



Stunting Counseling: Promotive Efforts In Reducing Stunting Rates Among Pregnant Women

Penyuluhan Stunting: Upaya Promotif dalam Penurunan Angka Stunting pada Ibu Hamil

Cindi Alfiana Cathrine¹, Anjun Nikmah Wakhidatul M²., Nabilla Vastusya Zachary³, Nur Khotimah⁴, Muhammad Faisal⁵, Eky Yuliana Nurfadhylah⁶, Mursalin Abd. Syukur⁷, Afifah Nidayati Kusuma⁸, Arjuniaty⁹, Mesya Kahla Rajabani¹⁰, Danni Alfian¹¹, Etika Shovi Nur Izzati¹², Aida Hayani^{13*}

¹²³Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi Bisnis, Universitas Almaata, Indonesia

⁴⁵Program Studi Akutansi, Fakultas Ekonomi Bisnis, Universitas Almaata, Indonesia

⁶⁷⁸Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Almaata, Indonesia

⁹Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Almaata, Indonesia

¹⁰Program Studi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Almaata, Indonesia

¹¹Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidayah, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Almaata, Indonesia

¹²Program Studi Informatika, Fakultas Komputer, Universitas Almaata, Indonesia

¹³Program Studi Magister Pendidikan Agama Islam, Universitas Almaata, Indonesia

Email: 202400224@almaata.ac.id, 202400156@almaata.ac.id, 202400159@almaata.ac.id, 202300072@almaata.ac.id, 202300130@almaata.ac.id, 200400630@almaata.ac.id, 200400683@almaata.ac.id, 160400217@almaata.ac.id, 200700040@almaata.ac.id, 201100660@almaata.ac.id, 191200222@almaata.ac.id, 203200099@almaata.ac.id, aidahayani@almaata.ac.id

Received Jun 15th 2024; Revised Jul 10th 2024; Accepted Aug 11th 2024

Corresponding Author: Aida Hayani

Abstract

The treatment of stunting has a profound significance, considering its potential to hinder the optimization of human resources and is directly related to the level of health, and can even cause child death. Therefore this study aims to find out ways that can be done to reduce stunting rates in Pabelan Village. The sample used was 44 pregnant women. This study used a descriptive survey research type by conducting counseling as a step taken to reduce stunting rates in Pabelan village. The result is that the implementation of stunting counseling for pregnant women has a significant influence on mothers' knowledge regarding how to prevent stunting. 95% of pregnant women have a good understanding after receiving counseling related to stunting. The implementation of stunting counseling for pregnant women has a significant impact on the mothers' knowledge about how to prevent stunting. The attitudes and behaviors of mothers with insufficient nutritional knowledge can affect nutritional status and their choices of balanced nutritious food, which can prevent stunting incidents and ensure that the fetus does not experience growth disturbances that can cause low birth weight (LBW) babies.

Keyword: Counseling, Prevention of stunting, Pregnant Women, Vilage of Pabelan

Abstrak

Penanganan stunting memiliki signifikansi yang mendalam, mengingat potensinya untuk menghambat optimalisasi sumber daya manusia dan berhubungan langsung dengan tingkat kesehatan, bahkan dapat menyebabkan kematian anak. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui cara yang dapat dilakukan untuk penurunan angka stunting di desa Pabelan. Sampel yang digunakan adalah sebanyak 44 ibu hamil. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian survey deskriptif dengan melakukan penyuluhan sebagai langkah yang dilakukan untuk menurunkan angka stunting di desa Pabelan. Hasilnya pelaksanaan penyuluhan stunting pada ibu hamil memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan ibu terkait cara mencegah stunting dapat dilihat dari pemahaman ibu hamil setelah dilakukan penyuluhan terkait stunting 95% tergolong baik. Pelaksanaan penyuluhan stunting pada ibu hamil memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan ibu terkait cara mencegah stunting. Sikap dan perilaku ibu yang memiliki pengetahuan gizi kurang dapat mempengaruhi status gizi dan memilih makanan dengan gizi seimbang sehingga kejadian stunting dapat tercegah dan janin dalam kandungan tidak mengalami gangguan pertumbuhan yang dapat menyebabkan bayi lahir dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).

Kata Kunci: Desa Pabelan, Ibu Hamil, Pencegahan Stunting, Penyuluhan

1. PENDAHULUAN

Sebagai negara yang sedang dalam tahap perkembangan, Indonesia menghadapi berbagai isu kesehatan yang memerlukan perhatian serius. Salah satu isu utama yang menjadi perhatian adalah masalah stunting. Di kawasan Asia Tenggara, Indonesia mencatat tingkat kasus stunting yang tinggi. Data dari Asian Development Bank menunjukkan bahwa pada tahun 2022, prevalensi stunting pada anak di bawah usia 5 tahun di Indonesia mencapai 31,8 persen. Dengan angka ini, Indonesia menempati peringkat ke-10 di antara negara-negara di Asia Tenggara yang memiliki kasus stunting yang signifikan. Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan RI tahun 2018 juga mencatat bahwa sekitar 8,7 juta atau 30,7 persen dari balita di Indonesia mengalami stunting, angka ini masih di atas target yang ditetapkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) yaitu 20% [1].

