

Penyuluhan Tentang 1000 HPK dan Pencegahan *Stunting* Pada Ibu Hamil Kampung Langkob Desa Majalaya Kecamatan Cikalongkulon Cianjur

Counseling about 1000 HPK and Stunting Prevention in Pregnant Women, Langkob Village, Majalaya Village, Cikalongkulon District, Cianjur

Mayassa Fitri Cahyani¹, Syafrima Wahyu², Aji Humaedi*¹, Yolanda Rahmah Habibillah¹, Dewi Adelia Larasati¹, Dwi Widiyawati¹, Vina Efendy¹, Siska Margareta¹, Putri Aliyah Suwardiyanti¹, Dita Dwi Saputri¹, Eliza Klamtasya Nur K.¹, Ananda Pertiwi¹, Fitria Listianingsih¹, Adelia Helena Aisyah¹, Diana Sierra¹, Puan Dhiyarahma Purnomo¹

¹Prodi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan

²Prodi Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Jakarta

Vol. 4 No. 2, Desember 2023

 DOI:

10.35311/jmpm.v4i2.287

Informasi artikel:

Submitted: 28 September 2023

Accepted: 07 November 2023

*Penulis Korespondensi :

Aji Humaedi
Universitas Binawan
E-mail:
ajihumaedi@binawan.ac.id
No. Hp : 081287365639

Cara Sitas:

Cahyani, M. F., Wahyu, S., Humaedi, A., Habibillah, Y. R., Larasati, D. A., Widiyawati, D., Efendy, V., Margareta, S., Suwardiyanti, P. A., Saputri, D. D., Nur K., E. K., Pertiwi, A., Listianingsih, F., Aisyah, A. H., Sierra, D., & Purnomo, P. D. (2023). Penyuluhan Tentang 1000 HPK dan Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil Kampung Langkob Desa Majalaya Kecamatan Cikalongkulon Cianjur. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 430-434. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v4i2.287>

ABSTRAK

Penyuluhan gizi merupakan Upaya meningkatkan pengetahuan gizi dan perilaku konsumsi untuk mencapai status gizi yang optimal sehingga dapat mencegah *stunting*. Kegiatan yang dilakukan berupa edukasi mengenai 1000 HPK dan pencegahan *stunting* pada ibu hamil di Kampung Langkob Desa Majalaya Kecamatan Cikalongkulon Cianjur. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mengenai gizi serta nutrisi yang baik bagi ibu hamil sehingga dapat mencegah terjadinya masalah gizi pada ibu dan anaknya kelak. Tahapan kegiatan meliputi perizinan lokasi, peminjaman perlengkapan dan peralatan, sosialisasi, penyuluhan dan penutup. Metode yang digunakan berupa penyuluhan, diskusi dan tanya jawab serta kuesioner. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa penyuluhan yang telah dilakukan berdampak baik dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai nutrisi yang tepat bagi ibu hamil berdasarkan *pre test* dan *post test* dengan peningkatan sebesar 15,38%.

Kata Kunci: Penyuluhan Gizi, Stunting, Ibu Hamil

ABSTRACT

Nutrition education is an effort to increase nutritional knowledge and consumption behavior to achieve optimal nutritional status to prevent stunting. The activities carried out included education regarding 1000 HPK and prevention of stunting in pregnant women in Langkob Village, Majalaya Village, Cikalongkulon District, Cianjur. This activity aims to provide an understanding of nutrition and good nutrition for pregnant women to prevent future nutritional problems in the mother and her child. The activity stages include location permits, borrowing equipment and supplies, outreach, counseling and closing. The methods used are counseling, discussions and questions and answers as well as questionnaires. The results of the activity show that the outreach that has been carried out has had a good impact in increasing public knowledge and understanding regarding proper nutrition for pregnant women based on the pre-test and post-test with an increase of 15.38%.

Keywords: Nutrition Counseling, Stunting, Pregnant Women



Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Indonesia masih menghadapi tugas besar dalam meningkatkan status gizi masyarakat agar dapat meningkatkan kualitas hidup, taraf hidup, kesehatan, dan kesejahteraan masyarakat secara merata. Gizi merupakan aspek yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Meningkatkan gizi menjadi prioritas karena memiliki peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Status gizi anak mempengaruhi kesehatan, kecerdasan, daya tahan tubuh, dan produktivitas mereka dalam kegiatan sehari-hari (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Masalah gizi di Indonesia masih menjadi masalah yang serius dan membutuhkan perhatian. Beberapa permasalahan gizi yang dihadapi meliputi kekurangan gizi atau malnutrisi, *stunting*, obesitas, serta kelebihan asupan gizi tertentu. *Stunting* merupakan kondisi gagal tumbuh balita (bayi di bawah lima tahun) karena kekurangan gizi kronis dan paparan infeksi berulang terutama dalam 1000 hari pertama kehidupan (HPK) yaitu dari janin hingga anak berusia dua tahun. Kondisi *stunting* baru dapat dilihat setelah bayi memasuki usia 2 tahun, kondisi ini ditunjukkan dengan nilai standar deviasi (SD) unit z (z-score) tinggi badan menurut umur (TB/U) < -2 SD untuk balita pendek dan < -3 SD untuk balita sangat pendek (Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2023).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022, diketahui kasus *stunting* dan kelebihan berat badan (*overweight*) mengalami penurunan yang yang positif. Prevalensi *stunting* menurun dari 24,4% menjadi 21,6%, sedangkan untuk kasus *overweight* menurun dari 3,8% pada tahun 2021 menjadi 3,5% pada tahun 2022 (Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan, 2023). Namun, penurunan tersebut dinilai belum optimal, sehingga memerlukan langkah-langkah lebih lanjut dan upaya yang lebih intensif untuk mencapai perbaikan yang lebih berarti dalam status gizi di Indonesia.

