

## Upaya Pencegahan *Stunting* Melalui Peningkatan Pengetahuan Masyarakat Mengenai Pentingnya Gizi dan Pola Asuh Anak di Desa Ngambarsari

### (Stunting Prevention Through Increasing Public Knowledge About the Importance of Nutrition and Child Parenting in Ngambarsari Village)

Avicenna Lukman Alfajri<sup>1\*</sup>, Deni Lubis<sup>2</sup>, Aramadhea Latifah Wahyu Putri<sup>2</sup>, Rafidah Herawati<sup>2</sup>, Muhamad Ihsan Fardiansyah<sup>3</sup>, Jeanne Natasia Jaya<sup>4</sup>, Nur Shabrina Khairun Nisa<sup>5</sup>, Elisabeth Kurniasari Marcela Uskono<sup>6</sup>, Novia Cristiyani<sup>7</sup>, Retno Tri Rahayu Ningtyas<sup>8</sup>, Sekar Ayu Dwi Lestari<sup>9</sup>

<sup>1</sup>Departemen Teknologi Industri Pertanian, Fakultas Teknologi Pertanian, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>2</sup>Departemen Ilmu Ekonomi Syariah, Fakultas Ekonomi dan Manajemen, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>3</sup>Departemen Ilmu Tanah dan Sumberdaya Lahan, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>4</sup>Departemen Kedokteran Hewan, Sekolah Kedokteran Hewan dan Biomedis, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>5</sup>Departemen Ilmu Nutrisi dan Teknologi Pakan, Fakultas Peternakan, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>6</sup>Departemen Statistika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>7</sup>Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>8</sup>Departemen Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

<sup>9</sup>Departemen Bisnis, Sekolah Bisnis, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor, 16680

\*Penulis Korespondensi: avicennalukmanalfajri@apps.ipb.ac.id

### ABSTRAK

*Stunting* merupakan salah satu masalah yang dialami oleh para balita akibat terganggunya asupan gizi sejak masa kehamilan sehingga dapat menghambat perkembangan anak dan memberikan efek negatif jangka panjang. Tujuan kegiatan ini adalah untuk membantu mencegah angka kejadian *stunting* di Desa Ngambarsari sejalan dengan penurunan persentase pernikahan dini, perceraian, dan tingkat kemiskinan. Kegiatan ini dilakukan melalui aktivitas pengukuran di Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu), baik posyandu remaja maupun balita, serta pemberian *pre-test* dan *post-test* pada kelas untuk ibu hamil. Indikator keberhasilan pada setiap kegiatan antara lain, posyandu remaja minimal dihadiri 60% dari jumlah remaja di setiap dusun, posyandu balita minimal dihadiri 60% dari jumlah balita di setiap dusun, dan kelas ibu hamil dihadiri oleh 14 ibu hamil. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pada posyandu balita, rata-rata di setiap dusun terdapat satu balita yang mengalami *stunting*. Pada posyandu remaja terdapat masalah gizi anemia khususnya pada remaja putri, yaitu sebanyak 15%. Pada kelas ibu hamil didapatkan peningkatan pengetahuan terkait materi yang diberikan dengan rata-rata nilai *pre-test* sebesar delapan menjadi sembilan saat *post-test*. Kegiatan sosialisasi pencegahan *stunting* dengan sasaran ibu balita, ibu hamil, dan remaja dapat membantu mencegah kejadian *stunting* dengan meningkatkan pengetahuan masyarakat di Desa

Ngambarsari. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi kegiatan yang berkelanjutan agar seluruh masyarakat dapat memahami permasalahan *stunting* dan pencegahannya.

