



PENCEGAHAN STUNTING MELALUI EDUKASI MAKANAN BERGIZI PADA IBU YANG MEMILIKI BAYI DAN BALITA DI RW 1 LEMBAH SARI RUMBAI KOTA PEKANBARU

Tengku Hartian SN^{1*}, Siska Mulyani², Mustika Hana Harahap³, Andriani⁴,
Hamidah Sari Batubara⁵

^{1,2,3,4,5} PSD III Kebidanan, STIKes Payung Negeri Pekanbaru, Indonesia, hartiantengku@gmail.com

ABSTRAK

Abstrak: Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur. Upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat dengan melakukan promosi kesehatan salah satunya edukasi. Pemberian edukasi memberikan efek positif terhadap pengetahuan dan perilaku seseorang dalam merubah pola pikir dan sikap. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini agar ibu-ibu bayi dan balita tahu dan mengerti bagaimana memilih, megolah dan menyajikan makanan yang bergizi dalam usaha pencegahan *stunting* sedini mungkin. Metode pelaksanaan kegiatan secara garis besar meliputi tahapan Penyuluhan dan evaluasi. Sebelum pemberian sedukasi terlebih dahulu dilakuakan *pretest* untuk menilai pengetahuan ibu dan membandingkan hasil *posttest* setelah pemaparan materi dan tanya jawab, terdapat peningkatan pengetahuan ibu bayi dan balita tentang pemenuhan makanan bergizi dalam usaha pencegahan *stunting*. Perlu dilakukan edukasi, pengawasan dan pemantauan secara terus menerus mengenai status gizi anak karena hal ini dapat berdampak kepada penurunan daya tahan tubuh yang dapat mengakibatkan mudah terserang penyakit, dengan dilakukannya pemantauan dan edukasi secara berkala dan terjadwal di Posyandu RW 1 Lembah Sari Rumbai dapat terdeteksinya sedini mungkin masalah kesehatan pada anak.

Kata Kunci: Edukasi; Makanan Bergizi; *Stunting*.

Abstract: Optimal nutrition is essential for normal growth and physical and intellectual development in infants, children and all age groups. Efforts that can be made to improve public health status by promoting health, one of which is education. Providing education has a positive effect on a person's knowledge and behavior in changing mindsets and attitudes. The purpose of this community service is so that mothers of babies and toddlers know and understand how to choose, process and serve nutritious food in an effort to prevent *stunting* as early as possible. The method of implementing activities in general includes the stages of counseling and evaluation. Prior to providing education, a *pretest* was carried out to assess the mother's knowledge and compare the results of the *posttest*. After the presentation of the material and questions and answers, there was an increase in the knowledge of mothers of infants and toddlers about fulfilling nutritious food in an effort to prevent *stunting*. It is necessary to carry out continuous education, supervision and monitoring regarding the nutritional status of children because this can have an impact on decreasing body resistance which can result in being susceptible to disease, by carrying out periodic and scheduled monitoring and education at Posyandu RW 1 Lembah Sari Rumbai it can be detected as early as possible health problems in children.

Keywords: Education; Nutrition Foods; *Stunting*.



Article History:

Received : 29-12-2022
Revised : 23-01-2023
Accepted : 26-01-2023
Online : 31-01-2023



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghilangkan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. *Stunting* merupakan salah satu masalah gizi dimasyarakat. Balita dikatakan *stunting* apabila Z-score tinggi badan menurut umurnya berada dibawah garis normal yaitu kurang dari -2SD dikatakan pendek dan kurang dari -3SD dikategorikan sangat pendek (Sarman & Darmin, 2021).

Berdasarkan Profil Provinsi Riau Tahun 2019 status balita gizi kurang indeks BB/U tahun 2019 sebesar 6,61%. Gizi lebih 3,06%, gizi baik 88,9%, gizi buruk 1,37% (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Data dari Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021, tingkat prevalensi stunting di Kota Pekanbaru berada di angka 11,4 persen. Pemerintah Kota (Pemko) Pekanbaru pun menargetkan angka prevalensi stunting pada tahun 2024 berada di angka 6,34 persen. Target ini jauh dibawah target nasional yakni 14 persen di tahun 2024 (Portal Resmi, 2022)

Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 mengatur tentang upaya perbaikan gizi pada masyarakat dalam hal arahan, tujuan dan strategi perbaikan gizi pada masyarakat. Secara umum UU ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas gizi dasar pada tingkat individu dan masyarakat. UU tersebut menjelaskan rinci empat poin strategi dalam meningkatkan gizi masyarakat, yaitu: penting untuk memperbaiki pola konsumsi pangan dengan gizi yang seimbang, perilaku kesadaran pada gizi, aktifitas pada fisik dan aspek kesehatan, akses dan kualitas pelayanan faktor gizi dengan memanfaatkan aspek pengetahuan dan aspek teknologi, peningkatan ketahanan pangan dan pengawasan pada sektor gizi. UU Nomor 18 Tahun 2012 tentang pangan dimana dijelaskan bahwa keadaan gizi masyarakat mesti diperhitungkan ke dalam strategi pembangunan pangan dimana memerlukan peran strategi dari pemerintah dipusat dan dari pemerintah didaerah agar menyusun Rencana Aksi Pangan dan Gizi (RAPG) setiap lima tahun (Oktaviani & Et.all, 2022).

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi tingkat kesehatan individu dan masyarakat. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur. Gizi yang baik membuat berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini (Kemenkes RI, 2014a). Penambahan makanan sumber karbohidrat pada makanan padat, bubur nasi, *maize*

kombinasi dengan pemberian ASI atau mineral seng atau multivitamin ternyata tidak mempunyai pengaruh terhadap pertumbuhan linier pada bayi setelah 6 bulan intervensi. Disimpulkan bahwa intervensi pada bayi untuk penanggulangan masalah *stunting* dengan memberikan zat gizi tunggal, kombinasi 2-3 zat gizi (multi zat gizi mikro) telah banyak dilakukan dan dampaknya tidak konklusif bisa mencegah anak batita menjadi *stunting* (Rosmalina, Luciasari, Aditianti, & Ernawati, 2017)

Promosi kesehatan merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong diri sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber daya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung kebijakan publik yang berwawasan kesehatan. Salah satu upaya yang dilakukan dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat dengan memberikan edukasi dan keterampilan (Nurmala & Dkk, 2018).

Untuk mengoptimalkan penyampaian pesan gizi seimbang kepada masyarakat, diperlukan KIE yang tepat dan berbasis masyarakat (Kemenkes RI, 2014b). Intervensi gizi untuk meningkatkan pola makan dan gaya hidup yang sehat sering kali menggunakan berbagai terminologi yang berbeda antara lain pendidikan gizi, konseling gizi, komunikasi berbasis perubahan perilaku (*behavior change communication*) (Muslihah, et al. 2013). terdapat 5 faktor yang berpengaruh terhadap keberhasilan program pemberdayaan masyarakat yaitu (1) perencanaan dan sosialisasi (2) pendampingan dan pemberian motivasi kepada kelompok sasaran, (3) pelatihan pemanfaatan hasil pekarangan mendukung diversifikasi konsumsi pangan, (4) monitoring dan evaluasi pelaksanaan program dan dampaknya, (5) pentingnya aspek promosi dan pemasaran. Jika pemberdayaan masyarakat optimal pada program-program ini maka pencegahan stunting di era new normal ini akan mendapatkan hasil yang optimal (Candarmaweni & Rahayu, 2020).

Edukasi gizi merupakan bagian kegiatan pendidikan kesehatan, didefinisikan sebagai upaya terencana untuk mengubah perilaku individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam bidang kesehatan (Maulana, 2007). *Academic Nutrition and Dietetics* (AND) mendefinisikan edukasi gizi sebagai suatu proses yang formal untuk melatih kemampuan klien atau meningkatkan pengetahuan klien dalam memilih makanan, aktifitas fisik, dan perilaku yang berkaitan dengan pemeliharaan atau perbaikan kesehatan. Dengan demikian kegiatan yang harus dilakukan untuk memperbaiki pengetahuan, sikap, perilaku gizi adalah edukasi gizi. Edukasi gizi mampu meningkatkan pengetahuan dan *feeding practice* ibu meskipun pertumbuhan anak tidak meningkat secara langsung (Ulfani, Martianto, & Baliwati, 2011). Edukasi gizi kepada ibu dan para pengasuh balita menjadi salah satu rekomendasi Unicef Indonesia untuk

mengentaskan masalah *stunting* di Indonesia. Edukasi gizi dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok. Dari penelitian yang sudah dilakukan, metode intervensi penyuluhan gizi terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu balita (Rahmawati, Sudargo & Pramastri, 2007).

