



BASIC PREVENTION: PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL DAN BALITA DESA SUMBERPINANG DALAM PENCEGAHAN STUNTING

¹Lailatul Karomah, ¹Annisa permatasari, ²Karina Aulia Nabila, ²Wahyu Zakariya, ²Dyah Ayu Kusuma Wardhani, ³Radika Audina Putri, ⁴Tegar Yuda Pratama, ⁵Denok Risky Ayu Paramita*

¹Ilmu Keperawatan / Keperawatan / Universitas Jember

²Ilmu Keperawatan / Ilmu Kesehatan / Universitas dr. Soebandi

³Teknik Pertanian / Pertanian / Universitas Jember

⁴Agribisnis / Pertanian / Universitas Jember

⁵Teknologi Laboratorium Medis / Politeknik Kesehatan Jember

*email corresponding: denokrisky.ayuparamita@gmail.com

Received : 29-05-2024 Revised : 20-06-2024 Accepted : 29-07-2024

Keywords: mother and child, knowledge, stunting

ABSTRACT *Stunting is a disturbance of growth and development in toddlers due to malnutrition. Stunting is a serious problem in several cities in Indonesia, in the East Java region, specifically the Jember Regency, 19,870 in 2019. The most common stunting problem occurs in the northern part of the Jember health center, one of which is the Pakusari health center, so it must be addressed immediately. The purpose is to find out mother's knowledge about stunting before and after socialization related to stunting in toddlers in the Sumberpinang Pakusari area. This study used the pre-test and post-test methods. The sample used was 20 respondents. The results of this counseling showed that the knowledge of pregnant women and mothers of toddlers before and after being given education about stunting increased, this is evidenced by an average pretest score of 79.5 and a posttest score of 96 so that participants experience an increase of 16.5%.*

PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan masa dimana pertumbuhan dan perkembangan terjadi dengan sangat pesat. Periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) seorang bayi, mulai dari hari pertama kehamilan, kelahiran bayi hingga usia dua tahun, disebut sebagai "masa emas" atau "masa kritis" yang menentukan kualitas kesehatan seorang anak (Sudargo, 2018). Status gizi yang rendah sangat mempengaruhi kualitas sumber daya manusia yang nantinya akan berpengaruh pada angka Indeks Pembangunan Manusia (Hidayat & Pinatih, 2017).

Stunting atau pendek adalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada balita akibat gizi buruk (Wahyudi et al., 2015). Situasi ini diwakili oleh nilai Z-score tinggi badan terhadap usia (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi (SD) berdasarkan pertumbuhan dasar menurut WHO (2010). Stunting pada anak usia dini dapat menghambat tumbuh kembang anak dan menimbulkan dampak negatif yang bertahan seumur hidup seperti risiko penurunan mental, kerentanan terhadap penyakit tidak menular, penurunan produktivitas yang berujung pada kemiskinan, dan melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (Fitriani & Darmawi, 2022).

Status gizi seorang ibu hamil mempunyai dampak yang signifikan terhadap kesehatan dan perkembangan janinnya. Kegagalan pertumbuhan intrauterin dapat mengakibatkan berat badan lahir rendah dan waktu persalinan bayi lebih pendek. Selain itu, bayi berat lahir rendah dan panjang lahir bayi beresiko tinggi terhadap kejadian stunting pada balita. Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan merupakan faktor penting untuk menjamin tercapainya kebutuhan nutrisi sehingga pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat tercapai secara optimal (Hidayat & Pinatih, 2017).

Pola konsumsi balita / pola makan berpengaruh besar terhadap gizi balita. Bagi balita / anak-anak dalam masa pertumbuhan, protein diperlukan dalam jumlah yang banyak. Selain itu, konsumsi buah dan sayur juga perlu dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sesuai dengan istilah "isi piringku" yaitu dalam satu porsi makan, setengah piring di isi oleh sayur dan buah, setengah sisanya diisi sumber protein dengan proporsi lebih banyak daripada karbohidrat (Nugroho & Wardani, 2022).