Penanganan stunting memiliki signifikansi yang mendalam, mengingat potensinya untuk menghambat optimalisasi sumber daya manusia dan berhubungan langsung dengan tingkat kesehatan, bahkan dapat menyebabkan kematian anak. Stunting merujuk pada kondisi kronis akibat defisiensi gizi yang mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan fisik seseorang. Proses ini bisa dimulai bahkan sejak dalam kandungan, terpicu oleh asupan gizi yang tidak memadai pada masa kehamilan atau kebiasaan makan yang tidak tepat. Bahkan, kualitas nutrisi yang rendah bagi ibu hamil dapat menghambat pertumbuhan janin secara serius [2].

Dampaknya pun beragam, baik dalam jangka pendek maupun panjang. Dalam jangka pendek, stunting dapat mengganggu perkembangan otak dan kecerdasan anak, menghambat pertumbuhan fisik yang seharusnya, dan merusak keseimbangan metabolisme tubuh. Dalam jangka panjang, konsekuensinya lebih serius, termasuk penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, kerentanan terhadap penyakit akibat sistem kekebalan tubuh yang lemah, risiko tinggi terkena penyakit degeneratif di masa dewasa, dan bahkan penurunan produktivitas secara ekonomi akibat gangguan kesehatan.

Berdasarkan data yang telah dihimpun oleh Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemenkominfo atau Kominfo), ternyata dari setiap kelahiran bayi yang terjadi setiap tahunnya, sekitar 5 juta bayi dilahirkan, dan di antara jumlah tersebut, terdapat sekitar 1,2 juta bayi yang lahir dengan kondisi stunting. Penting untuk diingat bahwa stunting sebenarnya adalah hasil yang terbentuk selama masa kehamilan. Ini berarti bahwa ibu hamil yang mengalami stunting akan melahirkan bayi dengan kondisi serupa. Bahkan, data menunjukkan bahwa saat ini sekitar 23% dari bayi yang dilahirkan sudah memiliki prevalensi stunting sejak lahir. Selanjutnya, bukan hanya kondisi saat lahir yang mempengaruhi stunting, tetapi juga proses setelah kelahiran. Terdapat banyak kasus di mana bayi yang lahir dengan kondisi normal kemudian mengalami stunting pada tahap pertumbuhan selanjutnya. Angka ini mencapai 27,6%. Artinya, dari angka 23% awal yang mencerminkan kondisi saat kelahiran, kemudian bertambah menjadi 27,6% akibat faktor-faktor lain [3].

Selain itu, ada faktor lain yang berkontribusi terhadap tingginya angka stunting di Indonesia. Berdasarkan data pada Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (disingkat Kemenkes RI) sebanyak 11,7% dari bayi yang dilahirkan mengalami gizi kurang, yang diukur berdasarkan panjang tubuh yang tidak mencapai 48 sentimeter dan berat badan yang tidak mencapai 2,5 kilogram [4]. Namun, tidak hanya itu, angka stunting di Indonesia juga meningkat karena adanya bayi yang dilahirkan dengan kondisi normal, tetapi kemudian tumbuh dengan asupan gizi yang tidak mencukupi, sehingga mengakibatkan terjadinya stunting. Salah satu langkah yang dapat diambil untuk mengatasi masalah stunting adalah melalui upaya pencegahan dan pengurangan dampak langsung, yang sering disebut sebagai intervensi gizi spesifik. Pendekatan ini difokuskan pada periode kritis yang disebut "1000 Hari Pertama Kehidupan" (HPK), yang meliputi ibu hamil, ibu menyusui, dan anak berusia 0-23 bulan. Selama periode 1000 HPK, peluang untuk melakukan intervensi guna mengatasi stunting sangat besar [5].

Namun, tantangan besar masih harus dihadapi dalam upaya penanggulangan stunting di Indonesia. Pemerintah Indonesia telah menunjukkan komitmen serius dalam menangani masalah stunting, seperti yang tercermin dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah (RPJMN) 2020-2024 yang menetapkan target penurunan angka stunting hingga 19 persen pada tahun 2024. Salah satu cara efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan memperbaiki asupan gizi serta memberikan edukasi kesehatan adalah melalui kelas ibu hamil. Kelas ini menjadi platform yang sangat efisien untuk meningkatkan kesadaran, terutama pada ibu hamil, tentang pentingnya gizi yang memadai selama kehamilan dan perawatan yang diperlukan. Pendekatan ini secara khusus bertujuan untuk mencegah terjadinya stunting.

