

## Edukasi Kesehatan Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Pulau Harapan Kepulauan Seribu, Jakarta

Irma Nurbaeti<sup>1</sup>, Siti Rochanah<sup>2</sup>, Yulianingsih<sup>3</sup>, Idriani<sup>4</sup>, Kartini<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Prodi Ners UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, <sup>2</sup>Prodi Ners, STIKes RSPAD Gatot Soebroto Jakarta <sup>3</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Borobudur Jakarta, <sup>4</sup>Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta, <sup>5</sup>Prodi Ners Universitas Esa Unggul Jakarta

E-mail: <sup>1</sup>irma.nurbaeti@uinjkt.ac.id, <sup>2</sup>inaroch@stikesrspadgs.ac.id,

<sup>3</sup>yuliawijaya1954@gmail.com, <sup>4</sup>idriani8@gmail.com, <sup>5</sup>kartinich@gmail.com

### Abstrak

Stunting merupakan suatu kondisi anak berusia di bawah lima tahun gagal mencapai tinggi seharusnya yang diakibatkan infeksi berulang dan kekurangan gizi kronis. Kejadian stunting dapat terjadi pada masa kehamilan dapat disebabkan asupan gizi yang kurang saat hamil, pola makan yang tidak sesuai, serta kualitas makanan yang rendah sehingga mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan bayi. Hal ini antara lain karena kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan. Karenanya penting dilakukan edukasi kesehatan pencegahan stunting pada ibu hamil. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan pada ibu hamil tentang pencegahan stunting yang bisa dilakukan sejak masa kehamilan sampai anak usia 2 tahun. Pelaksanaan kegiatan pada hari Senin, 24 Juli 2023 di Kelurahan Pulau Harapan Kepulauan Seribu, DKI Jakarta, diikuti oleh 20 Ibu hamil dan 10 ibu balita. Metode pelaksanaan yaitu pretest, pemberian edukasi pencegahan stunting pada ibu hamil dan post-test. Hasil edukasi didapatkan peningkatan skor pengetahuan sebanyak 10,71, hasil uji terdapat peningkatan yang bermakna (Hasil t-test= 4,177; nilai p=0,002). Kesimpulan. Pentingnya program kegiatan edukasi kesehatan pencegahan stunting bagi ibu hamil, dapat dilanjutkan dengan program asuhan nutrisi sehat dan pemantauan ibu hamil dan balita, untuk mencegah stunting.

Kata kunci: Edukasi kesehatan, Ibu Hamil, Seribu Hari Pertama, Stunting.

### Abstract

*Stunting is a condition in which children under the age of five fail to reach their proper height due to infections and chronic malnutrition. The incidence of stunting has been begun since pregnancy. This is caused by insufficient nutritional intake during pregnancy, inappropriate diet, and low food quality. Lack of knowledge of mothers about health and nutrition before and during pregnancy has contribution. Therefore, it is important to carry out health education on stunting prevention for pregnant women. The purpose of community service was to provide knowledge to pregnant women about stunting prevention. The activity took place on Monday, July 24, 2023 at the Pulau Harapan Kepulauan Seribu, DKI Jakarta. A total of 20 pregnant women and 10 mothers of toddlers was participated. The methods began with a pretest, providing health education, and ending with a post-test. The results of education obtained an increase in knowledge score of 10.71, test results there was a significant increase (t-test = 4.177; p-value = 0.002). Conclusion. The importance of stunting prevention health education for pregnant women can be continued with healthy nutrition care programs and monitoring of pregnant women and toddlers, to prevent stunting.*

*Keywords: Health Education, Pregnant women, The First 1000 Days of Life, Stunting*

## 1. PENDAHULUAN

Permasalahan utama yang dapat menyebabkan peningkatan morbiditas dan mortalitas pada anak adalah masalah gizi. Ragam masalah gizi dalam berbagai macam seperti anak pendek (stunting), anak kurus (wasting) dan anak dengan kelebihan berat badan (obesitas)[1]. Stunting merupakan masalah gizi tertinggi terjadi pada anak (23,8%) dibandingkan dengan masalah gizi kurus (11%) atau masalah obesitas pada anak (6%)[2].

