



## **PENYULUHAN UPAYA PENCEGAHAN STUNTING SEJAK MASA KEHAMILAN**

*(Stunting Prevention Effort Since Pregnancy)*

**Lina Fitriani<sup>1</sup>, Sry Wahyuni<sup>2</sup>, Niar<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Profesi Kebidanan, Universitas Mega Buana Palopo

<sup>2,3</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Generasi Polewali Mandar

e-mail: [linafitriani@biges.ac.id](mailto:linafitriani@biges.ac.id)

Received : Oktober, 2022

Accepted : November, 2022

Published : Mei, 2023

### **ABSTRAK**

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. Provinsi Sulawesi Barat merupakan provinsi kedua tertinggi yang mengalami Stunting di Indonesia dengan prevalensi > 40%. Kondisi inilah yang menarik untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu hamil tentang Upaya Pencegahan Stunting Sejak Kehamilan dengan cara memberikan penyuluhan Kesehatan yang dilaksanakan di Kantor Desa Rumpa, Kec. Mapilli, Kab. Polewali Mandar. Sebelum dilakukan penyuluhan, ibu masih kurang paham tentang stunting. Selama dilakukan penyuluhan, ibu sangat antusias dengan materi yang diberikan serta dapat memahami berbagai informasi penting mengenai upaya pencegahan stunting pada masa kehamilan. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung dengan lancar serta masyarakat sangat antusias dengan materi yang diberikan serta dapat memahami berbagai informasi penting mengenai upaya pencegahan stunting pada masa kehamilan.

**Kata Kunci :** Pencegahan, stunting, kehamilan

### **ABSTRACT**

*Stunting is a chronic malnutrition problem caused by a lack of nutritional intake for a long time, this causes problems in the future, namely experiencing difficulties in achieving optimal physical and cognitive development. Stunting children have an Intelligence Quotient (IQ) lower than the average IQ of normal children. West Sulawesi Province is the second highest province experiencing stunting in Indonesia with a prevalence of > 40%. This condition is interesting to increase knowledge of pregnant women about Efforts to Prevent Stunting Since Pregnancy by providing health education which is carried out in Rumpa Village, Kec. Mapilli, Kab. Polewali Mandar.*

**Keywords :** Prevention, stunting, pregnancy

## **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 adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita (bayi di bawah lima tahun), akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi ini terutama terjadi pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan. Akan tetapi, kondisi stunting baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (Siti Helmyati, 2020).

Stunting mulai terjadi sejak masa pra-konsepsi, Ketika seorang remaja menjadi ibu yang kurang gizi dan anemia, menjadi parah ketika hamil dengan asupan gizi tidak mencukupi kebutuhan, ibu hidup di lingkungan sanitasi yang kurang memadai. Kondisi kesehatan dan gizi ibu sebelum dan saat kehamilan serta setelah persalinan mempengaruhi pertumbuhan janin dan risiko terjadinya stunting. Faktor lainnya pada ibu yang mempengaruhi adalah postur tubuh ibu (pendek), jarak kehamilan yang terlalu dekat, ibu yang masih remaja, serta asupan nutrisi yang kurang pada saat kehamilan (Nurlailis Saadah, 2020).

Kondisi ibu sebelum masa kehamilan baik postur tubuh (berat badan, tinggi badan) dan gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting. Ibu hamil yang pada umumnya juga pendek (< 150 cm) akan berdampak pada bayi yang dilahirkan mengalami kurang gizi dengan berat badan lahir rendah < 2.500 gram dan juga panjang badan yang kurang dari 48 cm. Menurut data Riskesdas 2018 proporsi panjang badan kurang dari 48 adalah 22,7% (Nilfar Ruaida, 2018).

Pada tahun 2018, *Global Nutrition Report* menyatakan bahwa Indonesia merupakan 1 di antara 26 negara yang sedang menghadapi dua bentuk masalah gizi dengan prevalensi masalah lebih dari *cut-off* (>20%), salah satunya adalah stunting pada balita. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada balita di Indonesia sebesar 30,8% atau terjadi pada sekitar 7 juta balita. Meskipun terjadi penurunan prevalensi stunting dari 37,2% pada tahun 2013, stunting masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia. Provinsi Nusa Tenggara Timur dan Sulawesi Barat menjadi dua provinsi di Indonesia dengan prevalensi stunting >40% (Riskesdas, 2018).

Di Polewali Mandar Sulawesi Barat, angka prevalensi stunting pada tahun 2019 menurut SSGI mencapai 39,4% sedangkan pada tahun 2021 mencapai 36,0%. Jumlah anak stunting di Kabupaten Polewali Mandar tersebar di 16 Kecamatan dan stunting tertinggi berada di Kecamatan Campalagian dengan 1218 anak (SSGI, 2021).

Program pencegahan stunting yaitu melakukan persiapan sebelum hamil pada PUS dan WUS dengan melakukan pemeriksaan kesehatan dan konseling gizi serta mengkonsumsi asupan gizi yang baik. Pada masa kehamilan sebaiknya melakukan pemeriksaan kehamilan minimal 8 kali selama kehamilan, makanan yang bergizi bagi ibu, pemberian tablet tambah darah, pemberian imunisasi tetanus toxoid, konseling persiapan persalinan dan menanggulangi cacangan pada ibu hamil, pemberian kelambu

berinsektida bagi ibu hamil yang positif malaria dan pemberian makanan tambah pada ibu hamil yang mengalami Kekurangan Energi Kronik (Kesmas, 2018).