Dalam mendukung langkah-langkah ini, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengakui pentingnya pendekatan strategis yang melibatkan keluarga, dengan melibatkan organisasi Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) yang memiliki jaringan yang mencakup tingkat desa, kelurahan, kecamatan, kabupaten/kota, hingga tingkat nasional. Di samping itu, Kemendes Kementerian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal, dan Transmigrasi (PDDT) juga mengedepankan percepatan penanganan stunting dengan mengarahkan kebijakan penggunaan Dana Desa untuk upaya pencegahan stunting di seluruh wilayah Indonesia.

2. BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian survey deskriptif, penulis ingin menggambarkan hasil survey terkait penyuluhan tentang stunting terhadap ibu hamil dengan tingkat pengetahuan ibu hamil tersebut. Subjek penelitian ini adalah ibu hamil di wilayah Desa Pabelan. Teknik pengambilan sampel adalah sampling jenuh atau total sampling yaitu seluruh ibu hamil yang berada di wilayah Desa Pabelan dengan jumlah 44 orang. Adapun teknik pengumpulan data adalah data sekunder yang diperoleh dari data kelurahan. Metode ini dilakukan dengan penyuluhan yang dilaksanakan di Balai Desa Pabelan.

3. HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting dimulai dengan materi asi eksklusif, perilaku hidup bersih dan sehat, gizi seimbang serta penjelasan tentang stunting. Dalam pemberian materi ini diberikan paparan tentang pengertian, makanan yang tidak boleh dikonsumsi untuk bayi <6 bulan dan makanan yang boleh dikonsumsi. Selain itu, diberikan juga penjelasan tentang dampak stunting dan pencegahan stunting pada ibu hamil. Setelah penyuluhan penanggulangan stunting selesai, diberikan evaluasi yang berupa pernyataan, untuk mengetahui pemahaman materi yang diberikan. Usia kehamilan ibu paling banyak trimester kedua (14-27 minggu) dengan kehamilan anak kedua. Dari hasil tabel data di bawah ini didapatkan melalui Uji Normalitas data dengan hasil p-value skor 1.000 dan p value jumlah 0.22. Dengan hasil data tersebut maka p-value >0,05 dinyatakan distribusi normal, ditunjukkan pada tabel 1.

Tabel 1. Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Skor	.175	3	.	1.000	3	1.000
jumlah	.343	3	.	.842	3	.220

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan data di atas diperoleh bahwa pemahaman ibu hamil setelah dilakukan penyuluhan terkait stunting 95% tergolong baik. Pelaksanaan penyuluhan stunting pada ibu hamil memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan ibu terkait cara mencegah stunting. Sikap dan perilaku ibu yang memiliki pengetahuan gizi kurang dapat mempengaruhi status gizi dan memilih makanan dengan gizi seimbang sehingga kejadian stunting dapat tercegah dan janin dalam kandungan tidak mengalami gangguan pertumbuhan yang dapat menyebabkan bayi lahir dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).

Kebutuhan gizi yang terpenuhi berkaitan erat dengan pengetahuan ibu tentang gizi. Hal ini menunjukkan apabila pengetahuan gizi pada ibu hamil sangat penting supaya kondisi tubuh ibu pada saat hamil lebih terjaga terutama konsumsi zat gizi yang terpenuhi untuk mencegah kejadian stunting pada balita. Selain itu, ibu hamil perlu mengetahui persiapan makanan tentang kebersihan yang baik. Faktor sanitasi dan kebersihan lingkungan yang rendah dan kebiasaan menyiapkan makanan kurang tepat menyebabkan asupan gizi berkurang mempengaruhi kesehatan ibu hamil dan tumbuh kembang anak [6].

Masih banyak orang tua yang belum sadar akan kondisi anak yang pendek merupakan suatu permasalahan dari kesehatan, karena anak yang mempunyai tubuh pendek dari usianya terlihat sama dengan anak-anak yang aktivitasnya normal. Anak yang memiliki tubuh pendek memiliki akibat dimana yang akan datang pada produktivitasnya [7]. Penanggulangan stunting pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan perlakuan yang paling efektif. Pemutusan mata rantai stunting sejak dalam kandungan dengan pemenuhan nutrisi pada ibu hamil yaitu dengan cara konsumsi tablet tambah darah (tablet Fe) minimal 90 tablet selama kehamilan, makan makanan dengan gizi yang baik dan cukup serta rutin memeriksakan kesehatan [8].