Faktor gizi ibu sebelum dan selama kehamilan menjadi faktor tidak langsung yang berperan dalam mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin, untuk itu penting bagi calon ibu untuk memperhatikan asupan nutrisi yang sehat dan seimbang seperti protein, zat besi, asam folat, kalsium, dan vitamin lainnya yang dapat membantu pembentukan organ dan jaringan tubuh janin dengan optimal terutama pada masa emas kehamilan. Masa emas awal kehidupan berlangsung selama 1000 hari, yaitu saat bayi masih berada di dalam kandungan ketika trimester ketiga hingga usia 2 tahun. Segala ketidaknormalan atau kelainan yang terjadi pada periode emas ini bersifat permanen, sehingga dapat menyebabkan masalah gizi dan kesehatan di masa dewasa, baik itu berupa gangguan fisik, kecerdasan, kesehatan mental, maupun interaksi sosial (Marchianti et al., 2017).

Kampung langkob terletak di desa Majalaya Kecamatan Cikalangkulon Cianjur dengan wilayah yang asri karena letaknya berada di dataran tinggi dan banyak ditanami pepohonan. wilayahnya berupa perbukitan dan masyarakatnya mayoritas memiliki pekerjaan di sektor pertanian dan perkebunan. Berdasarkan hasil kegiatan BPB tahun 2018, *stunting* di Desa Majalaya sebanyak 23,9% (jumlah anak dengan *stunting* 159 anak dari jumlah sasaran anak sebanyak 665 anak). Prevalensi ini melebihi rata-rata (20%) sehingga Desa Majalaya ditetapkan sebagai desa lokus fokus penurunan dan pencegahan *stunting* di Kabupaten Cianjur Tahun 2019, oleh karena itu perlu adanya edukasi serta upaya pencegahan masalah gizi dan penyuluhan terkait makanan bergizi untuk ibu hamil.

METODE

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada minggu ke-4 bulan Agustus 2022 di Kampung Langkob Desa Majalaya dengan tahapan meliputi perizinan lokasi, peminjaman perlengkapan dan peralatan, sosialisasi, penyuluhan dan penutup. Responden untuk

kegiatan ini adalah ibu hamil sebanyak 10 orang. Materi yang disampaikan mengenai "Pentingnya Nutrisi Saat Periode Emas Kehamilan" dan "Makanan Yang Baik Untuk Ibu Hamil". Selain itu, dilaksanakan *Pre-test* dan *Post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan yang terjadi kepada responden. *Pre-test* dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan warga sebelum diberikan materi dengan soal-soal isian singkat. Dan *post-test* dilaksanakan setelah penyuluhan diberikan untuk mengetahui persentase peningkatan wawasan dari responden tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan "Penyuluhan Edukasi 1000 HPK dan Pencegahan *Stunting* Pada Ibu Hamil" merupakan upaya penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya gizi yang baik selama masa kehamilan. Hasil kegiatan dapat menjadi sangat penting terutama dalam hal peningkatan pengetahuan masyarakat tentang gizi dan kesehatan selama kehamilan serta memahami makanan yang baik bagi mereka agar gizi saat kehamilan dapat tercukupi sehingga bayi didalam kandungan menjadi sehat dan saat lahir tidak mengalami gizi kurang dan *stunting*.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Edukasi 1000 HPK dan Pencegahan *Stunting* Pada Ibu Hamil (sesi pembukaan, pemaparan materi dan isi kuisioner)

Kegiatan ini menggunakan metode pemaparan materi, diskusi, tanya jawab, dan kuesioner *pretest* serta *posttest* untuk menilai keberhasilan dari program yang dilaksanakan guna melihat peningkatan serta pemahaman sebelum dan sesudah penyuluhan (Tabel 1).

Saat penyajian materi berlangsung, interaktivitas menjadi kunci untuk memberikan informasi secara efektif. Penyuluhan yang melibatkan diskusi, tanya jawab, dan pengisian kuesioner akan memberikan kesempatan kepada peserta

untuk bertanya dan mendiskusikan topik yang disajikan. Hal ini memungkinkan peserta untuk lebih terlibat langsung dalam pembelajaran. Interaksi ini juga dapat membantu memberikan pemahaman yang mungkin masih belum jelas bagi sebagian peserta. Warga terlihat sangat antusias mengikuti kegiatan, hal itu dilihat dari banyaknya pertanyaan-pertanyaan yang ditanyakan seputar ibu hamil, baik dari pola hidup sehat hingga nutrisi yang baik untuk ibu hamil. Kegiatan ini dimaksudkan agar

masyarakat dapat mengubah pola pikir akan pentingnya menjaga kesehatan sejak dini dan

dapat memenuhi nutrisi yang baik pada ibu hamil.