*Stunting* merupakan kondisi yang terjadi pada anak berusia di bawah lima tahun gagal mencapai tinggi yang ideal (pendek), hal ini diakibatkan karena kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Kekurangan gizi ini terutama terjadi pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Masalah ini merupakan salah satu masalah gizi yang dihadapi dunia pada negara berkembang termasuk Indonesia. Data Survei status gizi Indonesia tahun 2022 menunjukkan bahwa balita di Indonesia yang mengalami *stunting* berada pada angka 21,6% menurun sebesar 2,8% dari tahun 2021 sebesar 24,4% dan angka *wasting* mencapai 7,7% meningkat sebesar 0,6% dari tahun 2021 sebesar 7,1%. *World Health Organization* (WHO) menetapkan Indonesia sebagai negara kelima dengan angka prevalensi *stunting* tertinggi di Asia pada tahun 2020. Meski pada tahun 2022 kasus *stunting* mengalami penurunan di Indonesia yaitu berada pada angka 21,6%, namun, angka tersebut masih belum memenuhi target WHO yakni 20%. Menurut hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, prevalensi *stunting* anak usia di bawah 5 tahun (balita) DKI Jakarta mencapai 14,8% pada tahun 2022 [1].

Penyebab kejadian *stunting* merupakan multifaktor. Faktor penyebabnya bisa langsung maupun tidak langsung. Penyebab langsung diantaranya adalah asupan makanan yang kurang adekuat dan faktor penyakit infeksi menahun. Faktor langsung lainnya adalah kondisi anemia pada remaja. Faktor tidak langsung diantaranya adalah kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi, kesalahan pola asuh, sanitasi dan higiene yang kurang baik serta masih kurang optimalnya pelayanan pada ibu hamil dan balita. Faktor lainnya adalah belum disadari oleh masyarakat bahwa anak pendek merupakan suatu masalah. Masyarakat seringkali kali melihat walaupun pendek akan tetapi jika anak-anak tersebut beraktivitas secara normal, maka anak tersebut tidak seperti anak kurus yang harus segera diatasi. Faktor lainnya yaitu kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum hamil, selama kehamilan, dan setelah melahirkan. Hal lainnya yang menjadi faktor penyebab adalah tidak terpenuhinya Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif pada bayi 0-6 bulan. Sebanyak 60% dari anak usia 0-6 bulan tidak mendapatkan ASI secara eksklusif, dan 2 dari 3 anak usia 0-24 bulan tidak menerima Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI)[3].

Dampak *stunting* yaitu akan terjadi defisit perkembangan intelektual anak dan dapat menurunkan kemampuan belajar anak. Data UNICEF menunjukkan anak-anak yang *stunting* mendapatkan nilai tes kecerdasan lebih rendah secara bermakna dibandingkan dengan anak yang tidak *stunting* pada usia 8 dan 11 tahun. Penurunan kecerdasan ini dikhawatirkan dapat memberikan dampak pada kualitas SDM dan Indeks Pembangunan Manusia di suatu negara [4]. Dampak yang ditimbulkan akibat *stunting* pada anak cukup besar, sehingga diperlukan berbagai upaya penanganan. Selain itu, masalah *stunting* juga sebagai target *Sustainable Development Goals* (SDGs), dan termasuk tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2: menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030. Target yang ditetapkan adalah menurunkan angka *stunting* hingga 40% pada tahun 2025 [5]. Upaya untuk menurunkan angka kejadian *stunting* salah satunya adalah dengan melakukan intervensi kepada ibu hamil dan bersalin.

