

Edukasi Kepada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di  
Desa Marbun Tonga Marbun Dolok Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang  
Hasundutan Tahun 2022

Nettietalia Brahmana<sup>1</sup>, Myrnawati Crie Handini<sup>2</sup>, Evawani Martalena Silitonga<sup>3</sup>

[brahmananetti@gmail.com](mailto:brahmananetti@gmail.com), [silitongaevawanim@gmail.com](mailto:silitongaevawanim@gmail.com), [myrnawti48@gmail.com](mailto:myrnawti48@gmail.com)

Dosen Universitas Sari Mutiara Indonesia

**ABSTRAK**

Stunting merupakan salah satu masalah yang sangat menghambat perkembangan manusia secara global. Stunting merupakan masalah gizi yang harus diperhatikan demi generasi bangsa yang maju. Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi balita pendek dan sangat pendek menjadi masalah kesehatan masyarakat jika prevalensinya 20% atau lebih (Kementrian Kesehatan RI 2017). Stunting merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan di negara berkembang, termasuk Indonesia. Stunting pada balita merupakan faktor risiko meningkatnya angka kematian, menurunkan kemampuan kognitif dan perkembangan motorik rendah serta fungsi-fungsi tubuh yang tidak seimbang. Stunting di kabupaten Humbang Hasundutan tahun 2019 sebesar 41.4%. Prevalensi stunting di desa Marbun Tonga Marbun Dolok sebesar 38,6. Salah satu penyebab stunting adalah kurangnya pengetahuan ibu sehingga diperlukan edukasi yang efektif untuk mencegah terjadinya stunting. Tujuan kegiatan adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku gizi ibu hamil dalam upaya pencegahan stunting pada balita. Pengetahuan Ibu merupakan faktor yang paling dominan dalam hubungannya dengan kejadian stunting pada Balita. Pengetahuan penting peranannya dalam menentukan asupan makanan. Tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap perilaku dan pola asuh dalam memilih makanan yang akan berdampak pada asupan gizinya. Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Baktiraja dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil dan juga membagikan leaflet yang telah dirancang sebelumnya sebagai alat promosi kesehatan. Leaflet yang dibagikan berjudul “Cegah Stunting Dengan Menu sehat pada Ibu hamil. Kegiatan edukasi berjalan dengan baik dan mendapatkan respon serta antusias yang baik dari responden. Hal ini ditunjukkan dengan antusias responden untuk bertanya pada saat kegiatan berlangsung. Edukasi yang diberikan juga tersampaikan dengan baik yang ditunjukkan dari peningkatan pengetahuan responden terkait stunting dengan melihat perbandingan hasil pre-test dan post-test. Untuk itu, kegiatan edukasi dilaksanakan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terutama kelompok rentan gizi yaitu ibu hamil.

Kata kunci: **Edukasi, Ibu Hamil, Pencegahan Stunting Pada Balita**

**ABSTRACT**

Stunting is one of the problems that greatly hampers human development globally. Stunting is a nutritional problem that must be considered for the sake of the nation's advanced generation. According to the World Health Organization (WHO), the prevalence of short and very short toddlers becomes a public health problem if the prevalence is 20% or more (Ministry of

Health of the Republic of Indonesia 2017). Stunting is a health problem that is often found in developing countries, including Indonesia. Stunting in toddlers is a risk factor for increasing mortality, decreasing cognitive abilities and low motor development and unbalanced body functions. Stunting in Humbang Hasundutan district in 2019 was 41.4%. The prevalence of stunting in Marbun Tonga Marbun Dolok village is 38.6. One of the causes of stunting is the lack of knowledge of mothers so that effective education is needed to prevent stunting. The purpose of the activity is to increase knowledge and nutritional behavior of pregnant women in an effort to prevent stunting in toddlers. Mother's knowledge is the most dominant factor in relation to the incidence of stunting in children under five. Knowledge plays an important role in determining food intake. A person's level of nutritional knowledge affects behavior and parenting patterns in choosing foods that will have an impact on nutritional intake. This activity was carried out at the Baktiraja Health Center by providing education to pregnant women and also distributing leaflets that had been previously designed as a health promotion tool. The leaflet that was distributed was entitled "Prevent Stunting with a Healthy Menu for Pregnant Women. The educational activities went well and received a good response and enthusiasm from the respondents. This is indicated by the enthusiasm of the respondents to ask questions during the activity. The education provided was also well conveyed as indicated by the increase in respondents' knowledge regarding stunting by looking at the comparison of the results of the pre-test and post-test. For this reason, educational activities are carried out as an effort to increase the knowledge of pregnant women, especially the nutritionally vulnerable group, namely pregnant women.