Kata kunci: gizi, posyandu, *stunting*

## ABSTRACT

*Stunting* is one of the problems experienced by toddlers due to disruption of nutritional intake since pregnancy, so it can inhibit child development and have long-term adverse effects. This activity aims to help reduce the percentage of *stunting* in Ngambarsari Village in line with the percentage of early marriage, divorce, and poverty rates. This activity is carried out through measurement activities at Integrated Health Post (Posyandu), both for adolescents and toddlers, as well as giving pre-test and post-test in classes for pregnant women. Indicators of success in each activity include at least 60% of the youth posyandu in each hamlet, the youth posyandu attended by at least 60% of the toddlers in each hamlet, and the pregnant women class attended by 14 pregnant women. The results showed that in the Posyandu for toddlers, on average, there was one child who was stunted in each hamlet. At the youth posyandu there are nutritional problems of anaemia, especially in adolescent girls, which is as much as 15%. In the class of pregnant women, there was an increase in knowledge related to the material provided, with an average pre-test score of 8 to 9 during the post-test. *Stunting* prevention socialization activities targeting mothers of children under five, pregnant women, and adolescents can help prevent *stunting* by increasing community knowledge in Ngambarsari Village. This activity is expected to be sustainable activity so that all people can understand the problem of *stunting* and its prevention.

Keywords: integrated health post, nutrition, *stunting*

## PENDAHULUAN

*Stunting* adalah kondisi dimana status gizi pada masa pertumbuhan dan perkembangan sangat kurang dilihat dari nilai *z-score* tinggi badan menurut umur (TB/U) kurang dari -2 standar deviasi berdasarkan standar pertumbuhan WHO (Ni'mah dan Nahdiroh 2015). *Stunting* sebagai salah satu masalah gizi pada balita dapat menghambat perkembangan anak dan memberikan dampak negatif jangka panjang yang sangat merugikan seperti penurunan intelektual, rentan terhadap penyakit, penurunan produktivitas hingga menyebabkan kemiskinan (Ni'mah dan Nahdiroh 2015). *Stunting* dapat disebabkan oleh banyak faktor, salah satu yang paling menentukan adalah yang dilakukan saat 1.000 hari pertama kehidupan. Faktor penyebab *stunting* diantaranya adalah kurangnya asupan gizi pada masa kehamilan sehingga menyebabkan gagal tumbuh janin yang menjadi awal mula terjadinya *stunting*. Oleh karena itu, perilaku pencegahan *stunting* harus dilakukan sejak ibu hamil memasuki trimester pertama sehingga pengetahuan ibu hamil dan dukungan keluarga, termasuk mengetahui faktor penyebab *stunting*, penting untuk mencegah *stunting* pada bayi (Kusumaningrum *et al.* 2022).

Berdasarkan data SSGI tahun 2021, sekitar 24,4% balita Indonesia mengalami *stunting*. Data Riskesdas pada tahun 2021 menunjukkan bahwa sekitar 27,9% balita di Kabupaten Wonogiri mengalami *stunting*. Angka *stunting* yang cukup tinggi dengan dampak yang sangat signifikan kepada masa depan anak memerlukan perhatian dan penanganan yang serius oleh seluruh lapisan masyarakat. Mahasiswa sebagai bagian dari masyarakat juga turut berupaya mengurangi angka *stunting* di Indonesia, khususnya Kabupaten Wonogiri dengan melaksanakan program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T). Program KKN-T

adalah kegiatan pembelajaran mahasiswa melalui pengabdian kepada masyarakat dengan membantu mencari solusi untuk menyelesaikan masalah yang sedang terjadi.

Kelompok KKN-T IPB 01 di Kabupaten Wonogiri tergerak untuk melakukan sosialisasi dan ikut serta dalam penyuluhan pentingnya pencegahan *stunting* di Desa Ngambarsari. Sosialisasi dan penyuluhan ini dilakukan bukan hanya kepada satu kelompok masyarakat, namun beberapa kelompok masyarakat. Kelompok masyarakat tersebut adalah kelompok ibu balita, ibu hamil, dan remaja. Ketiga kelompok tersebut merupakan subjek terpenting yang perlu diedukasi terkait upaya pencegahan *stunting*.