Faktor lain yang juga memengaruhi kejadian stunting adalah status ekonomi keluarga. Hasil Riskesdas menunjukkan bahwa kejadian stunting pada anak kecil sangat dipengaruhi oleh rendahnya pendapatan orang tua dan tingkat pendidikan. Rumah tangga yang berpendapatan tinggi akan mempunyai akses yang lebih mudah terhadap pendidikan dan kesehatan, serta mampu meningkatkan status gizi anak-anaknya (Nugroho & Wardani, 2022). Selain itu, sanitasi dan kesehatan lingkungan akan ketersediaan akses air bersih itu berhubungan pada risiko ancaman penyakit infeksi. Untuk itu perlu membiasakan untuk cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, serta tidak buang air besar sembarangan agar terhindar dari kuman atau bakteri penyebab infeksi (Fitriani & Darmawi, 2022).

Stunting merupakan permasalahan yang serius di beberapa kota di Indonesia sehingga harus segera ditanggulangi. Prevalensi penderita stunting pada balita di Kabupaten Jember mengalami peningkatan dari 17.344 pada tahun 2018 menjadi 19.870 pada tahun 2019. Masalah stunting yang paling banyak terjadi di wilayah puskesmas Jember bagian utara, salah satunya puskesmas Pakusari. Oleh karena itu kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu mengenai stunting sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi terkait stunting pada balita di wilayah Kecamatan Pakusari khususnya Desa Sumberpinang.

Peningkatan kasus stunting di masyarakat dapat berkaitan dengan dengan asupan nutrisi (gizi seimbang) yang didapatkan dari proses kehamilan hingga proses tumbuh kembang anak (Hari, 2023). Upaya pencegahan peningkatan angka kejadian stunting dapat dilakukan dengan pemenuhan asupan nutrisi yang diperoleh oleh ibu hamil dan balita. Gizi seimbang dapat dipenuhi dengan menentukan porsi komponen nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan pada isi piring. Asupan gizi seimbang yang dibutuhkan akan mengandung berbagai komponen, antara lain karbohidrat, protein, dan vitamin yang terdapat pada lauk makanan dan sayur. Kelor merupakan suatu tanaman yang mengandung gizi dengan banyak manfaat bagi tubuh. Kandungan yang terdapat pada daun kelor, yaitu karbohidrat, protein, zat besi, vitamin C, vitamin A, kalsium, dan kalium yang tinggi (Irawan, 2020). Daun kelor telah terbukti dapat bermanfaat untuk memperlancar ASI pada ibu dan meningkatkan berat badan serta tinggi badan pada balita (Nuraina et al., 2022).

Pada umumnya, tanaman kelor mudah tumbuh dan tertanam pada halaman depan rumah warga. Namun, pemanfaatan daun kelor di Masyarakat masih termasuk kurang dikarenakan Masyarakat jarang menggunakan kelor sebagai bahan utama pembuatan sayur yang bisa dikonsumsi sehari-hari. Hal tersebut terjadi sebab sebagian besar anak-anak kurang menyukai rasa pahit dan wangi ketika memakan daun kelor (Eryani, et al., 2023). Oleh karena itu, dibutuhkan inovasi makanan dengan tampilan menarik yang disukai oleh keluarga tanpa

mengurangi kandungan nutrisi pada daun kelor. Salah satu inovasi yang dapat dibuat adalah pudding daun kelor. Pudding daun kelor memiliki cita rasa yang manis, wangi, dan tekstur lembut sehingga ibu dan anak dapat menikmatinya sebagai makanan alternatif sehat keluarga. Adapun kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan Ibu di Desa Sumberpinang Kabupaten Jember melalui penyuluhan terkait gizi seimbang dan stunting serta demonstrasi pembuatan pudding kelor sebagai upaya pencegahan stunting pada anak.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini menggunakan metode penyuluhan secara interaktif. Penyuluhan adalah suatu proses komunikasi dan interaksi antara penyuluh dan khalayak dalam rangka memberikan pemahaman, pengertian, dan pengetahuan tentang masalah dan solusi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Penyuluhan yang dilakukan meliputi penyuluhan tentang pencegahan stunting dan pernikahan dini, penyuluhan tentang gizi seimbang pada balita dan edukasi pembuatan puding daun kelor. Kegiatan pengabdian ini dilakukan pada bulan Agustus 2023 di Desa Sumberpinang Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember. Peserta pada kegiatan ini berjumlah 20 responden yang terdiri dari ibu hamil dan ibu yang mempunyai balita.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa leflet, pre-test, dan post-test. Pengisian pre-test dan post-test bertujuan untuk mengetahui pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu di Desa Sumberpinang terkait pencegahan stunting, gizi seimbang pada ibu hamil dan ibu yang memiliki balita serta cara membuat puding daun kelor. Data yang diperoleh dari pengisian pre-test dan post-test kemudian dicatat dalam lembar pengumpulan data dan dianalisis secara deskriptif kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dan perbaikan gizi meliputi kegiatan penyuluhan mengenai gizi seimbang pada balita dan pelatihan pembuatan makanan pencegah stunting yaitu pudding daun kelor. Kegiatan penyuluhan tersebut diawali dengan pemberian pretest kepada peserta untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta penyuluhan tentang stunting.