Oleh karena itu, masyarakat perlu dipersiapkan sedini mungkin sejak sebelum menikah dan saat hamil agar memiliki kesadaran diri dan pengetahuan yang baik untuk mencegah terjadinya *stunting*. Pengetahuan perlu dimiliki terutama pada periode emas kehidupan, dimulai pada saat masih berada dalam kandungan hingga 2 tahun pertama kehidupan. Masa ini sangat penting karena sangat berpengaruh terhadap kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak sangat pesat, sehingga akan berdampak pada masa yang akan datang [6]. Fokus penanganan gizi pada 1000

HPK adalah untuk mencegah terjadinya masalah stunting [7]. Salah satu daerah dengan prevalensi stunting tertinggi di DKI Jakarta adalah Kepulauan Seribu. Pada Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, sebanyak 20,5% anak mengalami stunting. Angka ini naik 1,2 % dari 2021 sebesar 19,3%. Sedangkan kota Jakarta Utara menempati peringkat kedua wilayah dengan prevalensi *stunting* sebesar 18,5% [3].

Ikatan Perawat Maternitas Indonesia (IPEMI) DKI Jakarta sebagai organisasi yang peduli dengan kesehatan wanita termasuk ibu dan anak terpanggil untuk ikut berperan serta secara aktif dalam upaya menurunkan kejadian stunting melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Hal tersebut sejalan dengan program pemerintah Indonesia untuk melakukan intervensi sensitif dan spesifik permasalahan gizi ibu hamil. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat dengan program Edukasi Kesehatan pencegahan stunting pada ibu hamil di Pulau Harapan Kepulauan Seribu Provinsi DKI Jakarta. Kegiatan bertujuan untuk sharing informasi dan memberikan pengetahuan pada ibu hamil tentang pencegahan stunting selama periode kehamilan.

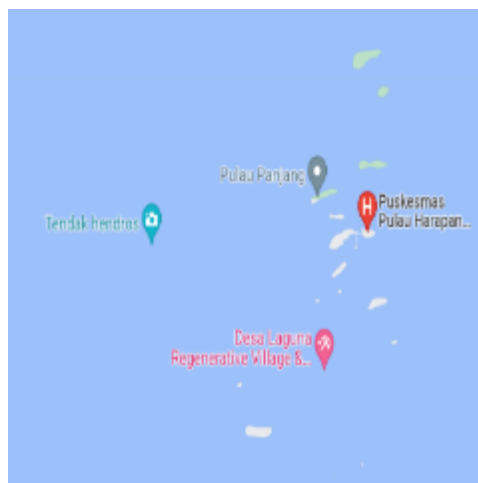
## 2. METODE

### 2.1. Desain pengabdian masyarakat

Desain yang dilakukan untuk pengabdian masyarakat adalah edukasi kesehatan

### 2.2. Waktu dan Tempat pelaksanaan

Waktu pelaksanaan Senin, 24 Juli 2023 bertempat di Aula Kelurahan Pulau Harapan, Kabupaten Kepulauan Seribu Provinsi DKI Jakarta.



Gambar 1. Peta Pulau

Harapan Kepulauan Seribu

### 2.3. Tahapan penyelesaian masalah

Tahap penyelesaian masalah adalah perencanaan, persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

- a. Tahap perencanaan dengan melakukan analisis situasi masalah yang ada di Pulau Harapan Kepulauan Seribu dan kegiatan yang cocok dilakukan.
- b. Tahap persiapan meliputi mengurus perijinan ke Bupati Kepulauan Seribu, dan Kepala Puskesmas kepulauan Seribu, persiapan materi berupa PPT dan Video, menyiapkan lembar pre-test dan post-test dengan secara online dengan googleform. Persiapan keberangkatan meliputi transportasi dan akomodasi serta konsumsi dan menyiapkan souvenir. Persiapan lainnya adalah melakukan

koordinasi dengan petugas Puskesmas, dan kader kesehatan di Pulau Harapan kepulauan Seribu.