**Keywords: Education, Pregnant Women, Prevention of Stunting in Toddlers**

## **PENDAHULUAN**

### **1. Analisa Situasi**

Stunting merupakan salah satu masalah yang menghambat perkembangan manusia secara global. Stunting merupakan masalah gizi yang harus diperhatikan demi generasi bangsa yang maju. Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi balita pendek dan sangat pendek menjadi masalah kesehatan masyarakat jika prevalensinya 20% atau lebih (Kementerian Kesehatan RI 2017). Stunting merupakan masalah kesehatan yang banyak ditemukan di negara berkembang, termasuk Indonesia. Stunting pada balita merupakan faktor risiko meningkatnya angka kematian, menurunkan kemampuan kognitif dan perkembangan motorik rendah serta fungsi -fungsi tubuh yang tidak seimbang (Brahmana, Manalu, and Taruli 2021)

Menurut (Kemenkes, 2018) stunting dapat terjadi dimulai sejak masa pra konsepsi yaitu pada remaja putri yang mengalami anemia dan kurang gizi diperparah dengan asupan gizi yang kurang selama kehamilan, kesehatan ibu dan gizi ibu sebelum dan saat kehamilan, persalinan mempengaruhi postur tubuh ibu (pendek), jarak kehamilan yang terlalu dekat, ibu

masih remaja, asupan nutrisi yang kurang selama kehamilan kerja. Penyebab utama terjadinya stunting adalah kurangnya asupan nutrisi pada ibu hamil, masih rendahnya IMD dan pemberian ASI eksklusif, lemahnya pemantauan susu formula, belum semua tempat kerja menyediakan tempat untuk ibu menyusui, dan belum sesuainya pemenuhan kebutuhan gizi atau makanan pendamping ASI setelah bayi berumur 6 bulan (Kemenkes, 2018)

Oleh karena itu edukasi pada ibu hamil merupakan hal yang sangat penting dalam upaya meningkatkan pengetahuan dimana pada akhirnya dapat meningkatkan sikap dan perilaku positif pada ibu hamil untuk melakukan berbagai upaya dalam mencegah terjadinya stunting pada masa golden period atau 1000 hari pertama kehidupan. Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan oleh (Mediani, 2020) terdapat berbagai predictor terjadinya stunting pada anak balita di Indonesia diantaranya kurangnya pengetahuan ibu dan dari temuan juga menunjukkan perlu dikembangkan promosi kesehatan terpadu pencegahan dan intervensi untuk mengurangi stunting.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Nurarif & Kusuma, 2015) bahwa tingginya angka kejadian stunting belum diimbangi dengan pengetahuan, sikap dan perilaku ibu hamil, dukungan keluarga dan kader posyandu dalam melakukan upaya pencegahan stunting sedini mungkin atau dalam 1000 hari pertama kehidupan (Pada et al. 2021).

Stunting selain disebabkan faktor kurangnya asupan nutrisi juga dapat disebabkan pengetahuan ibu yang kurang. Salah satu upaya untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting dan faktor resiko terjadinya stunting dengan melakukan edukasi menggunakan media interaktif. Edukasi kesehatan merupakan upaya untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat sehingga dapat meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan lebih baik. Oleh karena itu pemberian informasi tentang pencegahan stunting sangatlah penting sehingga kejadian stunting dapat berkurang (Maywita 2015).