Gambar 1. Pembagian pretest kepada peserta penyuluhan

Pada hasil pretest menunjukkan bahwa peserta penyuluhan memiliki tingkat pengetahuan yang kurang mengenai stunting. Salah satu pencegahan stunting yaitu program

gizi seimbang dengan membuat inovasi makanan yaitu pudding daun kelor. Berdasarkan skor pretest sebelum dilakukannya penyuluhan tentang stunting diperoleh sebanyak 2 orang mendapatkan skor 50, 2 orang mendapatkan skor 60, 3 orang dengan skor 70, 6 orang mendapatkan skor 80, 2 orang dengan skor 90, 5 orang mendapatkan skor 100 sehingga diperoleh hasil rata-rata pretest yaitu 79,5. Berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat ibu balita dan ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang mengenai stunting.

Stunting merupakan masalah kurangnya gizi karena kurang asupan gizi dalam kurun waktu yang cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Stunting dapat terjadi ketika janin masih berada dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Stunting dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak. Dampak lain yang ditimbulkan dari stunting yaitu gangguan perkembangan, kesehatan dan produktivitas (Alamsyah et al., 2022). Penyuluhan mengenai gizi seimbang dan edukasi mengenai isi piringku juga disampaikan pada kegiatan penyuluhan stunting ini. Dengan adanya penyuluhan ini diharapkan pengetahuan masyarakat Desa Sumberpinang mengalami peningkatan mengenai pencegahan stunting sehingga dapat menurunkan angka morbiditas stunting khususnya di wilayah Desa Sumberpinang, Pakusari.



Gambar 2. Penyampaian materi pencegahan stunting dengan memanfaatkan daun kelor

Berdasarkan hasil survey lokasi di Desa Sumbersari Pakusari dapat diketahui bahwa salah satu potensi sumber daya alam di desa tersebut adalah tanaman kelor. Hal ini dikarenakan banyak ditemui pohon kelor di pinggir jalan dan mayoritas warga sekitar mempunyai tanaman kelor. Namun, pemanfaatan tanaman khususnya daun kelor di daerah sumberpinang belum maksimal. Pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan daun kelor sangat penting mengingat daun kelor mempunyai banyak manfaat dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak. Masyarakat Desa Sumberpinang memanfaatkan daun kelor sebagai sayur yang menjadi lauk ketika makan. Oleh karena itu, pada kegiatan penyuluhan ini dilakukan pelatihan dan edukasi terkait dengan inovasi makanan dari bahan utama daun kelor melalui pembuatan pudding dengan berbagai bentuk dan tampilan yang menarik dengan harapan dapat meningkatkan minat anak untuk mengonsumsi daun kelor yang memiliki banyak manfaat tersebut.

Gambar 2 menunjukkan antusias warga dalam menyimak materi dan juga pelatihan pembuatan puding yang disampaikan oleh pemateri. Beberapa peserta penyuluhan memberikan pertanyaan terkait dengan materi yang telah disampaikan. Setelah mendapatkan edukasi tentang pencegahan stunting, pengetahuan peserta penyuluhan mengalami peningkatan. hal tersebut diketahui dari hasil posttest setelah dilkauan edukasi pada peserta. Pada hasil posttest menunjukkan 8 orang mendapatkan skor 90 dan 12 orang emndapatkan skor 100. Hasil rata- rata pretest adalah 79,5 dan hasil rata- rata posttest adalah 96 sehingga terjadi peningkatan sebesar 16,5%. Data hasil pretest dan posttest stunting dapat dilihat pada tabel 1 berikut :

Tabel 1. Data hasil pretest dan posttest

Skor	Jumlah (orang)	
	Pretest	Posttest
50	2	0
60	2	0
70	3	0
80	6	0
90	2	8
100	5	12
Rata- rata	79,5	96

Sumber: hasil penilaian pretest dan posttest pengabdian

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa terdapat perbedaan secara signifikan antara pengetahuan ibu balita dan ibu hamil sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan melalui edukasi penanganan dan pencegahan stunting pada balita. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian edukasi pencegahan stunting pada ibu hamil dan ibu balita.