Kondisi inilah yang menarik untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu hamil tentang upaya pencegahan stunting sejak kehamilan dengan cara memberikan penyuluhan kesehatan. Bertambahnya pengetahuan pada ibu hamil dapat membantu mencegah stunting di Desa Rumpa, Kec. Mapilli, Kab. Polewali Mandar.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan yang dilaksanakan di Kantor Desa Rumpa, Kec. Mapilli, Kab. Polewali Mandar yang dilaksanakan pada tanggal 06 September 2022. Adapun sasaran dalam kegiatan ini adalah semua ibu hamil yang hadir di Kantor Desa Rumpa yaitu sebanyak 25 orang. Metode yang digunakan adalah metode edukatif, yaitu pendekatan di dalam program maupun pelaksanaan pengabdian yang mengandung unsur pendidikan agar masyarakat dapat memahami pentingnya pencegahan stunting. Alat dan bahan yang digunakan dalam penyuluhan ini adalah leaflet, LCD dan layar. Masyarakat diajak untuk berinteraksi seaktif mungkin sehingga dapat lebih mengerti tentang berbagai informasi mengenai kegiatan ini. Keberhasilan penyuluhan ini dinilai dari keaktifan masyarakat menjawab pertanyaan setelah dilakukan edukatif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan yang dilakukan di Kantor Desa Rumpa, Kec. Mapilli, Kab. Polewali Mandar untuk mencegah terjadinya stunting yang dihadiri oleh 25 ibu hamil. Sebelum dilakukan penyuluhan, ibu masih kurang paham tentang stunting. Kegiatan pengabdian ini berlangsung dengan lancar. Selama dilakukan penyuluhan, ibu sangat antusias dengan materi yang diberikan serta dapat memahami berbagai informasi penting mengenai upaya pencegahan stunting pada masa kehamilan.



**Gambar 1.** Pemberian Edukasi pada Ibu Hamil



**Gambar 2.** Menjawab pertanyaan dari peserta

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Tingginya prevalensi stunting di daerah Polewali Mandar pada Tahun 2021 menjadi penyebab dilakukannya edukasi mengenai Upaya Pencegahan Stunting pada Masa Kehamilan agar Ibu paham dan mengerti bagaimana cara mencegah, menghadapi dan menangani kasus stunting di Indonesia terutama di Kabupaten Polewali Mandar. Pentingnya pemberian edukasi ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil.

Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Penyuluhan Upaya Pencegahan Stunting pada Masa Kehamilan di Kantor Desa Rumpa, Kec. Mapilli, Kab. Polewali Mandar diikuti oleh 25 orang ibu hamil. Setelah dilakukan penyuluhan, masyarakat sangat antusias bertanya kepada narasumber dan dapat menjawab pertanyaan yang diberikan.

### **Saran**

Pemberian penyuluhan ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan ibu dalam rangka mencegah stunting pada masa kehamilan sehingga dapat menurunkan angka stunting pada anak di Indonesia. Diharapkan masyarakat juga mampu meningkatkan derajat kesehatan dengan cara mengakses berbagai informasi melalui media maupun desa setempat sehingga dapat meningkatkan kesehatan dengan baik dan mampu merubah perilaku hidup bersih dan sehat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto, S (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. : Jakarta Rineka Cipta.
- Dinkes Provinsi Sulawesi Barat. 2019. *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat 2019*.
- Hutasoit, M., Utami, K. D., & Afriyiliani, N. F. (2020). Kunjungan Antenatal Care Berhubungan Dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 11(1), 38–47.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Hasil Utama RISKESDAS 2018*. Jakarta: Kemenkes.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Cegah Stunting itu Penting. Edisi 2* Jakarta: WartaKesmas.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Buku Saku: Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi dan Kabupaten/Kota Tahun 2021*. Jakarta: Kemenkes.
- Larasati, N. N. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 25-59 bulan di Posyandu Wilayah Puskesmas Wonosari II Tahun 2017. *Skripsi*, 1–104.
- Notoadmodjo. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Ruaida, Nilfar. 2018. *Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah terjadinya Stunting (Gizi Pendek) di Indonesia*. Maluku: Global Helath Science, volume 3 No.2, Juni 2018.
- Saputri, R. A. (2019). Upaya Pemerintah Daerah Dalam Penanggulangan Stunting Di Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. *Jdp (Jurnal Dinamika Pemerintahan)*, 2(2), 152–168. <https://doi.org/10.36341/jdp.v2i2.947>
- Setiawan, E., Machmud, R., & Masrul, M. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 7(2), 275. <https://doi.org/10.25077/jka.v7i2.813>
- Siringoringo, E. T., Syauqy, A., Panunggal, B., Purwanti, R., & Widyastuti, N. (2020). Karakteristik Keluarga Dan Tingkat Kecukupan Asupan Zat Gizi Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Baduta. *Journal of Nutrition College*, 9(1), 54–62. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i1.26693>
- Siti Helmyati, dkk. 2020. *STUNTING: Permasalahan dan Tantangannya*. Yogyakarta: UGM Press.
- Saadah, Nurlailis. 2020. *Deteksi Dini Pencegahan dan Penanganan Stunting*. Surabaya: Scopindo Media Pustaka.
- Supariasa, I. D. N., & Purwaningsih, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Di Kabupaten Malang. *Karta Rahardja*, 1(2), 55–64. Retrieved from <http://ejurnal.malangkab.go.id/index.php/kr>