti PS, Nugroho HSW, Usnawati N. (2011). Efektifitas Pelatihan Kelas Ibu Hamil untuk Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, Keterampilan dan Kunjungan Antenatal Care. *Vorikes*, 2(2),