Berdasarkan survey pendahuluan didapatkan data balita stunting sebesar 38,6% ( dari 80 balita yang diukur, 39 balita mengalami stunting) data tersebut ditarik melalui ePPGBM (aplikasi Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat) dari Dinas Kesehatan Kabupaten Humbang Hasundutan yang didapat pada Tanggal 20 Januari 2021. World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa dikatakan masalah gizi nasional apabila prevalensi stunting diatas 20%. Prevalensi balita stunting di Desa Marbun Tonga Marbun Dolok sudah cukup tinggi. Hal ini masih lebih tinggi dari target dinas kesehatan yaitu sebesar 28%. Melalui wawancara singkat di posyandu melati didapatkan bahwa ada beberapa ibu hamil yang tidak mengerti tentang stunting, dampak stunting serta faktor apa saja yang berhubungan dengan stunting.

Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik **“Edukasi Kepada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Marbun Tonga Marbun Dolok Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2022”**.

## **1.2. Tujuan**

### **1.2.1. Tujuan Umum**

Setelah mengikuti pengabdian masyarakat ini diharapkan sasaran mampu mengetahui dan memahami pentingnya Gizi pada saat kehamilan untuk pencegahan stunting.

### **1.2.2. Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui defenisi stunting
2. Untuk mengetahui dampak terjadinya stunting
3. Untuk mengetahui pencegahan stunting pada ibu hamil
4. Untuk mengetahui apakah ibu hamil menerapkan pola hidup sehat dan konsumsi makanan bergizi
5. Untuk mengetahui apakah ibu hamil mengetahui faktor penyebab anak stunting.

## **1.3. Manfaat Pemberdayaan Masyarakat**

Agar ibu hamil dapat mengetahui penyebab, dampak dan cara pencegahan stunting, menerapkan pola hidup sehat dan konsumsi makanan bergizi, sehingga nantinya anak yang dilahirkan dapat terhindar dari stunting.

## **SOLUSI PERMASALAHAN MITRA**

### **1. Solusi**

Puskesmas Baktiraja merupakan salah satu puskesmas dari 12 puskesmas yang ada di wilayah kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Humbang Hasundutan. Melakukan edukasi dengan pengabdian masyarakat guna memberikan pemahaman meliputi defenisi, dampak stunting, faktor-faktor penyebab stunting, pola hidup sehat dan konsumsi makanan bergizi pada saat kehamilan.

Hasil dari solusi yang diharapkan pada kegiatan ini adalah terlaksananya kegiatan

edukasi mengenai pencegahan stunting yang disampaikan dengan media promosi leaflet. Leaflet dibagikan dengan judul “Edukasi Kepada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Marbun Tonga Marbun Dolok Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2022”.

## **2.1 Target**

1. Semakin bertambahnya pengetahuan ibu hamil tentang manfaat dan pentingnya menu gizi seimbang pada ibu hamil guna pencegahan terjadinya stunting pada balita. Hal ini bisa di dapat melalui informasi kesehatan melalui media cetak seperti leaflet.
2. Dengan pengetahuan yang baik, dampak dan cara pencegahan, maka ibu hamil dapat melakukan pola hidup sehat dan menu makanan yang sehat sehingga tidak melahirkan bayi berat badan lahir rendah yang dapat menyebabkan stunting
3. Meningkatkan Kualitas Pelayanan Kesehatan kepada masyarakat khususnya ibu hamil
4. Membentuk kader posyandu untuk ibu hamil

## **METODE PELAKSANAAN**

### **1. Sasaran Kegiatan**

Dalam pelaksanaan kegiatan sasaran kegiatan adalah Ibu hamil sebanyak 15 orang Di Desa Marbun Tonga Marbun Dolok Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2022

### **2. Metode Pelaksanaan**

Kegiatan pengabdian dilaksanakan di Puskesmas Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan.

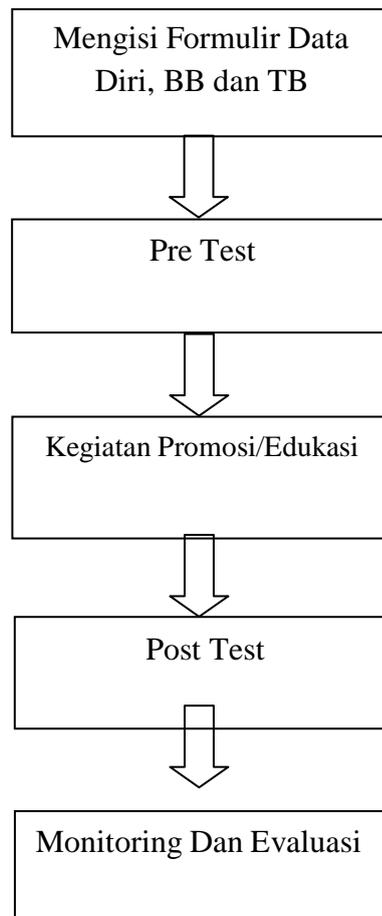
Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut;