Patria (2017) dalam Pakphan (2020) menerangkan bahwa *golden age* (periode emas) atau 1.000 hari pertama kehidupan merupakan periode yang paling krusial dalam tumbuh kembang anak, dimana otak dan seluruh organ tubuh bayi akan berkembang pesat sejak di dalam kandungan hingga anak berusia sekitar 2 tahun, yang apabila tidak diperhatikan dengan baik dapat menimbulkan *stunting*. Selain itu, apabila kebutuhan dalam periode 1.000 hari pertama kehidupan tidak terpenuhi, maka dapat menimbulkan berbagai dampak yang bersifat permanen dan tidak dapat dikoreksi. Dampak tersebut tidak hanya pada pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan mental, kecerdasan, dan perilaku anak. Sebagaimana kajian dari Sasube dan Luntungan (2018) terkait pentingnya pemenuhan kebutuhan dasar guna tumbuh dan berkembang optimal, yaitu seperti asupan nutrisi, kasih sayang, stimulasi, imunisasi, serta kebersihan. Oleh sebab itu, kami mengadakan sosialisasi dan penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu balita untuk meningkatkan pengetahuan tentang bahaya *stunting* dan pencegahannya, serta diharapkan mampu diterapkan di kehidupan sehari-hari untuk mengurangi angka *stunting* di Kabupaten Wonogiri, khususnya di Desa Ngambarsari.

Pendampingan terhadap remaja di Desa Ngambarsari juga perlu dilakukan mengingat angka pernikahan dini serta perceraian yang tinggi di Kabupaten Wonogiri. Setiawati dan Windayanti dalam penelitian Metasari *et al.* 2022 menyebutkan bahwa pernikahan dini adalah pernikahan yang pelakunya masih muda yaitu seorang pria di bawah usia 21 tahun dan wanita di bawah usia 20 tahun serta tidak memenuhi syarat-syarat yang ada dalam pernikahan. Sekitar 43,5% dari balita yang mengalami *stunting* berasal dari ibu yang berusia antara 14-15 tahun. Selain itu, sebesar 22,4% dari balita *stunting* berasal dari ibu yang berusia antara 16-17 tahun. Kondisi ini menunjukkan bahwa kehamilan di usia remaja sebagai akibat dari pernikahan dini menyebabkan tingginya kemungkinan *stunting* pada bayi. Hal ini terjadi karena pada masa kandungan sang ibu dan janin saling berebut nutrisi untuk pertumbuhan (Kosiah *et. al* 2022).

Menurut Kepala Pengadilan Agama Wonogiri, Aris Setiawan, sepanjang tahun 2021 lalu, ada 244 perkara permohonan dispensasi nikah anak bawah umur. Roihan A Rasyid berpendapat bahwa dispensasi kawin adalah dispensasi yang diberikan Pengadilan Agama kepada calon mempelai yang belum cukup umur untuk melangsungkan perkawinan, bagi pria yang belum mencapai 19 tahun dan wanita belum mencapai 16 tahun. Rendahnya kesadaran remaja akan pentingnya pendidikan tinggi juga menjadi salah satu penyebab pernikahan dini. Hal ini juga dapat berdampak pada meningkatnya angka perceraian akibat kondisi mental yang belum siap serta permasalahan sosial dan ekonomi. Oleh sebab itu, diperlukan kegiatan sosialisasi dan penyuluhan terkait pencegahan pernikahan dini sebagai upaya pencegahan *stunting* pada kelompok remaja Desa Ngambarsari.

Tujuan pelaksanaan program kerja upaya pencegahan *stunting* oleh kelompok KKN-T IPB Desa Ngambarsari adalah mampu membantu upaya pencegahan *stunting* di Desa Ngambarsari sejalan dengan penurunan persentase pernikahan dini, perceraian, dan tingkat kemiskinan.

## METODE PENERAPAN INOVASI

### Posyandu Balita

#### a. Waktu dan tempat

Posyandu balita yang dilakukan oleh tim KKN-T dan kader posyandu setempat dilaksanakan sebanyak lima kali yaitu pada 6 Juli 2022 (Dusun Ngambarwetan-kulon dan Dusun Soko), 11 Juli 2022 (Dusun Pojok), 12 Juli 2022 (Dusun Godang), 13 Juli 2022 (Dusun Ngunut), dan 15 Juli 2022 (Dusun Sempu). Kegiatan ini dilakukan sebagai wujud pencegahan *stunting* di periode emas balita serta memberikan edukasi kepada para pengasuh agar lebih memperhatikan asupan makan dan pola asuh untuk mendukung perkembangan anak. Kegiatan posyandu dilakukan melalui pengukuran antropometri balita yang meliputi berat badan, tinggi/panjang badan, lingkaran lengan atas, dan lingkaran kepala. Selanjutnya dilakukan edukasi gizi berupa penyuluhan *stunting*, MP-ASI, dan gizi seimbang untuk para pengasuh balita.

