

Nutritional Counseling for Pregnant and Breastfeeding Mothers as an Effort to Prevent Stunting in Sekarwangi Village, Malangbong District, Garut Regency

Riza Apriani¹, Astri Senania², Dhini Annisa Rahmasari Kanto³, Asman Sadino⁴, Faisal Amir⁵,
Abdul Malik⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi Kimia Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam.
Universitas Garut

*E-mail: aprianiriza@uniga.ac.id

Abstract

Stunting is one of the health problems that the government is concerned about because it has an impact on the quality of Indonesia's human resources. Until now, cases of stunting in Indonesia are still relatively high. One way that is considered effective to accelerate the achievement of zero stunting is to increase public awareness about stunting prevention, especially for pregnant and lactating mothers. The purpose of this community service activity is to support the government's program to achieve zero stunting by increasing the knowledge of pregnant and lactating mothers regarding good nutrition in the First 1000 Days of Life. The method used is to provide counseling and distribute brochures. Participants in this activity are pregnant women, lactating mothers and PKK mothers in the Sekarwangi Village area, Malangbong District, Garut Regency. The total number of participants in this activity is 50 people. This activity was carried out on Saturday, August 20, 2022. The results of this activity showed that there was an increase in knowledge scores after being given counseling. Based on this, it can be concluded that counseling on stunting prevention can increase the knowledge of pregnant and lactating mothers in the Sekarwangi Village area, Malangbong District, Garut Regency. It is hoped that this increase in knowledge can support the achievement of zero stunting in the area.

Keyword: Pregnant women, breastfeeding mothers, stunting

Article Info:

Received 12 April 2024

Received in revised 20 April 2024

Accepted 4 Mei 2024

Available online 15 Mei 2024

ISSN : 2745-6951

DOI : <https://doi.org/10.35899/ijce.v5i2.923>



[Indonesian Journal of Community Empowerment \(IJCE\)](#) is published under licensed of a CC BY-SA [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](#).
e-ISSN : 2745-6951
DOI : <https://doi.org/10.35899/ijce.v5i2.923>

Abstrak

Stunting menjadi salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian pemerintah karena berdampak pada kualitas sumber daya manusia Indonesia. Hingga saat ini, kasus terjadinya stunting di Indonesia masih tergolong tinggi. Salah satu cara yang dianggap efektif untuk mempercepat capaian *zero* stunting adalah dengan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pencegahan stunting, khususnya pada ibu hamil dan menyusui. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah untuk mendukung program pemerintah untuk mencapai *zero* stunting melalui peningkatan pengetahuan ibu hamil dan menyusui mengenai gizi yang baik pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. Metode yang digunakan adalah dengan pemberian penyuluhan dan penyebaran brosur. Peserta kegiatan ini yaitu ibu hamil, ibu menyusui dan ibu PKK di lingkungan Desa Sekarwangi, Kecamatan Malangbong, Kabupaten Garut. Total peserta kegiatan ini yaitu 50 orang. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 20 Agustus 2022. Hasil kegiatan ini didapatkan bahwa terdapat peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan penyuluhan. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa penyuluhan tentang pencegahan stunting dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan menyusui di wilayah Desa Sekarwangi, Kecamatan Malangbong, Kabupaten Garut. Adanya peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendukung pencapaian *zero* stunting di daerah tersebut.

Kata Kunci: Ibu hamil, ibu menyusui, stunting.

I. PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan gizi di Indonesia saat ini adalah stunting. Stunting atau pendek adalah suatu kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dibandingkan tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia). Stunting disebabkan karena kekurangan asupan gizi dalam jangka waktu yang lama, yaitu pada masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang merupakan masa kritis. Keadaan stunting ini ditunjukkan dengan nilai tinggi badan menurut usia (indeks TB/U) < -2 SD berdasarkan standar WHO. Selain pertumbuhan badan yang tidak optimal, dalam jangka panjang anak yang menderita *stunting* akan terhambat kecerdasannya sehingga prestasi belajar di sekolah akan menurun, memiliki risiko tinggi terkena penyakit tidak menular dan memiliki imunitas yang rendah sehingga mudah terserang penyakit [1], [2].