1. Kegiatan Pre-test, dilakukan ujian untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil tentang stunting dan pola asuh yang baik bagi tumbuh kembang anak serta menu makanan yang sehat bagi ibu hamil. Kegiatan ini dilakukan sebelum diberikan leaflet pada ibu hamil.
2. Penyampaian materi tentang stunting dan pecegahannya dilakukan oleh Ketua Pengabdian sebagai pemateri utama dengan membagikan alat promosi kesehatan berupa leaflet. “Edukasi Kepada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di

Desa Marbun Tonga Marbun Dolok Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2022”. Setelah materi disampaikan oleh pemateri, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (diskusi dan tanya jawab).

3. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan. Kegiatan ini dilakukan dengan membagikan post-test yang telah dibuat menggunakan formular.

Tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai berikut:



**a. Alat dan Bahan yang digunakan**

1. LCD, Layar LCD
2. Leaflet
3. Formulir pre-test dan post-test

**b. Tempat dan Waktu Penelitian**

1. Tempat Pemberdayaan masyarakat dilaksanakan di Puskesmas Baktiraja Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan
2. Waktu Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada bulan Maret s/d Juni 2022

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**4.1 Hasil**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa “Edukasi Kepada Ibu Hamil Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Desa Marbun Tonga Marbun Dolok Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun2022 ”.

**4.1.1 Persiapan Kegiatan**

Kegiatan yang dilakukan, sebagai berikut:

1. Pengurusan izin untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat (suratketerangan kegiatan terlampir).
2. Pembuatan leaflet pencegahan stunting dengan menu sehat pada ibu hamil (terlampir).
3. Koordinasi dengan kader dan beberapa ibu hamil yang mengikuti kegiatanpengabdian
4. Penyusunan kuesioner pre-test dan post-test untuk mengetahui tingkatpengetahuan ibu

**4.1.2 Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah dan memberikan leaflet kepada

**4.1.3 Matriks Kegiatan**

15 Juni 2022		
08.00-09.00	Pembukaan	
09.00-10.00	Penandatanganan MOU	Kepala Dinas Kesehatan
10.00-10.30	Pre-test	Team Pengabdian Kepada Masyarakat
10.30-12.00	Pemberian materi	Nettietalia Br Brahmana, SST., MKM
12.00-13.00	Ishoma	
13.00-13.30	Post Tes	Team Pengabdian Kepada Masyarakat
13.30-14.00	Peresmian Kader Posyandu Ibu Hamil	Kepala Puskesmas Baktiraja
14.00-14.30	Penutup	Kepala Puskesmas Baktiraja

**4.2 Metode Evaluasi Kegiatan**

1. Kegiatan yang sudah dilakukan diharapkan akan merubah perilaku ibu-ibu hamil dalam menjaga Kesehatan selama kehamilan untuk pencegahan

stunting

2. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Puskesmas Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan

#### **4.2.1 Pembahasan**

Secara Keseluruhan Kegiatan Berjalan dengan baik sesuai dengan yang direncanakan. Semua pihak dapat bekerjasama dengan baik. Para Peserta sangat antusias dan berpartisipasi aktif dalam seluruh kegiatan mulai dari mengikuti kegiatan pengabdian sampai selesai acara.