#### b. Media

Media yang digunakan dalam pelaksanaan posyandu balita meliputi laptop, *power point*, serta alat pengukuran status gizi berupa timbangan berat badan, *microtoise*, pita lila, dan meteran kain.

#### c. Output yang diharapkan

*Output* yang diharapkan dari kegiatan ini adalah balita Desa Ngambarsari mendapatkan penilaian status gizi dan para pengasuh balita memahami prinsip gizi seimbang serta definisi, dampak, dan cara pencegahan *stunting*.

#### d. Indikator keberhasilan

Indikator yang digunakan yakni jumlah balita yang hadir dalam kegiatan posyandu balita minimal 60% dari jumlah balita di setiap dusun.

### Posyandu Remaja

#### a. Waktu dan tempat

Posyandu remaja dilaksanakan sebanyak dua kali, yaitu pada 25 Juni 2022 (Dusun Bawang) dan 6 Juli 2022 (Dusun Godang, Dusun Ngambarwetan, dan Dusun Ngambarkulon). Pelaksanaan posyandu ini dilakukan melalui penilaian status gizi remaja dengan cara penimbangan berat badan, lingkaran lengan atas, lingkaran perut, dan pengukuran Hb. Kegiatan dilanjutkan dengan sesi konsultasi oleh tim Puskesmas Karangtengah. Selanjutnya dilaksanakan penyuluhan mengenai pencegahan *stunting* yang terjadi pada remaja serta penyuluhan optimalisasi peran keluarga sebagai wujud pencegahan *stunting*.

#### b. Media

Media yang digunakan dalam pelaksanaan posyandu remaja meliputi laptop, *power point*, serta alat pengukuran status gizi berupa timbangan berat badan, *microtoise*, pita lila, dan meteran kain.

#### c. Output yang diharapkan

*Output* yang diharapkan dalam kegiatan ini, yaitu remaja di Desa Ngambarsari mendapatkan penilaian status gizi dan memahami prinsip gizi seimbang meliputi definisi, dampak serta cara pencegahan *stunting*.

#### d. Indikator keberhasilan

Indikator yang digunakan yakni jumlah remaja yang hadir dalam kegiatan posyandu remaja minimal 60% dari jumlah remaja di setiap dusun.

### **Kelas Ibu Hamil**

a. Waktu dan tempat

Kelas ibu hamil dilaksanakan sebanyak satu kali yaitu pada 26 Juli 2022 di Balai Desa Ngambarsari. Kegiatan kelas ibu hamil dilakukan melalui edukasi gizi berupa penyuluhan *stunting*, manajemen stres, dan gizi seimbang. Pada awal kegiatan dilakukan pengisian *pre-test* untuk mengetahui pengetahuan dasar para peserta (ibu hamil) sedangkan pada akhir kegiatan dilakukan pengisian *post-test* dengan harapan sesuai dengan *output* yang dimana pengetahuan para peserta (ibu hamil) meningkat setelah dilaksanakan kelas ibu hamil. Penyuluhan pada kelas ibu hamil merupakan salah satu inovasi dari tim KKN-T untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil sehingga menjadi salah satu upaya dalam pencegahan *stunting* di Desa Ngambarsari.

b. Media

Media yang digunakan dalam pelaksanaan kelas ibu hamil meliputi laptop, *power point*, *speaker*, *flyer*, dan poster.

c. *Output* yang diharapkan

*Output* yang diharapkan dari kegiatan ini adalah ibu hamil Desa Ngambarsari memahami prinsip gizi seimbang dan manajemen stres yang meliputi definisi, dampak serta cara pencegahannya.

d. Indikator keberhasilan

Indikator keberhasilan yang digunakan yakni nilai *post-test* yang meningkat jika dibandingkan dengan nilai *pre-test* (peserta kelas ibu hamil lebih memahami prinsip gizi seimbang dan manajemen stres).