- c. Tahap Pelaksanaan. Pelaksanaan yaitu pelaksanaan kegiatan pada hari yang sudah ditentukan, dan monitoring evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan dengan menggunakan goggle form. Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan kerjasama dengan Ikatan Perawat Maternitas (IPEMI) DKI Jakarta. Kegiatan edukasi kesehatan dilaksanakan pada hari Senin, 24 Juli 2023 pukul 09.00 – 12.00 WIB sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan. Dihadiri oleh Kepala Puskesmas Kelurahan Pulau Harapan, Sekretaris kelurahan Pulau Harapan, sedangkan peserta sebanyak 20 ibu hamil, 10 ibu dengan balita, 4 kader kesehatan dan 3 petugas Puskesmas. Kegiatan dibuka oleh kepala Puskesmas. Kegiatan dilanjutkan dengan pretest. Kegiatan inti adalah Edukasi Kesehatan mengenai pencegahan stunting pada ibu hamil. Media yang digunakan dalam kegiatan adalah powerpoint dan video. Kegiatan diakhiri dengan tanya jawab. Selanjutnya adalah tahap Evaluasi dan monitoring.
- d. Terakhir adalah Tahap Evaluasi. Evaluasi dengan dilakukannya *posttest* dan pemberian kenang-kenangan untuk Puskesmas dan souvenir untuk seluruh peserta.

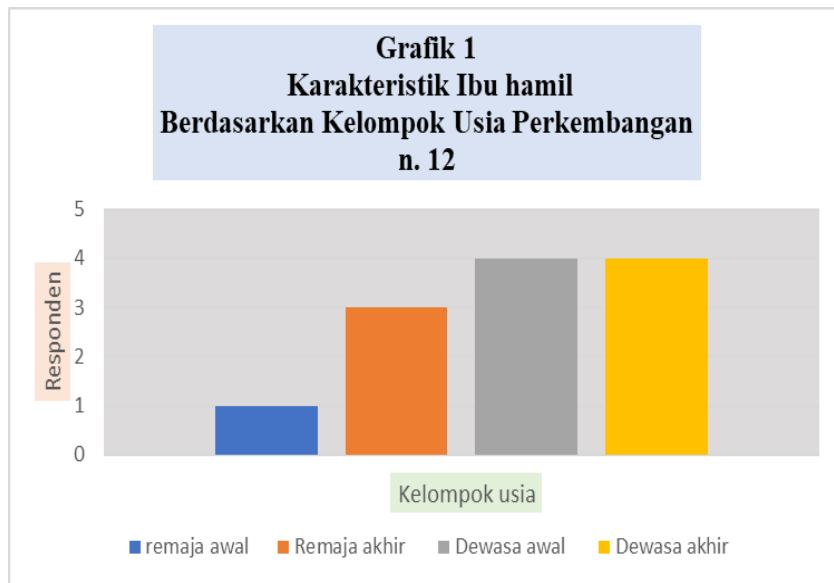
#### 2.4. Analisa data

Analisis terhadap evaluasi dilakukan secara deskriptif dan uji inferensial. Karakteristik ibu hamil, dan hasil pre-post test disajikan dengan grafik dan tabel. Analisis signifikansi penilaian pre dan post edukasi diuji dengan menggunakan paired t-test untuk menilai apakah edukasi memiliki kemaknaan terhadap peningkatan pengetahuan peserta pendidikan kesehatan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