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 [3]. Tingginya angka kejadian stunting menjadi perhatian pemerintah. Pada saat ini pemerintah sedang menggalakan program pencegahan *stunting* di berbagai daerah dalam rangka menurunkan angka *stunting* menjadi 14% di tahun 2024 [4]. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif semua pihak untuk mendukung program pemerintah tersebut, salah satunya dengan melakukan edukasi kepada masyarakat untuk mencegah *stunting* sedini mungkin.

Penanggulangan/pencegahan stunting berkaitan erat dengan keberhasilan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) [5]. 1000 HPK dimulai saat bayi dalam kandungan ibu hingga berusia 2 tahun. Selama masa 1000 HPK terjadi proses pertumbuhan otak yang berpengaruh pada tinggi badan serta berat badan potensial yang dipengaruhi oleh asupan zat gizi makro dan mikro secara seimbang, sejak bayi dalam kandungan, masa menyusui hingga masa MPASI. Dengan demikian, pengabdian ini dilakukan untuk mengedukasi masyarakat di Desa Sekarwangi Kecamatan Malangbong Kabupaten Garut terkait gizi yang diperlukan oleh ibu hamil dan menyusui serta pendampingan MPASI untuk ibu balita.

II. METODE

Penyuluhan dilakukan di wilayah Desa Sekarwangi Kecamatan Malangbong Kabupaten Garut pada hari Sabtu, 20 Agustus 2022. Kegiatan ini melibatkan 50 ibu hamil dan menyusui. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi interaktif, dan penyebaran materi edukasi dalam bentuk brosur [6]. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan menggunakan kuesioner untuk mengukur pemahaman peserta mengenai nutrisi dan pencegahan stunting.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini terdiri dari 3 tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Beberapa kegiatan yang dilakukan pada tahap persiapan diantaranya 1) membuat leaflet tentang stunting, 2) menyiapkan makanan dan minuman bergizi yang digunakan sebagai contoh saat kegiatan penyuluhan berlangsung, 3) menyiapkan daftar hadir, dan 4) menyiapkan instrumen pengukuran pengetahuan berupa kuesioner. Kegiatan yang dilakukan pada tahap pelaksanaan diantaranya 1) pretest seputar stunting, 2) penyuluhan mengenai stunting, 3) diskusi dan tanya jawab, 4) posttest. Tahap terakhir pada kegiatan ini yaitu evaluasi. Materi yang diberikan saat penyuluhan diantaranya definisi, penyebab, dampak, ciri-ciri anak stunting, pencegahan stunting, dan pentingnya asupan gizi optimal. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui perubahan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan. Tahap ini dilakukan melalui pretest dan posttest menggunakan kuesioner pengetahuan yang dibuat oleh tim pengabdian.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai pentingnya gizi seimbang selama kehamilan dan menyusui. Sebelum penyuluhan, hanya 40%



peserta yang memahami pentingnya asupan nutrisi yang baik, sedangkan setelah penyuluhan, angka tersebut meningkat menjadi 80%. Selain itu, 70% peserta menyatakan akan menerapkan pola makan sehat yang disarankan.

Tujuan utama dari edukasi kesehatan adalah adanya perubahan perilaku. Salah satu upaya untuk mengantarkan ke tujuan utama tersebut adalah pemberian edukasi mengarahkan sasaran pada mimpi, harapan atau kekhawatiran, dan menawarkan manfaat-manfaat atau risiko jangka pendek dari suatu kejadian. Sasaran edukasi diantar ke gerbang perubahan perilaku, yaitu adanya tekad yang kuat, agar edukasi dan informasi dapat dipahami dan disetujuinya sampai dengan proses tindak lanjut, yaitu perubahan perilaku [7], [8]. Tujuan utama edukasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah adanya perubahan perilaku ibu balita dalam rangka optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan dalam 5 tahun pertama kehidupan yang diawali dengan adanya peningkatan pemahaman pengetahuan ibu [9], [2]. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan dalam pengabdian masyarakat ini mengindikasikan bahwa proses edukasi berjalan dengan baik dan informasi dapat diterima oleh sasaran.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan edukasi mengenai stunting dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pada tahap persiapan dilakukan pembuatan leaflet, penyediaan contoh makanan bergizi, penyusunan daftar hadir, dan penyusunan kuesioner. Tahap pelaksanaan meliputi pretest, penyuluhan materi stunting, diskusi, dan posttest. Evaluasi dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta menggunakan kuesioner. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dari 40% menjadi 80%, serta 70% peserta berkomitmen menerapkan pola makan sehat. Edukasi ini bertujuan mendorong perubahan perilaku ibu balita untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal anak di lima tahun pertama kehidupan. Peningkatan pengetahuan peserta membuktikan bahwa proses edukasi berjalan efektif dan informasi diterima dengan baik. Untuk meningkatkan efektivitas program ke depannya, disarankan supaya dilakukan pendampingan berkelanjutan kepada para peserta untuk memastikan perubahan perilaku benar-benar diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Mengembangkan variasi metode penyuluhan seperti simulasi, studi kasus, atau demonstrasi langsung agar materi lebih mudah dipahami dan menarik bagi peserta. Melibatkan kader kesehatan atau tokoh masyarakat untuk memperkuat dukungan sosial dan memperluas jangkauan edukasi. Melakukan monitoring dan evaluasi jangka panjang untuk mengukur dampak edukasi terhadap status gizi anak dalam beberapa bulan setelah kegiatan.

