

Pencegahan Stunting dengan Gizi Seimbang di Wilayah Sebantengan, Kelurahan Ungaran, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang

Istatik Ulyanita¹, Putri Arintasari², Septyana Wachyu Hastuti³,
Heni Hirawati Pranoto⁴

¹ Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, nitasuryokusumo@gmail.com

² Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, arintasari.putri@yahoo.com

³ Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, tianwh88@gmail.com

⁴ Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, henipranoto071@gmail.com

Korespondensi Email : tianwh88@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2024-12-07

Accepted, 2024-12-10

Published, 2024-12-19

Keywords : Obstetrics,
Community, Pregnancy,
Postpartum, Infants,
Toddlers, Stunting,
Balanced Nutrition.

Kata Kunci: Kebidanan,
Komunitas, Hamil,
Nifas, Bayi, Balita,
Stunting, Gizi Seimbang

Abstract

Stunting in Indonesia is a nutritional problem in children that needs attention. Stunting is a condition of failure to thrive in children under five caused by chronic malnutrition, recurrent infectious diseases, and inadequate psychosocial stimulation. The main problem in the Sebantengan area, Ungaran Village, West Ungaran District, is that out of 37 toddlers, there is 1 stunted toddler (2.7%) due to the mother's lack of knowledge about MPASI. From the problems found, an alternative solution to the problem was obtained, namely by holding an outreach activity for cadres about "Preventing Stunting with Balanced Nutrition" which was held on October 30 2024. The outreach activity was attended by 10 posyandu cadres. This activity includes several stages, starting with the activity of filling out the pretest questionnaire, followed by counseling about "Preventing Stunting with Balanced Nutrition", questions and answers, activities for filling out the posttest questionnaire, and distribution of prizes for participants. From the pretest activities, the mean value was 95 and the posttest obtained the mean value 100, so it can be concluded that there was an increase in respondents' knowledge about how to prevent stunting with balanced nutrition. It is hoped that this activity can overcome the stunting problem in the Sebantengan area, Ungaran Village, West Ungaran District, Semarang Regency.

Abstrak

Stunting di Indonesia merupakan permasalahan gizi pada anak yang perlu mendapat perhatian. Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang disebabkan oleh kekurangan gizi kronis, penyakit infeksi berulang, dan stimulasi psikososial yang tidak memadai. Masalah utama di wilayah Sebantengan Kelurahan Ungaran Kecamatan Ungaran Barat adalah dari 37 balita, terdapat 1 balita stunted (2.7%) yang disebabkan kurangnya

pengetahuan ibu tentang MPASI. Dari masalah yang ditemukan maka didapatkan alternatif pemecahan masalah yaitu dengan mengadakan kegiatan penyuluhan terhadap kader tentang “Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang” yang dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober 2024. Kegiatan penyuluhan diikuti oleh 10 kader posyandu. Kegiatan ini meliputi beberapa tahapan, diawali kegiatan pengisian kuesioner pretest, dilanjutkan dengan penyuluhan tentang “Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang”, tanya jawab, kegiatan pengisian kuesioner posttest, dan pembagian hadiah untuk peserta. Dari kegiatan pretest didapatkan nilai mean 95 dan posttest didapatkan nilai mean 100, sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden tentang cara pencegahan stunting dengan gizi seimbang. Diharapkan dengan kegiatan tersebut dapat mengatasi permasalahan stunting yang ada di wilayah Sebantengan, Kelurahan Ungaran, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang.

Pendahuluan

Stunting adalah masalah gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. Konsumsi makanan memegang peranan penting dalam pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak sehingga konsumsi makanan berpengaruh besar terhadap status gizi anak untuk mencapai pertumbuhan fisik dan kecerdasan anak (Sri, 2023).

Berdasarkan data WHO 2023 menunjukkan 17.7% bayi usia di bawah 5 tahun (balita) masih mengalami masalah gizi. Angka tersebut terdiri atas balita yang mengalami gizi buruk sebesar 3.9% dan yang menderita gizi kurang sebesar 13.8% (Sri, 2023).

Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi dan tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita. Faktor yang menyebabkan stunting yaitu praktik pengasuhan yang kurang, terbatasnya layanan kesehatan, kurangnya akses keluarga ke makanan bergizi, kurangnya akses ke air bersih dan sanitasi, dan akibat perokok pasif serta kurangnya pengetahuan ibu mengenai gizi untuk balita (Rahmadini, 2022).

Dampak masalah stunting yaitu gagal tumbuh (berat lahir rendah, kecil, pendek, kurus), hambatan perkembangan kognitif dan motorik, gangguan metabolik pada saat dewasa, resiko penyakit tidak menular (diabetes, obesitas, stroke, penyakit jantung, dan lain sebagainya) (Sri, 2023).