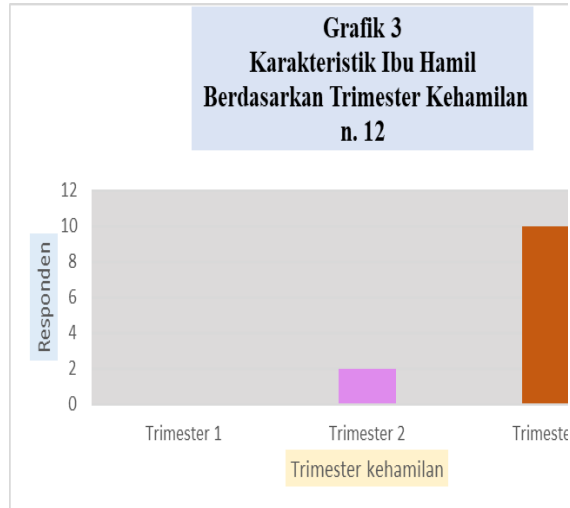
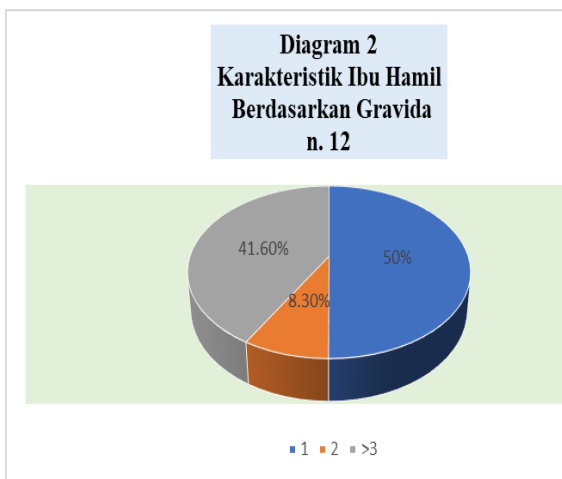
#### 3.1. Karakteristik Peserta Edukasi

Pendidikan kesehatan dengan materi pencegahan stunting pada ibu hamil berjalan dengan lancar dengan antusias peserta yang sangat aktif dalam berdiskusi. Setelah diberikan pendidikan kesehatan peserta mengisi kuesioner yang bertujuan untuk mengukur pengetahuan peserta khususnya ibu hamil. Dari 20 orang ibu hamil yang mengikuti pendidikan kesehatan, sebanyak 12 peserta yang lengkap mengisi kuesioner pre dan post test, sedangkan sisanya tidak lengkap mengisi pre-post test, atau tidak mengisi keduanya karena tidak membawa handphone atau merasa repot dengan anak-anaknya bagi yang membawa anak. Berikut hasil yang didapatkan:



Berdasarkan grafik 1 menunjukkan sebagian besar ibu hamil yang mengikuti kegiatan penyuluhan berada pada tahap perkembangan dewasa awal dan akhir sebanyak 8 orang, sebanyak 3 ibu pada kelompok usia remaja akhir, dan ada 1 orang ibu hamil yang berada pada tahap perkembangan remaja awal berusia 16 tahun.

Selanjutnya ditampilkan karakteristik peserta berdasarkan jumlah kehamilan (gravida) dan trimester kehamilan.



Berdasarkan diagram 2 dan grafik 3, peserta penyuluhan yang hadir, separuhnya dengan kehamilan anak 3 atau lebih, dan sebagian besar berada pada usia kehamilan trimester 3.

