

## CEGAH STUNTING UNTUK GENERASI PENERUS: GIZI SEIMBANG UNTUK IBU HAMIL DAN BALITA

**Khofidhotur Rofiah<sup>1\*</sup>, Betanuari Sabda Nirwana<sup>2</sup>, Alfika Awatiszahro<sup>3</sup>, Mar'atus Sholikhah<sup>4</sup>, Clara Anabel Galla<sup>5</sup>**

<sup>12345</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri, Kediri, Indonesia

\*e-mail korespondensi: [khofidhotur\\_rofiah94@unik-kediri.ac.id](mailto:khofidhotur_rofiah94@unik-kediri.ac.id)

### Abstract

*Pregnant women's nutrition is healthy and balanced food that must be consumed during pregnancy, namely twice as much as a non-pregnant person. Nutritional needs during pregnancy will increase by 15% compared to the needs of normal women. The Community Service Activity "Preventing Stunting for the Next Generation: Balanced Nutrition for Pregnant Women and Toddlers" was attended by 25 pregnant women and toddlers at the Tiron Community Health Center, Banyakan Kediri Regency. The activity was carried out in several stages, namely: presentation of material on balanced nutrition for pregnant women and toddlers to prevent stunting for the next generation and providing opportunities for participants to ask questions. This Community Service activity succeeded in providing understanding to pregnant women and toddlers about balanced nutrition for pregnant women and toddlers to prevent stunting.*

**Keywords:** Nutrition for mothers and toddlers, Prevent stunting

### Abstrak

Gizi ibu hamil adalah makanan sehat dan seimbang yang harus dikonsumsi selama kehamilan yaitu dengan porsi dua kali makan orang yang tidak hamil. Kebutuhan gizi pada masa kehamilan akan meningkat sebesar 15% dibandingkan dengan kebutuhan wanita normal. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat "Cegah Stunting Untuk Generasi Penerus: Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil dan Balita" Telah diikuti oleh 25 ibu hamil dan balita di Puskesmas Tiron Kabupaten Banyakan Kediri. Kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu : presentasi materi Gizi seimbang pada Ibu hamil dan balita untuk mencegah stunting untuk generasi penerus dan memberikan kesempatan bagi peserta untuk bertanya. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini berhasil memberikan pemahaman kepada ibu hamil dan balita tentang gizi seimbang pada ibu hamil dan balita untuk cegah stunting.

**Kata Kunci:** Gizi Ibu dan balita, Cegah stunting

Accepted: 2023-12-12

Published: 2024-04-30

## PENDAHULUAN

Permasalahan gizi di negara berkembang termasuk di Indonesia menunjukkan kecenderungan peningkatan, salah satunya adalah permasalahan stunting. Kondisi stunting merupakan masalah gizi yang disebabkan karena kekurangan asupan gizi dalam waktu lama pada masa 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yang merupakan masa kritis. sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya. Keadaan stunting ini ditunjukkan dengan nilai z-score tinggi badan menurut usia (indeks TB/U) < -2 SD berdasarkan standar (WHO, 2010).

Di Indonesia kejadian stunting pada balita masih 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 ialah kurang dari 20%, apabila prevalensi stunting sebesar 30- 39% maka dikategorikan dalam masalah berat (Kemenkes RI, 2018).

Di Provinsi Jawa Timur prevalensi balita stunting tahun 2021 ialah sebesar 30,6% hal ini terjadi peningkatan dari tahun sebelumnya yakni 25,5% tahun 2020. Prevalensi balita stunting di Kabupaten Kediri tahun 2020-2022 sebesar 21,3%, 21,1% dan 22,6%. Hal ini menunjukkan bahwa

di Kabupaten Kediri kejadian stunting lebih besar dari yang di anjurkan oleh WHO. Sementara itu Puskesmas Tiron merupakan Puskesmas dengan angka kejadian stunting tertinggi di Kabupaten Kediri, yaitu 31% berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Kediri, dengan persentasi balita pendek sebesar 12,6% dan sangat pendek sebesar 19,3%. Tingginya angka kejadian stunting menjadi perhatian pemerintah. Beberapa penyebab stunting itu sendiri adalah kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh mulai dari masih didalam kandungan sampai dengan setelah lahir, kurangnya akses ke pelayanan kesehatan, kurangnya akses air bersih dan sanitasi (Rahmayana, 2014). Oleh karena itu perlu dilakukan upaya pencegahan stunting dengan perbaikan pola makan, pola asuh dan sanitasi (Azrimaidaliza A, 2017).