Upaya pencegahan stunting yaitu memperhatikan asupan gizi dan nutrisi ibu hamil dan ibu menyusui, mendorong IMD melalui pemberian asi kolostrum dan edukasi asi eksklusif, mendorong pemberian asi di dampingi MP ASI, menyediakan dan memastikan akses pada air bersih, memberikan pendamping gizi, memberikan edukasi kespro dan gizi pada remaja (Rahmadini, 2022).

Pengetahuan ibu mengenai gizi merupakan kemampuan ibu dalam memahami segala informasi yang berhubungan dengan bahan makanan yang mengandung zat gizi untuk balita. Tingkat pengetahuan ibu tentang gizi seimbang merupakan faktor risiko kejadian stunting yang bermakna. Pengetahuan mengenai gizi merupakan proses awal dalam perubahan perilaku peningkatan status gizi, sehingga pengetahuan merupakan faktor internal yang mempengaruhi perubahan perilaku. Pengetahuan kader yang baik tentang gizi seimbang pada anak dapat meningkatkan pengetahuan ibu mengenai gizi seimbang. (Rahmadini, 2022).

Di wilayah Sebantengan Kelurahan Ungaran Kecamatan Ungaran Barat dari 37 balita, terdapat 1 balita stunted (2.7%) yang disebabkan kurangnya pengetahuan ibu tentang MPASI sehingga penulis melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberikan penyuluhan terhadap kader tentang “Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang”.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di wilayah Sebantengan Kelurahan Ungaran Kecamatan Ungaran Barat dengan sasaran 10 kader posyandu. Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi kegiatan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

Pada tahapan persiapan, tim pengabdian melakukan pendekatan kepada bidan desa, ketua posyandu, dan ketua kader wilayah setempat untuk meminta izin dan dukungan dalam menggerakkan kader untuk mengikuti kegiatan ini. Setelah itu dilakukan identifikasi masalah dan melakukan diskusi untuk menentukan solusi yang akan ditawarkan. Setelah solusi ditawarkan, maka dilakukan perancangan kegiatan pengabdian masyarakat terkait materi sosialisasi, simulasi kegiatan, dan tempat pelaksanaan kegiatan.

Pada tahap pelaksanaan yang dilakukan pada tanggal 30 Oktober 2024 di Balai RW Sebantengan, dimulai dengan kegiatan *pretest* dimana peserta diminta untuk menjawab 10 pertanyaan tertutup yang berhubungan dengan stunting. Kemudian dilanjutkan kegiatan penyuluhan tentang “Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang” dengan menggunakan media leaflet dan *power point*. Setelah itu dilakukan kegiatan *posttest* dimana peserta diminta untuk menjawab 10 pertanyaan tertutup yang berhubungan dengan stunting.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan tentang “Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang” dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober 2024, dihadiri 10 peserta yang merupakan kader posyandu wilayah Sebantengan, dan bertempat di Balai RW Sebantengan Kelurahan Ungaran. Kegiatan berjalan dengan lancar.

Penyampaian materi dilakukan dengan teknik diskusi secara kelompok dalam satu ruangan, dimana metode ini melibatkan peserta secara aktif dalam proses penyuluhan. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pendekatan sasaran yang ingin dicapai, penggolongan metode pendidikan ada 3 (tiga) yaitu metode berdasarkan pendekatan perorangan, metode berdasarkan pendekatan kelompok, metode berdasarkan pendekatan massa, untuk metode berdasarkan pendekatan kelompok penyuluhan. Penyuluhan berhubungan dengan sasaran secara kelompok. Dalam menyampaikan promosi kesehatan dengan metode ini perlu mempertimbangkan besarnya kelompok sasaran serta tingkat pendidikan formal dari sasaran (Sri, 2023).

Proses penyampaian materi dibantu menggunakan media dengan harapan dapat membantu proses penyampaian pesan sehingga lebih mudah dipahami oleh ibu hamil. Materi penyuluhan menggunakan bahasa yang disesuaikan dengan sasaran penyuluhan sehingga pesan yang disampaikan dapat dipahami dan dimengerti. Selain itu, alat bantu atau alat yang digunakan saat penyuluhan sangat berperan dalam tersampainya materi. Selain itu, alat bantu atau alat yang digunakan saat penyuluhan sangat berperan dalam tersampainya materi. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa media sebagai alat bantu menyampaikan pesan-pesan kesehatan, alat-alat bantu tersebut mempunyai fungsi menimbulkan minat sasaran, mencapai sasaran yang lebih banyak, membantu dalam mengatasi banyak hambatan dan pemahaman, memstimulasi sasaran pendidikan untuk meneruskan pesan-pesan yang diterima orang lain, mempermudah penyampaian bahan atau informasi kesehatan, Mempermudah penyampaian bahan atau informasi kesehatan, mempermudah penerimaan informasi oleh sasaran/masyarakat, Mendorong keinginan orang untuk mengetahui, kemudian lebih mendalami, dan akhirnya

mendapatkan pengertian yang lebih baik, membantu menegakkan pengertian yang diperoleh (Lusiana, 2017).

Sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, dilakukan kegiatan *pretest* dan *posttest*. Tabel hasil nilai pre test dan post test sebagai berikut:

Tabel 2. Pengetahuan Kader Kesehatan Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan

	Jumlah Peserta	Mean	Minimum	Maximum	Kategori Pengetahuan
<i>PRETEST</i>	10	99.00	90	100	Baik
<i>POSTTEST</i>	10	100	100	100	Baik

Hasil *pretest* didapatkan nilai terendah adalah 90 dan nilai tertinggi 100 sementara nilai rata-ratanya adalah 99. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan kader kesehatan tentang cara Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang sudah baik. Hal ini disebabkan karena saat ini informasi mengenai gizi seimbang mudah didapat. Menurut Indrawati et al (2020), pengetahuan adalah kesan didalam pikiran manusia sebagai hasil penggunaan panca inderanya. Pada dasarnya pengetahuan akan terus bertambah dan bervariasi sesuai dengan proses pengalaman manusia yang dialami.

Hasil *posttest* didapatkan nilai semua peserta adalah 100 dan nilai rata-rata 100. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian informasi sangat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan kader kesehatan tentang cara Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang. Menurut Notoatmojo (2012) bahwa penyuluhan kesehatan diharapkan pengetahuan dapat berpengaruh terhadap perilaku dan agar penyuluhan mencapai optimal dengan adanya masukan, materi yang sesuai sasaran kemudian alat bantu yang sesuai akan membantu kelancaran hasil yang lebih baik setelah penyuluhan. Selain itu dengan adanya pengalaman seseorang yang dapat memperluas informasi baik melalui hubungan sosial dalam berinteraksi secara kontinyu akan lebih besar terpapar informasi serta adanya paparan media cetak maupun elektronik, sehingga memberikan respon positif maupun negatif pada seseorang yang bisa mempengaruhi tingkat pengetahuan (Rahmadini, 2022).

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner *pretest* menunjukkan masih kurangnya pengetahuan pada pertanyaan no 7 “Kegiatan Posyandu tidak dapat mencegah anak mengalami stunting”. Berdasarkan hasil tersebut dapat diartikan bahwa masih ada peserta yang berpendapat bahwa kegiatan posyandu tidak dapat mencegah stunting. Padahal dalam kegiatan posyandu dapat dideteksi pertumbuhan balita yang tidak sesuai dengan segera dan kemudian dapat dilaporkan kepada pihak terkait untuk segera mendapat penanganan yang tepat. Oleh karena itu, promosi kesehatan merupakan salah satu cara untuk meningkatkan pengetahuan. Promosi kesehatan tentang Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang dapat diberikan oleh tenaga kesehatan sebagai upaya mencegah terjadinya stunting karena MP ASI yang kurang tepat. Melalui peningkatan pengetahuan diharapkan dapat membawa perubahan perilaku kesehatan pada ibu maupun keluarganya (Indrawati et al, 2020).

Setelah diberikan penyuluhan kesehatan terdapat peningkatan pengetahuan pada responden yang dapat dilihat dari pengisian kuesioner pada soal nomor 7 “Kegiatan Posyandu tidak dapat mencegah anak mengalami stunting”. Dari pertanyaan tersebut 100% responden menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan pada responden terkait Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang. Kegiatan evaluasi dilakukan langsung setelah pelaksanaan *posttest* dengan memberitahu kader hasil dari *posttest* bahwa terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang.



Simpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat di wilayah Sebantengan Kelurahan Ungaran Kecamatan Ungaran Barat dilakukan dengan pemberian penyuluhan tentang “Cegah Stunting dengan Gizi Seimbang”. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 30 Oktober 2024, dihadiri 10 peserta yang merupakan kader posyandu wilayah Sebantengan, dan bertempat di Balai RW Sebantengan Kelurahan Ungaran. Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar. Dari kegiatan *pretest* didapatkan nilai *mean* 95 dan *posttest* didapatkan nilai *mean* 100, sehingga dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan responden tentang cara pencegahan stunting dengan gizi seimbang.

