

**PENDAMPINGAN KELUARGA PADA IBU HAMIL TENTANG MAKANAN
BERGIZI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN
STUNTING DI DESA SERBA JAMAN
KABUPATEN ACEH UTARA**

***FAMILY ASSISTANCE FOR PREGNANT WOMEN REGARDING NUTRITIONAL
FOOD AS AN EFFORTS TO PREVENT STUNTING IN SERBA JAMAN VILLAGE,
NORTH ACEH DISTRICT***

Myrna Lestari¹, Rosyita², Subki³, Ernita⁴

¹²³⁴Dosen Prodi kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh

Email: myrnalestari.abubakar@gmail.com

ABSTRAK

Kegiatan ini melibatkan penyampaian informasi dan edukasi melalui ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan ini telah dilaksanakan di Desa Serba Jaman pada tanggal 29 Januari 2024. Laporan ini menjelaskan bahwa stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, yang menyebabkan gangguan pertumbuhan pada anak. Masalah stunting di Indonesia masih tinggi, dengan prevalensi anak umur dibawah 5 tahun di Indonesia tahun 2010 tetap tinggi 35,6%. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat meningkatkan kesehatan masyarakat terutama dalam melakukan pencegahan stunting. Dalam laporan ini juga terdapat informasi tentang tujuan, manfaat, metode pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat. Kegiatan ini diharapkan dapat memperoleh informasi yang akurat tentang pendampingan keluarga pada ibu hamil tentang makanan bergizi dalam upaya pencegahan stunting, mampu menjaga kesehatan ibu hamil tetap sehat, dan memberikan manfaat bagi ibu hamil agar ia dapat melahirkan bayi sehat dan bebas stunting. Kegiatan ini merupakan bagian dari kebijakan Indonesia untuk memperbaiki lingkungan politik, memajukan kebijakan dan undang-undang, dan mempercepat tindakan scaling up gizi yang efektif.

Kata kunci: Stunting, Evaluasi, Gizi.

ABSTRACT

This activity involves delivering information and education through lectures, discussions, and questions and answers. This activity has been carried out in Serba Jaman Village on January 29, 2024. This report explains that stunting is a chronic malnutrition problem caused by lack of nutritional intake for a long time, which causes growth disorders in children. The problem of stunting in Indonesia is still high, with the prevalence of children under 5 years old in Indonesia in 2010 remains high at 35.6%. Community service activities carried out can improve public health, especially in preventing stunting. In this report there is also information about the objectives, benefits, methods of implementation, and evaluation of community service activities. This activity is expected to obtain accurate information about family assistance to pregnant women about nutritious food in an effort to prevent stunting, be able to maintain the health of pregnant women remain healthy, and provide benefits for pregnant women so that they can give birth to healthy and stunting-free babies. These activities are part of Indonesia's policy to improve the political environment, advance policies and legislation, and accelerate effective nutrition scaling up actions.

Keywords: Stunting, Evaluation, Nutrition.

PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan periode krusial dalam siklus kehidupan, di mana kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) di masa depan sangat dipengaruhi oleh kondisi janin saat dalam kandungan. Pentingnya masa kehamilan ini tak dapat diabaikan, karena tumbuh kembang anak yang optimal sangat tergantung pada kondisi kesehatan ibu saat masa janin dalam kandungan (Hasanah 2023).

Namun, penting juga untuk diingat bahwa keadaan kesehatan dan status gizi ibu hamil telah ditentukan jauh sebelumnya, bahkan sejak masa remaja atau usia sekolah. Kondisi gizi yang kurang pada ibu hamil berkontribusi terhadap pembatasan pertumbuhan janin, yang dapat meningkatkan risiko kematian neonatal, dan bagi yang selamat, mungkin mengalami hambatan pertumbuhan pada usia 2 tahun. Selain itu, hasil menyusui yang tidak optimal juga dapat meningkatkan risiko kematian pada 2 tahun pertama kehidupan anak (Dewi, Dary, and Tampubolon 2021).