### 3.2. Perbandingan Pengetahuan Ibu hamil pre dan post edukasi kesehatan

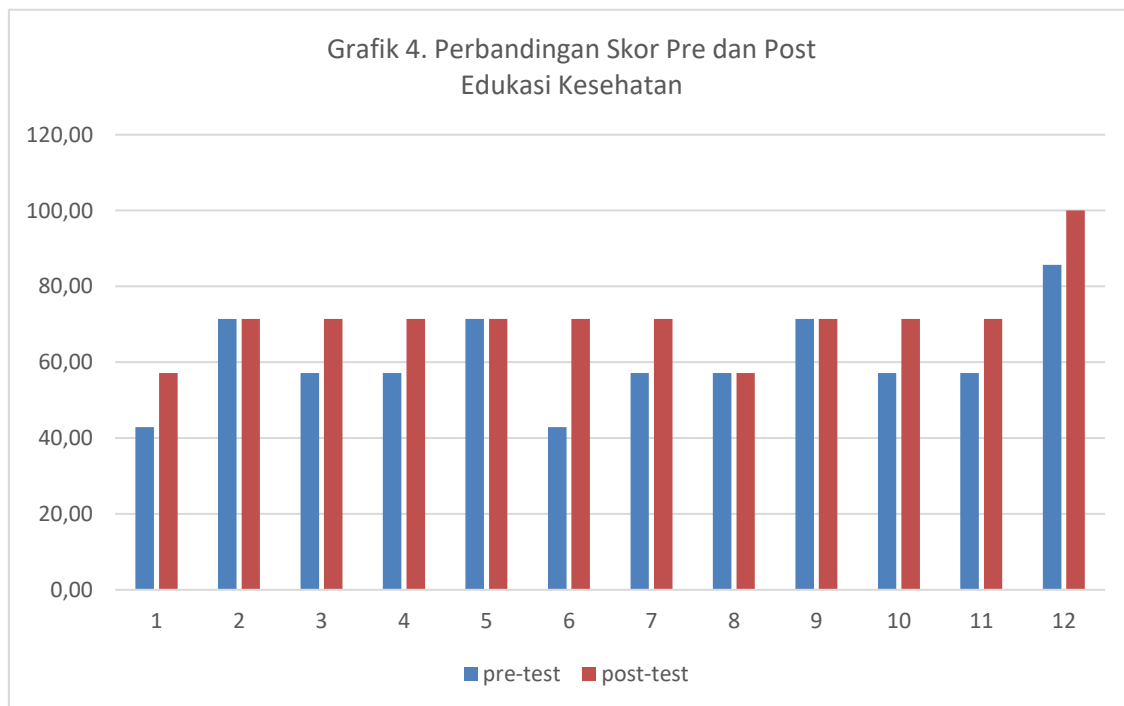
Perbandingan pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah edukasi kesehatan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Perbandingan Skor Rata-rata Pengetahuan Ibu Hamil Pre dan Post Edukasi Kesehatan

	Rata-rata (SD)	Peningkatan Skor	t-test	Nilai-p
Pre	60,71 (12,37)	10,72	4,177	0,002
Post	71,43 (10,55)			

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan ibu pre dan pasca edukasi kesehatan sebesar 10,72. Hasil t-test didapatkan nilai 4,177 dengan nilai  $p=0,002$ , dapat disimpulkan terdapat peningkatan bermakna sebelum dan setelah dilakukan edukasi kesehatan.

Selanjutnya, berdasar grafik skor nilai tiap individu didapatkan sebanyak 83.3% peserta memiliki pengetahuan yang baik. Sebanyak 8 ibu hamil mengalami peningkatan pengetahuan, sedangkan 4 orang ibu tidak mengalami kenaikan skor nilai pengetahuan. Dari 4 ibu tersebut sebanyak 3 orang sudah memiliki pengetahuan baik, dan masih ada 2 orang memiliki pengetahuan yang kurang (skor nilai kurang dari 60).



Kegiatan pengabdian masyarakat dengan edukasi kesehatan tentang pencegahan stunting pada ibu hamil dapat dikatakan berhasil. Hal tersebut ditunjukkan dengan presentasi kehadiran ibu hamil sebanyak 80% persen dari total ibu hamil yang ada di Pulau Harapan Kepulauan Seribu. Hal tersebut dikatakan oleh Petugas Puskesmas Pulau Harapan dan disetujui oleh kader

kesehatan yang hadir mendampingi ibu hamil. Selanjutnya dilihat dari partisipasi peserta selama edukasi kesehatan berlangsung, peserta tampak antusias mendengarkan dan bertanya serta berdiskusi. Peserta juga mempraktikkan pemilihan makanan sehat dan seimbang sesuai dengan ISI PIRINGKU dan exercise ringan serta senam ringan untuk ibu hamil. Selain kehadiran dan partisipasi aktif, indikator evaluasi ketercapaian kegiatan ini adalah berdasar dari hasil evaluasi post-test yang dibandingkan dengan pre-test. Hasil menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting meningkat (peningkatan rata-rata skor nilai adalah 10,72 dan sebanyak 83,3% ibu berpengetahuan baik. Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sesuai dengan hasil penelitian Nuradhiani[8], bahwa upaya pemberian edukasi dengan menggunakan lebih dari satu media edukasi akan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu hamil dalam pencegahan stunting. Selanjutnya diharapkan dengan pengetahuan yang baik dapat berpengaruh pada sikap serta perilaku kesehatan yang baik bagi ibu selama kehamilan [9], [10].