Gambar 3. Hasil pelatihan pembuatan puding kelor

Selain memberikan materi, kegiatan penyuluhan juga disertai dengan pelatihan pembuatan puding kelor. Bahan utama dalam pembuatan puding kelor yaitu daun kelor dan

agar-agar. Bahan pendukungnya yaitu gula dan air yang kemudian dicetak dengan variasi cetakan yang menarik minat anak-anak. Puding kelor yang dihasilkan dapat dilihat pada gambar 3.

Dengan adanya kegiatan penyuluhan mengenai stunting dan pencegahan stunting diharapkan masyarakat Desa Sumberpinang terutama ibu hamil dan ibu balita mampu membuat inovasi makanan sebagai bentuk pencegahan dini stunting pada balita yaitu dengan membuat puding kelor.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari pengabdian ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil dan ibu balita sebelum dan setelah dilakukannya kegiatan penyuluhan mengalami peningkatan. Hal ini dibuktikan dengan rata-rata nilai pretest sebelum penyuluhan yaitu 79,5 dan rata-rata posttest setelah penyuluhan yaitu 96. Pelatihan pembuatan pudding daun kelor telah dilaksanakan dan mendapatkan respon baik dari masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada panitia KKN Kolaboratif #2 Jember dan Perangkat Desa Sumberpinang yang membantu penyelenggaraan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, A. G., Sari, P. M., Hidayati, C., Pradhana, P., Lestari, Z., Indra, A. P., Islam, U., Sumatera, N., & Medan, U. (2022). Pemanfaatan Ekstra Daun Kelor (*Moringaceae olievera*) sebagai Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Desa Cinta Rakyat Percut Sei Tuan. *Jurnal Program Studi PGMI*. 9(4), 39–47.
- Eryani, M.C., Paramita, D.R.A., Aditama, A.P.R., & Handojo, K.J. (2023). Penyuluhan Pembuatan Gummy Candies untuk Pencegahan Stunting di Desa Slateng Kabupaten Jember. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*. Vol 4 (2). 371-377.
- Fitriani, F., & Darmawi, D. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Arongan Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya. *Jurnal Biology Education*, 10(1), 23–32.
- Hari, Rosida. (2023). Edukasi Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan Dalam Meningkatkan Kesehatan Ibu Hamil dan Balita di Puskesmas Pakusari dan Ledokombo Jember. *Warta Pengabdian*. 12 (1). 128 - 143.
- Hidayat, M. S., & Pinatih, G. N. I. (2017). Prevalensi Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidemen Karang Asem. *E-Jurnal Medika*, 2(1), 1–5.
- Irawan, Z. (2020). Kandungan Zat Gizi Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Berdasarkan Metode Pengeringan. *Jurnal Kesehatan Manarang*. Vol. 6 (1): 69-77.
- Nugroho, R. F., & Wardani, E. M. (2022). Pendidikan Gizi Melalui Pemberian Tambahan Makanan Lokal Bagi Ibu Hamil Dan Balita Di Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 2(1), 15–21.
- Nuraina, N., Susanti, A., Munawwarah, M., Salaila, M., Muna, I., Ikram, N., Dessiana, D., Hasratina, H., Miska, T., Urizky, N., & Khaira, N. (2022). Peningkatan Status Gizi Balita Melalui Pemberian Daun Kelor (*Moringa Oleifera*). *RAMBIDEUN: Jurnal Pengabdian Kepada*

Masyarakat, 5(3), 227–234.

- Sudargo, T. (2018). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. Yogyakarta. Gadjah Mada University Press.
- Wahyudi, B.F., Sriyono, & Indarwati, R. (2015). Analisis Faktor yang Berkaitan dengan Kasus Gizi Buruk Pada Balita. *Jurnal Pedimaternal*. 83. 91.3.
- WHO. (2010). *Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators*. Interpretation Guide Switzerland. WHO Press.