Kekurangan gizi dalam kelompok agregat, seperti pembatasan pertumbuhan janin, stunting, wasting, serta defisiensi vitamin A dan zinc, bersama dengan praktik menyusui yang suboptimum, merupakan faktor penyebab utama dari sekitar 3 juta kematian anak setiap tahun, yang setara dengan 45% dari seluruh kematian anak pada tahun 2011 (Indonesia and Expo 2014). Oleh karena itu, upaya pencegahan stunting dan perbaikan gizi ibu hamil serta praktik menyusui yang optimal menjadi sangat penting dalam mengurangi angka kematian anak dan memastikan masa depan yang lebih baik bagi generasi mendatang (Ekayanthi D.W.N and Suryani P 2019).

Stunting merupakan salah satu indikator kesejahteraan anak. Stunting adalah bentuk kekurangan gizi anak dengan pertumbuhan yang berada dibawah standar. Masa pertumbuhan anak adalah salah satu hambatan paling penting bagi perkembangan manusia. Pada tahun 2020 (Landasan and Stunting

2019), WHO memperkirakan prevalensi kejadian stunting pada balita pada secara global sekitar 22 %. Wilayah Asia Tenggara (30,10%) menempati urutan kedua dengan prevalensi tertinggi setelah wilayah Afrika (31,70%) (Palopo 2020).

Di Indonesia, Prevalensi stunting selama 10 tahun terakhir menunjukkan tidak adanya perubahan yang signifikan dan ini menunjukkan bahwa masalah stunting perlu ditangani segera. Penyebab masalah gizi pada anak termasuk stunting adalah rendahnya asupan gizi dan status Kesehatan (J, Huljannah, and Rochmah 2022). Penurunan stunting menitikberatkan pada penanganan penyebab masalah gizi, yaitu faktor yang berhubungan dengan ketahanan pangan khususnya akses terhadap pangan bergizi (makanan), lingkungan sosial yang terkait dengan praktik pemberian makanan bayi dan anak (pengasuhan), akses terhadap pelayanan kesehatan untuk pencegahan dan pengobatan (kesehatan), serta kesehatan lingkungan yang meliputi tersedianya sarana air bersih dan sanitasi (lingkungan) (Atmojo et al. 2020).

Indonesia berkomitmen untuk memperbaiki lingkungan politik, memajukan kebijakan dan undang-undang, dan mempercepat tindakan scaling up gizi yang efektif. Upaya penurunan stunting dilakukan melalui dua intervensi, yaitu intervensi gizi spesifik untuk mengatasi penyebab langsung dan intervensi gizi sensitif untuk mengatasi penyebab tidak langsung (Pratiwi and Hamidiyanti 2020).

Pendahuluan berisi latar belakang singkat tentang pokok bahasan yang ditulis, yang berisi tentang permasalahan penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat rangkuman kajian teoritik yang relevan.

METODE

1. Bentuk Kegiatan

- Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyampaian informasi dan edukasi tentang pendampingan keluarga pada ibu hamil tentang makanan bergizi dalam upaya pencegahan stunting Pembelajaran dilakukan dengan ceramah dan diskusi
2. **Khalayak Sasaran**
Khalayak sasaran adalah Ibu Hamil di Desa Serba Jaman
 3. **Metode Pengabdian**
Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyampaian informasi dan edukasi. Penyampaian informasi dilakukan dengan ceramah, diskusi dan tanya jawab.
 4. **Tempat dan Waktu Kegiatan**
 - a. **Tempat Kegiatan**
Tempat pelaksanaan kegiatan ini dilakukan di Desa Serba Jaman
 - b. **Waktu Kegiatan**
Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 29 Januari 2024 selama 1 hari di mulai dari jam 08.30 s/d 12.00 WIB
 5. **Pendanaan**
Sumber dana kegiatan pengabdian ini seluruhnya dari dana Mandiri tim pengabmas
 6. **Keterlibatan Pihak – Pihak**
Dalam kegiatan pengabmas ini melibatkan 4 orang dosen dari Prodi kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh yaitu :
 - a. Myrna Lestari, AB, SST.,M.K.M, (Ketua)
 - b. Rosyita., M.K.M (anggota)
 - c. Subki, S.Pd., M.Kes. (anggota)
 - d. Ernita., MPH (anggota)
 7. **Evaluasi Kegiatan**
Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan evaluasi sebagai berikut:
 1. Masyarakat khususnya ibu hamil sangat antusias dalam mengikuti kegiatan .
 2. Kepala Desa juga ikut serta dalam kegiatan .