Diharapkan dengan kegiatan pengabdian masyarakat tersebut dapat mengatasi permasalahan stunting yang ada di wilayah Sebantengan, Kelurahan Ungaran, Kecamatan Ungaran Barat, Kabupaten Semarang. Diharapkan kader posyandu dan bidan desa lebih aktif memberikan informasi kesehatan kepada masyarakat khususnya pada ibu bayi balita untuk pencegahan stunting.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang terlibat dan sudah memberikan support dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat di wilayah Sebantengan Kelurahan Ungaran Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang.

Daftar Pustaka

- Azizah, Ninik. (2018). *Konsep Kebidanan*. Jakarta: Pustaka Panasea.
- Cholifah, S. (2019). *Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Komunitas*. Sidoarjo: Umsida Press.
- Dale, Dewinny Septalia dan Emielda Ananda Dale. (2019). *Psikologi Kebidanan Memahami Psikis Wanita Sepanjang Daur Hidup Dalam Pelayanan Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Fitriani, Lina, Firawati & Raehan. (2021). *Buku Ajar Kehamilan*. Sleman: Deepublish.
- Indrawati dkk. (2020). *Penerapan Metode Penelitian dalam Praktik Keperawatan Komunitas Lengkap dengan Contoh Proposal*. 2nd edn. Surakarta: CV. Indotama Solo.
- Khairoh, M. Rosyariah, A. Ummah, K. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Media Publishing.
- Lusiana, dkk. (2017). *Buku Ajar Kebidanan Komunitas*. Bukittinggi: CV Rumahkayu Pustaka Utama.
- Maita L, Saputri M. Eka, Husanah Een. (2019). *Gizi Kesehatan Pada Masa Reproduksi*. Yogyakarta: CV Budi Utama.

- Mastiningsih, dkk. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan*. Bogor: In Media.
- Mayola, Dionisia, dkk. (2022). Pemberdayaan Masyarakat RT 03 RW 05 di Kelurahan Langensari Kabupaten Semarang. *Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Volume 1 No (2) 2022*, hlm. 284-287.
- Nawangsari, H & Shofiyah, S. (2022). *Modul Praktikum Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Sukabumi: CV Jejak Anggota IKAPI.
- Pinem, S., (2016). *Modul Asuhan Kebidanan Komunitas*. Medan: Asuhan Kebidanan Mitra Husada Medan.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2018). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. 1st ed.* Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Puji, Ninik, & Rini. (2021). “*Buku Panduan dan Buku Target Stase Asuhan Kebidanan Komplementer Prodi Pendidikan Profesi Program Profesi*”. Semarang: Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
- Rahmadini, Amelia, dkk. (2022). Pengabdian kepada Masyarakat RT 03 RW 05 di Desa Pandak Sidoharjo Kabupaten Sragen. *Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Volume 1 No (2) 2022*, hlm. 510-517.
- Ramos, Jamile. (2017). *Kesehatan Ibu dan Bayi Baru Lahir: Pedoman Untuk Perawat dan Bidan Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Ranuh, I, G, dkk. (2017). *Pedoman Imunisasi di Indonesia Edisi 6*. Jakarta: Ikatan Dokter Indonesia.
- Rosyaria, Arkha & Khairoh, Miftahul. (2019). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Media Publishing.
- Sajuni. (2020). Vaksinasi Measles, Mumps, dan Rubella (MMR) Sebagai Prophylaxis Terhadap COVID-19. *Jurnal Kesehatan dan Kedokteran, Vol. 1(2), 25-28, Juni 2020 hlm 25-28*.
- Situmorang, Ronalen Br., dkk. (2021). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Jawa Timur: CV Pustaka El Queena.
- Sri, Yulia, dkk. (2023). Pengabdian Masyarakat Pemberdayaan Masyarakat dalam Meningkatkan Nafsu Makan Melalui Pijat Tui Na di RW II desa Kalirejo Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang. *Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Volume 2 No (2) 2023*, hlm. 1061-1067.
- Sulfianti, S. dkk. (2021). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yogyakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Sulisdian, Erfiani & Rufaida. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Surakarta: CV Oase Group
- Surahman dan Sudiby. (2016). *Ilmu Kesehatan Masyarakat PKM*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Susanto, A. V. (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui, Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Bojonegoro: Pustaka Baru Press.
- Tyastuti, Siti dan Wahyuningsih. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Umrah A dan Asmawati. (2019). Pengaruh Pemberian Dukungan Sosial terhadap Pencapaian Peran Ibu Nifas. *Journal of Midwifery Volume 09 No 01, Maret 2019 hlm 787-795*.
- Varney, H. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan. Edisi 4, Volume 2*. Jakarta: EGC
- Walyani, E. S. (2015). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Yuliani, Diki Retno. (2021). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Bandung: Media Sains Indonesia.