Intervensi untuk stunting yang diprogramkan oleh pemerintah meliputi ibu hamil mendapatkan tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan, pemberian makanan tambahan pada ibu hamil, pemenuhan gizi, persalinan dengan dokter atau bidan yang ahli, IMD (Inisiasi Menyusui Dini), Asi Eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan, pemberian makanan pendamping ASI mulai anak usia 6 bulan sampai dengan usia 2 tahun, berikan imunisasi dasar lengkap dan vitamin A, pantau pertumbuhan balita di posyandu terdekat, serta terapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Lamid A, 2018).

Beberapa hasil penelitian menyebutkan terdapat hubungan signifikan antara pola asuh ibu dengan kejadian stunting pada balita baik itu pola asuh makan. bahwa pola asuh ibu yang baik seperti pemberian ASI Eksklusif, pemberian MPASI dengan tepat, malakukan imunisasi dan memberikan stimulus psikososial terhadap anak dapat mencegah anak menjadi stunting, begitu sebaliknya. pola asuh kurang baik berisiko 8,07 kali lebih besar dibandingkan dengan pola asuh baik (Rahmayana, 2014). Penelitian ini di dukung oleh Penelitian yang dilakukan Yasirly Khairany tahun 2019 di Puskemas Pauh Kota Padang menunjukkan hasil yang sama, bahwa terdapat hubungang yang signifikan antara pola asuh ibu dengan kejadian stunting Pola asuh ibu yang kurang memiliki risiko 5 kali terhadap kejadian stunting setelah dikontrol, oleh variabel pengetahuan gizi ibu dan status ekonomi. Pengetahuan ibu yang kurang akan meningkatkan kejadian stunting karena ibuk tidak tau bagai mana pengahusan yang tepat untuk tumbuh kembang anak (Khairany Y, 2019).

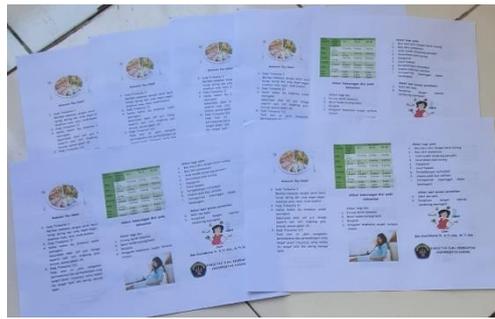
Oleh karena itu diperlukan peningkatan pengetahuan ibu tentang bagaimana pola pengasuhan yang tepat untuk pencegahan stunting seperti pemberian ASI Eksklusif, MP ASI yang tepat, pola asuh kebersihan serta pola asuh kesehatan dasar. Selain itu edukasi kepada kader juga harus dilakukan agar kader dapat memberikan edukasi secara berkelanjutan kepada para ibu hamil dan ibu yang mempunyai balita.

Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik "Cegah Stunting Untuk Generasi Penerus: Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil Dan Balita Di Puskesmas Tiron". Gambaran iptek yang diberikan kepada masyarakat berupa penyampaian informasi tentang cegah stunting untuk generasi penerus: gizi seimbang untuk ibu hamil dan balita di Puskesmas Tiron Kecamatan Banyakan Kabupaten Kediri. (Tahoma, 10pt, spasi 1,15).

## **METODE**

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari beberapa tahapan yaitu perencanaan, implementasi dan evaluasi, terdiri dari :

1. Tahap perencanaan yaitu persiapan dimulai dengan survey tempat pelaksanaan kegiatan, pembuatan proposal dan penyelesaian administrasi perijinan tempat atau lokasi pengabdian masyarakat, dan pembuatan media penyuluhan.



Gambar 1. *Leaflet* untuk penyuluhan

2. Tahap implementasi yaitu pelaksanaan dengan melakukan penyuluhan kesehatan tentang pentingnya pencegahan terjadinya stunting pada balita.



Gambar 2. Pelaksanaan penyuluhan kesehatan

3. Tahapan evaluasi pada kegiatan ini proses pengukuran terhadap peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya pencegahan terjadinya stunting pada balita.



Gambar 3. Evaluasi kegiatan

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Diagram pengetahuan sebelum diberikan penyuluhan tentang pentingnya pencegahan terjadinya stunting pada balita.

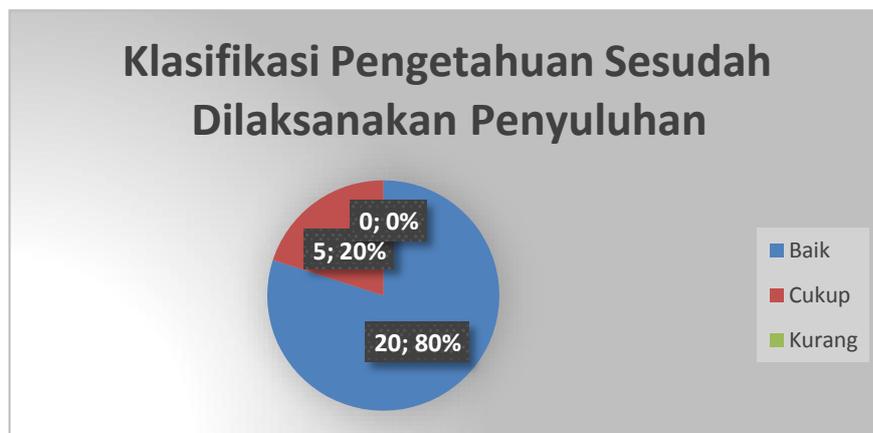


Tabel 1 Hasil pre test pengetahuan tentang pentingnya pencegahan terjadinya *stunting* pada balita