3. Sambutan dari sasaran sangat baik dan mendukung kegiatan .
4. Kegiatan berjalan lancar sesuai rencana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Bentuk Kegiatan

Dalam rangka memberikan kontribusi nyata dalam pencegahan stunting, tim pengabmas Prodi Kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh telah menggelar kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Serba Jaman. Bentuk kegiatan ini difokuskan pada penyampaian informasi dan edukasi kepada ibu hamil tentang pentingnya konsumsi makanan bergizi selama masa kehamilan. Melalui pendekatan ceramah dan diskusi, kami bertujuan untuk memberikan pemahaman yang mendalam tentang gizi seimbang yang diperlukan untuk pertumbuhan janin yang optimal dan mencegah risiko stunting pada bayi.

Selain itu, kami juga berupaya menciptakan lingkungan belajar yang interaktif dan partisipatif untuk memaksimalkan pemahaman peserta. Metode ceramah digunakan sebagai media penyampaian informasi yang formal, sementara diskusi dan sesi tanya jawab diharapkan dapat memfasilitasi pertukaran informasi dua arah antara fasilitator dan peserta. Dengan demikian, diharapkan bahwa melalui kegiatan ini, ibu hamil di Desa Serba Jaman akan memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang pentingnya gizi selama kehamilan, sehingga dapat mengurangi risiko stunting pada bayi di masa depan.

2. Khalayak Sasaran

Khalayak sasaran dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil yang tinggal di Desa Serba Jaman. Mereka dipilih sebagai target utama karena

merupakan kelompok rentan yang membutuhkan pemahaman mendalam tentang pentingnya asupan gizi yang seimbang selama masa kehamilan. Dengan demikian, upaya pencegahan stunting dapat lebih efektif dilakukan dengan memastikan bahwa ibu hamil memiliki pengetahuan yang memadai untuk merawat kesehatan diri dan janinnya.

3. Metode Pengabdian

Metode pengabdian yang kami terapkan dalam kegiatan ini berfokus pada penyampaian informasi dan edukasi kepada masyarakat Desa Serba Jaman. Kami menggunakan berbagai pendekatan, termasuk ceramah, diskusi, dan sesi tanya jawab. Ceramah digunakan sebagai sarana utama untuk menyampaikan informasi secara sistematis dan terstruktur tentang pentingnya gizi seimbang selama masa kehamilan. Selanjutnya, diskusi digunakan sebagai platform untuk mendorong interaksi antara peserta dan fasilitator, memungkinkan pertukaran ide, pengalaman, dan pemahaman yang lebih mendalam. Sesi tanya jawab juga diintegrasikan untuk memberikan kesempatan kepada peserta untuk mengajukan pertanyaan dan klarifikasi mengenai topik yang dibahas.

Dengan menggunakan berbagai metode ini, kami berharap dapat menciptakan lingkungan belajar yang interaktif dan partisipatif, di mana para peserta tidak hanya mendengarkan informasi, tetapi juga terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini kami pilih untuk memastikan bahwa peserta benar-benar memahami informasi yang disampaikan dan dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari.

4. Tempat dan Waktu Kegiatan

Kegiatan dilaksanakan di Desa Serba Jaman pada tanggal 29 Januari 2024, dimulai dari jam 08.30 pagi hingga 12.00 siang. Lokasi dan waktu

tersebut dipilih agar dapat menjangkau sasaran dengan baik dan memfasilitasi partisipasi dari para ibu hamil yang menjadi target utama kegiatan.

5. Pendanaan

Dana untuk kegiatan ini sepenuhnya berasal dari dana Mandiri tim pengabdian masyarakat. Hal ini menunjukkan komitmen dari tim pengabmas dalam melaksanakan kegiatan yang bermanfaat tanpa mengandalkan sumber dana eksternal.