V. REFERENSI

- [1] G. Abdul, F. Maulani, N. Fauziah, T. Mohamad, and S. Mubarak, "The Effect Of Digital Literacy And E-Commerce Toward Digital Entrepreneurial Intention," *Bus. Innov. Entrep. J.*, vol. 5, no. 3, pp. 184–191, 2023, [Online]. Available:



- <https://ejournals.fkwu.uniga.ac.id/index.php/BIEJ/article/view/691>.
- [2] F. M. Puspitasari, S. Viprindartin, and ..., "Strategy Analysis for Reducing Stunting in Acceleration of Achievement of Sustainable Development Goals Case Study in Jember District, East Java," *Int. J. ...*, 2024, [Online]. Available: <https://journal.ijori.org/ijori/article/view/119>.
- [3] A. Assali, M. Younis, N. Sager, M. Dakis, and ..., "Stories of Struggle and Resilience: Parenting in Three Refugee Contexts," ... -*Challenges Child ...*, 2022, [Online]. Available: https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=DIhvEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA163&dq=%22anemia+prevent%22+stunting&ots=Y0ePR-cuto&sig=gN5E1TnzVQM4rIv4GXWPxrwH_CA.
- [4] N. Alam, H. Ashfia, S. Salma, and S. Nugraha, "The Influence of Product Innovation and Organizational Innovation On Culinary Business Performance Of Small And Medium Enterprises," vol. 5, no. 4, pp. 275–283, 2023.
- [5] N. Nurhayati, R. Suraya, R. Arika, and ..., "Analysis of Food Intake and Nutritional Status Among Pregnant Women in Rural Areas," ... *Period. J. ...*, 2023, [Online]. Available: <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/contagion/article/view/17983>.
- [6] N. A. Hamdani, G. A. F. Maulani, S. Nugraha, T. M. S. Mubarak, and A. O. Herlianti, "Corporate culture and digital transformation strategy in universities in Indonesia," *Estud. Econ. Apl.*, vol. 39, no. 10, pp. 1–8, 2021, doi: 10.25115/eea.v39i10.5352.
- [7] D. E. Rahayu, F. Africia, Z. H., and E. Yektiningsih, "Exclusive Breast Feeding as an Effort to Overcome Stunting in Toddlers With the Family Empowerment Strategy Approach," *J. Qual. Women S Heal.*, vol. 6, no. 2, pp. 120–126, 2023, doi: 10.30994/jqwh.v6i2.226.
- [8] N. A. Hamdani and R. N. Khalifah, "The Influence of Risk Perception on Business Model Innovation," *Int. J. ...*, 2023, [Online]. Available: <https://journal.rescollacomm.com/index.php/ijbesd/article/view/469>.
- [9] V. Y. Lameky, "Stunting in Indonesia: Current progress and future directions," *J. Healthc. Adm.*, 2024, [Online]. Available: <https://www.belitungraya.org/BRP/index.php/joha/article/view/3388>.
- [10] K. Khoiron, D. Rokhmah, N. Astuti, G. Nurika, and D. Putra, "Pencegahan Stunting Melalui Penguatan Peran Kader Gizi dan Ibu Hamil Serta Ibu Menyusui Melalui Participatory Hygiene and Sanitation Transformation (PHAST)," *ABDIKAN J. Pengabd. Masy. Bid. Sains dan Teknol.*, vol. 1, no. 1, pp. 74–80, 2022, doi: 10.55123/abdikan.v1i1.128.