No	Klasifikasi	Frekuensi	
		N	%
1	Baik	2	13
2	Cukup	4	27
3	Kurang	19	60
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil bahwa sebanyak 19 ibu hamil dan ibu yang memiliki balita (60%) masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai pentingnya pencegahan terjadinya stunting pada balita.

Diagram pengetahuan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan.



Tabel 2 Hasil *post test* penyuluhan tentang pentingnya pencegahan terjadinya *stunting* pada balita

No	Klasifikasi	Frekuensi	
		N	%
1	Baik	20	80
2	Cukup	3	12
3	Kurang	2	8
Jumlah		25	100

Pada saat *post test* ibu hamil diwawancara tentang pentingnya pencegahan terjadinya *stunting* pada balita. Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa 80 % ibu hamil dan ibu yang memiliki balita memiliki pengetahuan yang baik mengenai pentingnya pencegahan terjadinya *stunting* pada balita.

Berdasarkan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pendidikan kesehatan tentang pentingnya pencegahan terjadinya *stunting* pada balita, sebagian kecil pengetahuan dengan hasil kategori baik yaitu pada pre test sebesar 60%, setelah dilakukan intervensi dengan memberikan pendidikan kesehatan hasil post-test menjadi 80%. Pengabdian masyarakat ini pelaksanaannya menggunakan media visual yang bertujuan untuk memudahkan ibu memahami materi yang diberikan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Silvia (2017) yang mengatakan bahwa memberikan pendidikan kesehatan dengan menggunakan sebuah media dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang materi yang diberikan. (Tahoma, 10pt, spasi 1,15).

## KESIMPULAN

Dalam kegiatan ini, yaitu pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan penyuluhan cegah *stunting* untuk generasi penerus: gizi seimbang untuk ibu hamil dan balita dalam upaya meningkatkan kesadaran ibu hamil dan balita untuk mencegah *stunting*. Dan diharapkan instansi pendidikan dan pelayanan kesehatan masyarakat dapat aktif melakukan pendidikan kesehatan kepada kepada khususnya pada ibu hamil sehingga terjadi peningkatan tingkat pengetahuan tentang pencegahan terjadinya *stunting* pada balita. (Tahoma, 10pt, spasi 1,15).

## DAFTAR PUSTAKA

- Azrimaidaliza, Nursal DG, Rahmy HA, Asri R. Characteristics of Stunted Children Aged 24-36 Months in Padang City. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*. 2019.
- Azrimaidaliza A, Nurmy K, Edison E. Pengetahuan dan Sikap Ibu Mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kelurahan Koto Lalang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*. 2012;7(1):2-9.
- Azrimaidaliza, Asri R, Handesti M, Lisnayenti Y. Promosi Makanan Sehat dan Bergizi Dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2017;1(2):67-74.
- Azrimaidaliza, Asri R. The Estimation of Maternal Weight Gain During Pregnancy With Birth Weight. *Malaysian Journal of Nutrition*. 2017.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. Prevalensi Balita Stunting di Jawa Timur Tahun 2022. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2022.
- Gemala I, Sulastri D, Azrimaidaliza. Perkembangan Anak Usia 6-24 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Padang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*. 2008;3(1):13-5.

- 
- Kementerian Kesehatan RI. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018.
- Khairany Y. Pengaruh Pola Asuh Ibu Terhadap Kejadian Stunting Balita Usia 12-35 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang Tahun 2019. Repository Universitas Andalas. 2019.
- Lamid A. Masalah Kependekan (Stunting) Pada Anak Balita: Analisis Prospek Penanggulangan di Indonesia. Buletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan. 2018.
- Rahmayana, Ibrahim I, Damayanti D. Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 24-59 Bulan di Posyandu Asoka II Wilayah Pesisir Kelurahan Barombong Kecamatan Tamalate Kota Makassar Tahun 2014. Public Health Science Journal. 2014;1(2).
- Renyoet B, Hadju V, Rochimiwati S. Hubungan Pola Asuh Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 6-23 Bulan Di Wilayah Pesisir Kecamatan Tallo Kota Makassar. Repository Hasanuddin University. 2013.
- WHO. Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators. Interpretation Guide Switzerland: WHO Press; 2010