Pencegahan masalah stunting harus dimulai sebelum anak dilahirkan serta dimulai dari usia remaja untuk memutuskan mata rantai stunting di siklus kehidupan. Oleh sebab itu, perlu persiapan pemenuhan gizi yang baik dan benar terutama dalam kehamilan untuk masa persiapan ataupun sebelum kehamilan sehingga dapat mencegah stunting terhadap balita serta mampu telaksanakan dengan optimal.



Gambar 1. Sosialisasi Pencegahan Stunting di Desa Pabelan

4. KESIMPULAN

Penyuluhan pencegahan stunting pada ibu hamil adalah suatu langkah yang penting dalam mengatasi masalah stunting di Indonesia. Penyuluhan ini meliputi informasi tentang pentingnya asi eksklusif, perilaku hidup bersih dan sehat, gizi seimbang, serta penjelasan tentang stunting. Hasil uji menunjukkan bahwa pemahaman ibu hamil terkait stunting meningkat secara signifikan setelah penyuluhan, dengan 95% ibu hamil tergolong memiliki pemahaman baik. Hal ini mengindikasikan bahwa penyuluhan memiliki pengaruh positif terhadap pengetahuan ibu mengenai cara mencegah stunting.

Selain itu, pengetahuan gizi yang cukup pada ibu hamil menjadi kunci dalam mencegah stunting. Ibu hamil perlu memahami pentingnya asupan gizi yang seimbang selama kehamilan, dan hal ini sangat berkaitan dengan kesehatan ibu dan pertumbuhan janin dalam kandungan. Faktor sanitasi dan kebersihan lingkungan juga memainkan peran penting dalam pemenuhan gizi yang baik, sehingga perhatian terhadap kebersihan saat menyiapkan makanan menjadi esensial.

Penanggulangan stunting pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) diakui sebagai pendekatan yang paling efektif. Upaya ini menjadi kunci dalam memutus mata rantai stunting sejak dalam kandungan. Dalam keseluruhan, pencegahan stunting adalah tugas bersama yang melibatkan pemahaman, pendidikan, dan tindakan nyata dari semua pihak, termasuk pemerintah, masyarakat, dan individu. Dengan langkah-langkah yang tepat dan kesadaran yang tinggi, masalah stunting dapat diatasi dan masa depan generasi muda Indonesia dapat lebih baik.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang turut mendukung pelaksanaan penelitian.

REFERENSI

- [1] Adhimah, S. (2020). Peran orang tua dalam menghilangkan rasa canggung anak usia dini (studi kasus di desa karangbong rt. 06 rw. 02 Gedangan-Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 57–62. <https://doi.org/10.21831/jpa.v9i1.31618>
- [2] Fahardianto, F., Hapsari, H. E., Faizah, S. N. I., & ... (2022). Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil dengan Pemberian Penyuluhan di Desa Duwet Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. *Proceeding ...*, 129–135. <https://proceedings.ums.ac.id/index.php/nhcos/article/view/1171%0Ahttps://proceedings.ums.ac.id/index.php/nhcos/article/download/1171/1145>
- [3] Shifa Urohmah (2023). Pembinaan Karakter Disiplin Siswa Melalui Pembelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan di Kelas IV C SDN Taktakan 1 Universitas Pendidikan Indonesia, repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. 33–39.
- [4] Malia, A., Farhati, F., Rahmah, S., Maritalia, D., Nuraina, N., & Dewita, D. (2022). Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil dalam Upaya Pencegahan Stunting. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 73–80. <https://doi.org/10.35874/jib.v12i1.1015>
- [5] Naja, F. N., Ramadhani, N. F., & Askaffi, T. M. (2022). Penanggulangan Stunting melalui Peningkatan Partisipasi Masyarakat Adhimah, S. (2020). Peran orang tua dalam menghilangkan rasa canggung anak usia dini (studi kasus di desa karangbong rt. 06 rw. 02 Gedangan-Sidoarjo). *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(1), 57–62. <https://doi.org/10.21831/jpa.v9i1.31618>
- [6] Priyono, P. (2020). Strategi Percepatan Penurunan Stunting Perdesaan (Studi Kasus Pendampingan

- Aksi Cegah Stunting di Desa Banyumundu, Kabupaten Pandeglang). *Jurnal Good Governance*, 16(2), 149–174. <https://doi.org/10.32834/gg.v16i2.198>
- [7] Sahira, N. S., Sara, K., & Assariah, P. (2023). Jurnal Bina Desa Edukasi dan Pendampingan Program Cegah Stunting Pendahuluan Metode pelaksanaan dalam program pencegahan stunting kepada masyarakat melalui. 5(1), 33–38.
- [8] Hayani, Aida, dkk. (2022). Pelatihan dan Pendampingan Pemanfaatan Sampah Organik Rumah Tangga Menjadi Pupuk Cair dan Kompos di Kampung Kota Gajah Lampung. 2(1), 40.