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Posyandu Balita**

Posyandu merupakan tempat yang paling tepat dalam memberikan pelayanan kesehatan pada balita secara menyeluruh dan terpadu (Nain 2008). Menurut Dinkes Majalengka (2013) terdapat berbagai macam kegiatan yang terdapat di posyandu diantaranya yaitu kesejahteraan ibu dan anak (KIA), keluarga berencana (KB), perbaikan gizi, imunisasi, dan penanggulangan diare. Terdapat beberapa faktor yang mengakibatkan terjadinya *stunting*, faktor tersebut diantaranya yaitu faktor yang bersumber dari permasalahan tingkat keluarga, pelayanan kesehatan, adanya penyakit infeksi, dan asupan makanan yang erat kaitannya dengan defisiensi zat gizi (WHO 2013), dan juga tingkat kehadiran posyandu (Welaasih dan Wirjatmadi 2012)

Kegiatan yang dilaksanakan pada posyandu balita diantaranya yaitu pengukuran antropometri pada balita serta sosialisasi mengenai pentingnya pencegahan *stunting* dan edukasi MP-ASI kepada para ibu balita. Perancangan media edukasi berupa *power point* sosialisasi mengenai pentingnya gizi dan pengaruh pola asuh keluarga terhadap kejadian *stunting*. Melalui sosialisasi yang telah dilaksanakan, pengasuh balita mendapatkan pengetahuan terkait pentingnya gizi dan pola asuh anak untuk pencegahan *stunting* balita. Selain itu, balita yang hadir juga mendapatkan penilaian status gizi dengan pengukuran tinggi badan, panjang badan, berat badan, lingkaran lengan atas, serta lingkaran kepala. Berdasarkan hasil pengukuran yang telah dilakukan, rata-rata di setiap dusun terdapat satu balita yang masih mengalami *stunting* yang dilihat berdasarkan indikator tinggi menurut usianya.



Gambar 1. Pengukuran antropometri balita



Gambar 2. Sosialisasi pentingnya gizi dan pola asuh pada anak

### Posyandu Remaja

Posyandu remaja merupakan kegiatan yang dilakukan sebagai upaya memberikan edukasi kepada remaja mengenai gizi dan kesehatan. Remaja menjadi sasaran dalam kegiatan edukasi pencegahan *stunting* ini karena remaja akan menjadi calon-calon orang tua yang akan memengaruhi kesehatan dan tumbuh kembang generasi selanjutnya. Kegiatan yang dilaksanakan diantaranya, yaitu pengukuran antropometri, pengukuran kadar Hb untuk remaja perempuan, sosialisasi mengenai pencegahan pernikahan dini untuk meminimalisir angka *stunting* serta *games* edukasi yang dilaksanakan untuk mengetahui pemahaman peserta mengenai materi yang telah diberikan. Jumlah peserta yang hadir pada posyandu remaja di Dusun Bawang adalah 47 orang dan peserta yang hadir di posyandu remaja gabungan Dusun Godang dan Ngambarkulon-wetan adalah 32 orang.

Kegiatan pengukuran antropometri dilakukan untuk mengetahui status gizi remaja dengan mengukur berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas, serta lingkaran pinggang. Berdasarkan hasil pengukuran masih terdapat remaja dengan status gizi *underweight* maupun *overweight* yang dilihat berdasarkan indikator berat badan menurut usianya. Selain

itu masih terdapat juga remaja yang mengalami KEK (Kekurangan Energi Kronik) yang dilihat berdasarkan pengukuran lingkaran lengan atas dengan nilai  $<23,5$  cm menurut Rahmadi (2013). Seorang remaja yang mengalami masalah gizi akan meningkatkan kerentanan terhadap penyakit di usia dewasa serta berisiko melahirkan generasi yang bermasalah gizi. Pada saat kegiatan posyandu remaja, dilakukan pula pengukuran kadar Hb untuk remaja putri. Berdasarkan hasil pengukuran masih terdapat remaja putri di Desa Ngambarsari yang mengalami anemia dengan kadar Hb kurang dari 12 mg/dl yaitu sebanyak 15%. Remaja diberikan edukasi mengenai anemia dengan media *games* edukasi sehingga dapat lebih waspada terhadap dampak anemia. Dampak jangka panjang remaja putri yang mengalami anemia adalah sebagai calon ibu yang nantinya hamil, maka remaja putri tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan dan persalinan, risiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR, dan angka kematian perinatal (Sari *et al.* 2019).