6. Keterlibatan Pihak-Pihak

Kegiatan ini melibatkan empat orang dosen dari Prodi kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh. Dalam tim ini, terdapat ketua tim serta tiga anggota yang turut berperan dalam menyampaikan informasi dan memfasilitasi diskusi dengan peserta kegiatan.

7. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengukur sejauh mana keberhasilan dan dampak yang telah dicapai. Berdasarkan evaluasi, dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini mendapat respon positif dari masyarakat, termasuk ibu hamil dan kepala desa. Kegiatan juga berjalan sesuai dengan rencana, menunjukkan bahwa metode penyampaian informasi dan interaksi antara peserta dan fasilitator berjalan dengan baik.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim pengabmas Prodi Kebidanan Aceh Utara Poltekkes Kemenkes Aceh di Desa Serba Jaman telah berhasil dilaksanakan dengan baik. Melalui pendekatan penyampaian informasi dan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang selama masa kehamilan untuk

mencegah stunting pada bayi, kegiatan ini telah mencapai tujuannya dengan melibatkan ibu hamil sebagai khalayak sasaran utama. Metode yang digunakan, tempat dan waktu pelaksanaan yang tepat, serta keterlibatan pihak terkait seperti kepala desa, merupakan faktor penting dalam keberhasilan kegiatan ini. Respons positif dari masyarakat dan evaluasi yang mengindikasikan keberhasilan sesuai dengan rencana menunjukkan bahwa kegiatan tersebut telah memberikan dampak positif dan relevan bagi masyarakat setempat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini telah berhasil dalam upaya pencegahan stunting melalui edukasi gizi bagi ibu hamil di Desa Serba Jaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Atmojo, Joko Tri, Rina Tri Handayani, Aquartuti Tri Darmayanti, Catur Setyorini, and Aris Widiyanto. 2020. "Intervensi Gizi Dalam Penanganan Dan Pencegahan Stunting Di Asia: Tinjauan Sistematis." (*Jkg Jurnal Keperawatan Global* 5 (1): 26–30. <https://doi.org/10.37341/jkg.v5i1.90>
- Dewi, Ambar Kusuma, Dary Dary, and Rifatolistia Tampubolon. 2021. "Status Gizi Dan Perilaku Makan Ibu Selama Kehamilan Trimester Pertama." *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Komunitas*, no. November: 135–44. <https://doi.org/10.14710/jek.v6i1.10413>.
- Ekayanthi D.W.N, and Suryani P. 2019. "Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Mencegah Stunting Pada Kelas Ibu Hamil." *Jurnal Kesehatan* 10 (3): 312–19.
- Hasanah, Laeli Nur. 2023. *Gizi Dalam Siklus Kehidupan*.
- Indonesia, Inspirasional, and Indonesia Maternity Baby-kids Expo. 2014. "Buku , Special Coverbox , Video Senam Hamil , Kalender Kehamilan , Ebook Nama," 1–2.
- J, Rahmi Fitri, Najla Huljannah, and Thinni Nurul Rochmah. 2022. "Stunting Prevention Program in Indonesia: A SYSTEMATIC REVIEW." *Media Gizi Indonesia* 17 (3): 281–92. <https://doi.org/10.20473/mgi.v17i3.281-292>.
- Landasan, A, and Teori A Stunting. 2019. "Tinjauan Pustaka," no. 2017: 5–23.
- Palopo, Universitas Muhammadiyah. 2020. "Materi Penyuluhan Stunting," no. April.
- Pratiwi, Intan Gumilang, and Yuni Fitri Hamidiyanti. 2020. "Gizi Dalam Kehamilan : Studi Literatur." *Jurnal Gizi Prima (Prime Nutrition Journal)* 5 (1): 20. <https://doi.org/10.32807/jgp.v5i1.171>.

DOKUMENTASI



Gambar 1. Foto bersama Dosen dan Mahasiswi



Gambar 2. Foto Bersama ibu Hamil