Tabel 1. Rincian Kegiatan

No.	Kegiatan
1	Persiapan Penyuluhan Ibu Hamil, berupa:
a.	Mempersiapkan persuratan
b.	Survei lokasi sasaran
c.	Pengurusan surat izin terhadap RT dan RW setempat
2	Persiapan materi Penyuluhan Ibu Hamil
3	Persiapan kuisioner
4	Pelaksanaan materi penyuluhan
5	Penyerahan cendramata kepada peserta penyuluhan
6	Melakukan evaluasi kegiatan:
a.	<i>Pretest</i> , pertanyaan sebelum materi
b.	<i>Posttest</i> , pertanyaan setelah materi



Gambar 4. Sesi Tanya Jawab Serta Diskusi Bersama

Hal lain yang juga dapat mengevaluasi hasil kegiatan penyuluhan adalah dengan melakukan pengisian *pretest* dan *posttest*. Sebelum penyuluhan dimulai, peserta diuji dengan *pretest* untuk mengukur pengetahuan awal mereka tentang gizi selama kehamilan. Setelah penyuluhan selesai dilakukan *posttest* untuk mengukur perubahan pengetahuan yang terjadi setelah menerima materi penyuluhan. Perbandingan antara hasil *pretest* dan *posttest* membantu mengukur keefektifan kegiatan konseling

dalam meningkatkan pengetahuan peserta (Tabel 2).

Hasil penyuluhan menunjukkan peningkatan pengetahuan terkait pentingnya nutrisi pada masa kehamilan dan makanan bergizi untuk ibu hamil yang ditandai dengan meningkatnya hasil *posttest*. Hal ini menunjukkan bahwa peserta telah berhasil menyerap dan memahami materi dengan baik tentang gizi ibu hamil. Dengan demikian, ini menjadi bukti nyata bahwa tujuan kegiatan penyuluhan dapat tercapai. Hal tersebut dapat tergambar pada hasil kuesioner yang

dilakukan oleh tim pelaksana yang disajikan pada tabel di bawah ini (Tabel 2).

Tabel 2. Perbandingan Hasil Nilai *Pre-test* dan *Post-test*

No.	Nilai <i>Post-test</i>	Nilai <i>Pre-test</i>
1.	10	10
2.	7	8
3.	3	5
4.	6	7
5.	5	6
6.	6	7
7.	8	9
8.	7	8
9.	5	6
10.	8	9
Total	65	75
Rata-rata	6,5	7,5

Data pada tabel 2 menunjukkan progress yang signifikan, yaitu nilai yang didapatkan oleh masyarakat meningkat setelah mengikuti penyuluhan, dimana pada *pre-test* diperoleh total nilai 65, sedangkan pada *post-test* terjadi peningkatan menjadi 75. Berdasarkan data tersebut, menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman responden mengenai Edukasi 1000 HPK dan Pencegahan *Stunting*. Pada Ibu Hamil Kampung Langkob Desa Majalaya Kecamatan Cikalangkulon Cianjur sebesar 15,38%. Dengan demikian, kegiatan penyuluhan ini berdampak sangat besar terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman masyarakat terkait ibu hamil.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berdampak besar terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman responden mengenai Edukasi 1000 HPK dan Pencegahan *Stunting*. Pada Ibu Hamil Kampung Langkob Desa Majalaya Kecamatan Cikalangkulon Cianjur sebesar 15,38%. Diharapkan kegiatan tersebut dapat bermanfaat bagi para ibu hamil untuk memahami makanan yang baik bagi mereka agar gizi saat kehamilan dapat tercukupi sehingga bayi didalam kandungan menjadi sehat dan saat lahir tidak mengalami kekurangan gizi dan *stunting*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada Tim Pelaksana Kegiatan Pengabdian Masyarakat, Prodi Farmasi dan Universitas Binawan yang sudah memfasilitasi kegiatan ini. Terima kasih juga kami sampaikan kepada masyarakat dan perangkat Kampung Langkob Desa Majalaya yang ikut berpartisipasi dalam acara yang kami selenggarakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2023). *Mengenal Lebih Jauh tentang Stunting*. Yankes.Kemkes.Go.Id.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Buku Saku Pemantauan Status Gizi*. Kemenkes RI.
- Marchianti, A., Sakinah, E., & Diniyah, N. (2017). *The Effectiveness of Nutrition Counseling on The First Thousand Days of Life Group in Improving Knowledge and Attitude on Nutrition Awareness*. 3, 12. <https://doi.org/10.19184/ams.v3i3.5331>