Kegiatan lain yang dilaksanakan adalah sosialisasi mengenai pencegahan pernikahan dini yang bertujuan untuk meminimalisir angka *stunting* di generasi selanjutnya. Sosialisasi tersebut disampaikan oleh narasumber yang berasal dari tim promosi kesehatan Puskesmas Karangtengah. Materi yang disampaikan dalam sosialisasi tersebut mengenai dampak melakukan pernikahan dini yang dikaitkan dengan *stunting*. Selain itu, narasumber juga menyampaikan materi mengenai gambaran umum *stunting*, penyebab, dampak, serta ciri-ciri anak *stunting* sehingga diharapkan para remaja yang mengikuti kegiatan tersebut menjadi lebih paham dan waspada mengenai bahaya *stunting*. Narasumber menyampaikan, bahwa remaja yang melakukan pernikahan dini belum siap dalam berbagai aspek seperti aspek fisik, ekonomi, dan sosial. Menurut Retni *et al.* (2016), kehamilan usia remaja sangat berisiko karena kondisi ibu masih dalam pertumbuhan sehingga asupan makanan lebih banyak dibutuhkan oleh tubuhnya sendiri, sedangkan janin yang dikandungnya juga memerlukan masukan gizi yang tinggi, selain itu perkembangan fisik juga belum sempurna termasuk organ reproduksi. Belum matangnya organ reproduksi pada ibu hamil usia remaja ini dapat merugikan kesehatan ibu maupun pertumbuhan dan perkembangan janin.



Gambar 3. Pengukuran antropometri remaja

Media lain yang digunakan dalam kegiatan posyandu remaja ini, yaitu poster dan *flyer*. Poster yang dibuat memuat informasi mengenai ajakan untuk mencegah pernikahan dini karena memberikan dampak buruk untuk masa depan. Sementara itu, *flyer* yang dirancang memuat informasi mengenai hubungan pernikahan dini dengan kejadian *stunting*.

Kegiatan selanjutnya adalah *games* edukasi sebagai indikator pemahaman peserta posyandu remaja berupa pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan gizi dan pernikahan dini sesuai materi sosialisasi yang telah disampaikan. Peserta sangat antusias dan aktif menjawab setiap pertanyaan yang diberikan. Hal tersebut memberikan gambaran bahwa peserta dapat memahami materi dengan baik dari materi yang telah diberikan. Setelah peserta menjawab setiap pertanyaan yang diberikan, tim KKN-T memberikan penjelasan lebih lanjut sehingga dapat lebih meningkatkan pemahaman peserta.



Gambar 4. Media edukasi poster pada posyandu remaja



Gambar 5. Media edukasi flyer pada posyandu remaja



Gambar 6. Kegiatan posyandu remaja

### Kelas Ibu Hamil

Kelas ibu hamil yang dilaksanakan merupakan program edukasi mengenai pentingnya gizi dan pengelolaan emosi selama masa kehamilan. Kegiatan ini dihadiri oleh 14 ibu hamil. Program tersebut bertujuan untuk memberikan pengetahuan baru ibu hamil di Desa Ngambarsari sehingga dapat melahirkan generasi yang lebih baik. Materi pentingnya kecukupan gizi selama kehamilan menjadi salah satu materi yang dibawakan dalam sosialisasi karena kecukupan gizi ibu akan mempengaruhi tumbuh kembang janin yang sedang dikandung ibu. Gizi yang baik selama kehamilan menjadi salah satu indikator terhadap tingkat kesehatan anak yang akan dilahirkan. Pratiwi dan Hamidiyanti (2020) mengemukakan bahwa, kondisi kesehatan dan gizi ibu sebelum dan saat kehamilan serta setelah persalinan mempengaruhi pertumbuhan janin dan risiko terjadinya *stunting*. Oleh karena itu, masa kehamilan merupakan masa dimana ibu membutuhkan berbagai unsur gizi (karbohidrat, protein, vitamin, mineral, lemak) yang lebih banyak daripada yang diperlukan dari keadaan tidak hamil. Tambahan kebutuhan gizi tersebut tidak hanya diperlukan untuk memenuhi kebutuhan sendiri namun diperlukan juga untuk pertumbuhan dan perkembangan janin yang ada di dalam kandungan (Milah 2018).