Kegiatan edukasi kesehatan ini juga sejalan dengan kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Wulandari dkk yang melaksanakan kegiatan pendidikan kesehatan di Kota Semarang. Dengan pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tentang materi yang diajarkan [11].

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Upaya dalam menjaga ibu hamil memperoleh zat gizi yang baik selama kehamilan merupakan hal yang sangat penting. Asupan zat gizi yang adekuat selama kehamilan dapat mencegah ibu kekurangan zat gizi yang dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan janin. Upaya tersebut dapat dilakukan salah satunya dengan memberikan edukasi pentingnya zat gizi selama kehamilan dan pencegahan stunting. Diharapkan Upaya ini dapat menunjang kesehatan ibu dan janin selama kehamilan dan menunjang 1000 hari pertama kehidupan anak dan mencegah terjadinya stunting.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat edukasi kesehatan ini mengalami beberapa keterbatasan atau kendala yaitu materi yang paparkan hanya untuk ibu hamil sehingga tidak bisa mengevaluasi pemahaman kepada ibu dengan anak balita. dan tidak ada informasi kepada peserta untuk membawa HP yang support buat google formulir sehingga ada beberapa peserta yang tidak membawa HP sehingga untuk kegiatan yang akan datang perlu dilakukan koordinasi lebih baik lagi dengan pihak-pihak terkait secara detail.

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] World Health Organization, "Levels and Trends in Child Malnutrition". UNICEF/ WHO/ World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2020 edition.
- [2] International Food Policy Research Institute. "From Promise to Impact: Ending Malnutrition by 2030". International Food Policy Research Institute. 2016. [Online] Available: <https://ebrary.ifpri.org/digital/collection/p15738coll2/id/130354>
- [3] Kemenkes, RI. "Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022", 2023.
- [4] United Nations Children's Fund, "Indonesia 2023 Key. Results", [Online] Available: <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/capaian-untuk-anak-anak-indonesia-di-tahun-2023, Desember 2023>.
- [5] Kemenkes, RI. "Cegah stunting dengan perbaikan pola makan, pola asuh, dan sanitasi", 2018.
- [6] U. A. Saputri, D. R. Pangestuti, and M. Z. Rahfiludin, "Pengetahuan Gizi dan Pola Asuh Ibu sebagai Faktor Risiko Stunting Usia 6-24 Bulan di Daerah Pertanian," *MEDIA KESEHATAN MASYARAKAT INDONESIA*, vol. 20, no. 6, pp. 433-442, Dec. 2021. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.6.433-442>.

- [7] N. K. Aryastami, “Kajian Kebijakan dan Penanggulangan Masalah Gizi Stunting di Indonesia,” *Buletin Penelitian Kesehatan*, vol. 45, no. 4, Dec. 2017, doi: 10.22435/bpk.v45i4.7465.233-240.
- [8] A. Nuradhiani, “Upaya Pencegahan Stunting Sejak Dini melalui Pemberian Edukasi pada Ibu Hamil,” *Jurnal Gizi Kerja dan Produktivitas*, vol. 3, no. 1, p. 46, May 2022, doi: 10.52742/jgkp.v3i1.15452.
- [9] N. Wayan Dian Ekayanthi, P. Suryani, “Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil,” Online, 2019. [Online]. Available: <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- [10] S. R. Tambuwun, S. Engkeng, R. H. Akili, F. Kesehatan, M. Universitas, and S. R. Manado, “Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 Hpk Di Kelurahan Molas Kecamatan Bunaken Kota Manado,” *Jurnal KESMAS*, vol. 8, No. 6 pp 371–377, Oktober 2019.
- [11] R. Wulandari, F. Dewi Puspita Anggaini, and D. Eko Waluyo, “Edukasi Perawatan Nifas Menggunakan Booklet pada Ibu Hamil dan Kader di Kelurahan Bojongsalaman Kota Semarang.” *Abdimasku*, vol. 7, No. 6, Januari 2024: 69 – 75.