#### **4.2.2 Pre-Test**

Kegiatan pre-test dilakukan sebelum disampaikannya materi tentang “Menu Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil Guna Mencegah Stunting Pada Balita”. Ibu-ibu diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan (kuesioner) yang terkait dengan materi yang akan disampaikan melalui google form yang kemudian dibagikan link-nya oleh anggota penelitian di grup WhatsApp. Terdapat sepuluh pertanyaan yang diajukan kepada responden, yaitu :

1. Apakah Ibu mengetahui apa itu stunting?
2. Apakah ibu mengetahui apa penyebab anak stunting?
3. Apakah ibu mengetahui ciri-ciri anak stunting?
4. Apakah ibu mengetahui faktor penyebab anak stunting?
5. Apakah ibu mengetahui menu makanan yang sehat pada saat kehamilan?

#### **4.2.3 Post Test**

Kegiatan pre-test dilakukan setelah materi edukasi diberikan dan semua pertanyaan dari responden telah dijawab. Pada kegiatan ini responden diminta untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang sama dengan pertanyaan pre-test. Post-test sebelumnya telah disiapkan oleh anggota pengabdian menggunakan google form sebagai media kuesioner yang kemudian link kuesioner dibagikan ke grup pengabdian

Hasil kegiatan pre-test dan post-test menunjukkan gambaran tingkat pengetahuan ibu terkait stunting, dengan hasil sebagai berikut: terdapat peningkatan pengetahuan ibu terkait materi yang diberikan saat melakukan kegiatan pre-test dan post-test. Pada saat pre-test tingkat pengetahuan ibu dengan kategori kurang adalah sebanyak 11 orang (73,33%), sedangkan dengan kategori baik adalah sebanyak 4 orang (26,66%). Pada saat post-test tingkat pengetahuan ibu dengan kategori kurang adalah sebanyak 2 orang (13,33%) dan dengan kategori baik adalah sebanyak 13 orang (86,66 ). Berdasarkan hasil yang diperoleh

diketahui bahwa pengetahuan ibu meningkat setelah diberi edukasi terkait stunting. Bertambahnya pengetahuan ibu diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu untuk menerapkan pola makan yang seimbang, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk mencegah terjadinya stunting, sehingga proses tumbuh kembang anak dapat berjalan dengan baik tanpa adanya hambatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat, terkhususnya para ibu hamil untuk mencegah terjadinya stunting. Pemahaman tentang pola makan yang baik dan penerapan PHBS melalui kegiatan promosi gizi diharapkan lebih efektif sehingga meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu untuk mencegah stunting.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **5.1 Kesimpulan**

1. Kegiatan terlaksana dan berjalan dengan baik sesuai dengan yang direncanakan.
2. Kegiatan ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan yang meliputi pre-test, penyampaian materi terkait stunting, diskusi tanya jawab dan post-test.
3. Responden dalam kegiatan ini menunjukkan respon yang baik dan antusias dengan kegiatan yang dilaksanakan. Hal ini terlihat disaat diskusi tanya jawab ibu-ibu hamil aktif saat bertanya.
4. Hasil dari kegiatan yang telah dilaksanakan adalah adanya peningkatan pengetahuan dan informasi terkait materi yang dapat dilihat dari perbandingan hasil pre-test dan post-test.

### **5.2 Saran**

Melalui pengabdian masyarakat ini perlu ditingkatkan kerjasama baik dari pihak Universitas maupun dari pihak pemerintah desa sehingga kegiatan yang sama dapat terlaksana dengan baik dan optimal. Meningkatkan peran serta kader untuk lebih aktif dalam memberika informasi Kesehatan kepada ibu hami, khususnya tentang pencegahan stunting.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Brahmana, Nettietalia Br, Vivi Manalu, and Donal Nababan Taruli. 2021. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Desa Marbun Tonga Marbun Dolok Kecamatan Baktiraja Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2021

Factors Related to the Event of Stunting in Toddlers in Marbun Tonga Village Marbun Dolok Baktiraja District Humbang Hasundutan District Year 2021.” 7(2): 1674–90.

Kementrian Kesehatan RI. 2017. “Pusat Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia.”

Maywita, E. 2015. “Risk Factors Cause the Stunting of Age 12-59 Months in Kampung Baru Kec. Lubuk Begalung In.” *Jurnal Riset Hesti Medan*.

Pada, Edukasi et al. 2021. “Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks Untuk Masyarakat ISSN 1410 - 5675 EISSN 2614-2392.” 10(4): 330–35.

## DOKUMENTASI