Materi kedua yang dibawakan dalam kegiatan kelas ibu hamil yaitu mengenai pengelolaan emosi selama masa kehamilan. Materi tersebut penting untuk disampaikan karena selama masa kehamilan terjadi perubahan emosi yang tidak terkontrol yang dapat mempengaruhi kondisi janin. Menurut Sarifah (2016), perubahan emosi pada ibu hamil sering kali menimbulkan perasaan tegang, panik, takut, stres, dan khawatir. Ibu yang cerdas secara emosi akan memandang kehamilan dan perubahan yang terjadi merupakan hal positif sehingga akan melewati kehamilan dengan baik dan nyaman. Tingkat pemahaman peserta yang mengikuti kelas ibu hamil dilihat berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*. Tabel 1 merupakan perbandingan rata-rata skor *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 1 Rata-rata skor *pre-test* dan *post-test* sosialisasi kelas ibu hamil

Rata-rata skor <i>pre-test</i>	Rata-rata skor <i>post-test</i>
8	9

*Pre-test* dan *post-test* dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan ibu hamil terkait gizi dan pengelolaan emosi selama masa kehamilan. Jumlah soal yang diberikan, yaitu sebanyak 10 soal benar salah. *Pre-test* dilakukan tepat sebelum kegiatan sosialisasi dimulai, sedangkan *post-test* dilakukan ketika kegiatan sosialisasi telah selesai. Berdasarkan hasil *pre-test*, rata-rata ibu hamil dapat menjawab 8 soal dengan benar. Setelah diberikan materi sosialisasi, diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil dimana rata-rata skor *post-test* yaitu 9. Soal *pre-test* dan *post-test* yang diberikan merupakan pertanyaan berdasarkan materi penyuluhan yang disampaikan. Soal yang diberikan merupakan soal terkait pengetahuan gizi dan pengelolaan emosi selama kehamilan. Rata-rata peserta memberikan jawaban yang salah pada soal pengetahuan gizi terkait fungsi zat gizi untuk kesehatan janin serta bahan pangan dengan kandungan zat gizi tertentu. Sementara itu, pertanyaan terkait pengelolaan emosi dapat dijawab dengan benar.

Media edukasi lain yang digunakan adalah poster dan *flyer* mengenai edukasi MP-ASI untuk mempersiapkan pemenuhan gizi anak sehingga dapat mencegah kejadian *stunting*. Dalam poster dan *flyer* tersebut memuat informasi mengenai pentingnya MP-ASI, panduan MP-ASI, bahan pangan yang dapat digunakan serta contoh resep MP-ASI.



Gambar 7. Media edukasi poster pada kelas ibu hamil



Gambar 8. Media edukasi *flyer* pada ibu hamil



Gambar 9. Kegiatan kelas ibu hamil

## SIMPULAN

Upaya pencegahan *stunting* melalui peningkatan pengetahuan masyarakat di Desa Ngambarsari dilakukan dengan beberapa kegiatan antara lain; posyandu balita, posyandu remaja, dan kelas ibu hamil yang di setiap kegiatannya diadakan pengukuran antropometri dan sosialisasi mengenai pencegahan *stunting*. Keseluruhan kegiatan pencegahan *stunting* yang dilakukan kelompok KKN-T dapat diterima dengan baik oleh masyarakat Desa Ngambarsari dengan melihat antusiasme masyarakat dalam mengikuti setiap kegiatan. Kegiatan-kegiatan yang dilakukan diharapkan dapat mengurangi angka *stunting* di Desa Ngambarsari secara perlahan melalui meningkatnya pengetahuan masyarakat Desa Ngambarsari. Program-program yang telah dilaksanakan merupakan program berkelanjutan yang dapat diteruskan langsung oleh berbagai pihak seperti puskesmas, kader posyandu, dan kelompok PKK setempat. Saran untuk pihak setempat terkait keberlanjutan program diantaranya, yaitu pelaksanaan posyandu baik posyandu balita, remaja, maupun ibu hamil diharapkan dapat berjalan rutin setiap bulan di setiap dusun serta perlu adanya peningkatan peran puskesmas dalam setiap kegiatan posyandu agar kegiatan lebih terstruktur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Destiadi A, Nindya TS, Sumarmi S. 2015. Frekuensi kunjungan posyandu dan riwayat kenaikan berat badan sebagai faktor risiko kejadian *stunting* pada anak usia 3-5 tahun. *Media Gizi Indonesia*. 10(1): 71-75.
- Idaningsih A. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kunjungan balita ke posyandu. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*. 1(2): 16-29.
- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. *Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021*. Jakarta (ID): Kemenkes RI.

- [Kemenkes RI] Kementerian Kesehatan RI. 2021. *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2021*. Jakarta (ID): Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Khosiah N, Dirgayunita A, Soliha IA, Adawiyah R. 2022. Edukasi pernikahan dini dalam upaya pencegahan *stunting* pada Jam'iyah Muslimat Al-Barokah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 4(2): 436-441.
- Kusumaningrum S, Anggraini MT, Faizin C. 2022. Hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan *stunting* pada ibu hamil. *Herb-Medicine Journal*. 5(2): 10-17.
- Metasari AL. 2022. Sosialisasi bahaya pernikahan dini sebagai upaya konvergensi pencegahan *stunting* di SMA Negeri 1 Ngoro. *Jurnal BUDIMAS*. 4(2): 1-6.
- Milah AS. 2018. Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang asupan nutrisi di Desa Pawindan Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis. *Jurnal Buletin Media Informasi Kesehatan*. 14(2): 95-109.
- Ni'mah K, Nahdiroh SR. 2015. Faktor yang berhubungan dengan kejadian *stunting* pada balita. *Jurnal Media Gizi Indonesia*. 10(1): 13-19.
- Pakpahan S. 2020. Penyuluhan dan pelatihan stimulasi periode emas anak 1000 HPK di Wilayah Puskesmas Sipoholon, Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2019. *Jurnal Nasional Pengabdian Masyarakat*. 1(1):125-131.
- Pratiwi IG, Hamidiyanti BYF. 2020. Edukasi tentang gizi seimbang untuk ibu hamil dalam pencegahan *stunting*. *Jurnal Pengamas Kesehatan Sasambo*. 1(2): 62-69.
- Rahmadi A. 2013. Perbandingan pengukuran lingkaran lengan atas dengan indeks massa tubuh dalam penentuan risiko kurang energi kronis pada siswi SMA Negeri 4 Kotabumi. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*. 6(2): 14-19.
- Rasyid RA. 1998. *Hukum Acara Peradilan Agama*. Jakarta (ID): Raja Grafindo Persada.
- Retni, Margawati A, Widjanarko B. 2016. Pengaruh status gizi & asupan gizi ibu terhadap berat bayi lahir rendah pada kehamilan usia remaja. *Jurnal Gizi Indonesia*. 5(1): 14-19.
- Sarifah S. 2016. Hubungan kecerdasan emosi dengan kecemasan ibu hamil pertama trimester ke-3 dalam menghadapi persalinan di Samarinda. *Psikoborneo*. 4(1): 10-17.
- Sari P, Judistiani TD, Pertiwi W, Wijaya M, Nirmala SA, Bestari AD. 2019. Pengetahuan remaja putri mengenai anemia defisiensi besi dan pencegahannya di Kecamatan Jatinangor. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*. 8(4): 265-267.
- Sasube LM, Luntungan AH. 2018. Nutrition intake of golden period of life. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Pangan*. 5(2):1-5.