B. METODE PELAKSANAAN

Tahapan pelaksanaan dalam pengabdian ini dilaksanakan dalam beberapa kegiatan secara garis besar meliputi tahapan Penyuluhan (edukasi) dan evaluasi. Adapun uraian tahapan dalam pelaksanaan kegiatan sebagai berikut.

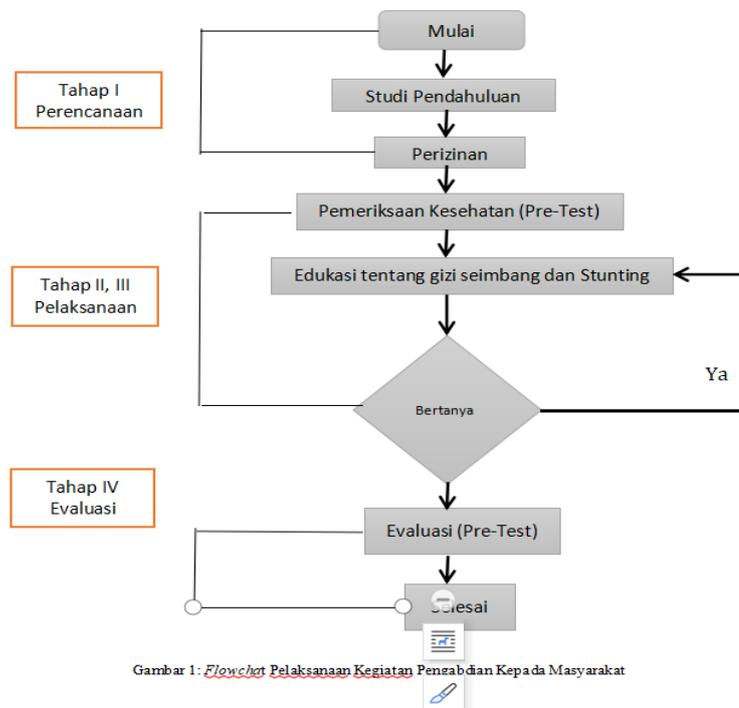
Pertama: Pengabdian Kepada Masyarakat ini dimulai dari pengurusan surat tugas melakukan pengabdian masyarakat dari STIKes Payung Negeri ke UPT Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru. Setelah mendapatkan surat tugas untuk melakukan pengabdian masyarakat Tim melakukan koordinasi ke tenaga kesehatan penanggung jawab Posyandu RW1 Lembah Sari Rumbai untuk pelaksanaan pengabdian masyarakat tersebut. Setelah mendapatkan izin melakukan pengabdian masyarakat, tim melakukan koordinasi dengan tenaga kesehatan pj. Posyandu rw1 dan mengidentifikasi terhadap masalah yang dialami masyarakat setempat berkaitan dengan kesehatan ibu dan anak.

Kedua: Setelah ditemukan permasalahan yang terjadi di masyarakat RW1 Lembah Sari seputar kesehatan ibu dan anak, maka selanjutnya menyusun rencana tindak lanjut dalam mengatasi permasalahan tersebut. Dalam hal ini masalah yang ditemui yaitu masalah pemenuhan gizi pada balita dan stunting. Pemenuhan gizi yang salah dan kurang dapat mengakibatkan terjadinya stunting dimasa akan datang dengan bertambahnya usia anak, tindak lanjut yang akan dijalankan yaitu memberikan edukasi dan evaluasi

Ketiga: memberikan pretest kepada ibu-ibu balita RW1 yang hadir dalam kegiatan pengabdian untuk mengetahui pengetahuan awal mereka mengenai pemenuhan gizi seimbang dan *stunting*, selanjutnya memberikan edukasi mengenai gizi seimbang bagi balita dan *stunting* yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu RW1 Lembah Sari. Peningkatan pengetahuan ini dilakukan dengan pemberian informasi mengenai makanan bergizi dan *stunting* dengan metode ceramah dan tanya jawab, adapun materi yang disampaikan pada kegiatan ini antara lain pengertian makanan bergizi, tehnik pengolahan makanan, makanan yang tidak sehat, pengertian stunting, dampak stunting, pencegahan stunting. Setelah diberikan edukasi dilakukan posttest untuk mengetahui pengetahuan akhir dari peserta setelah diberikan edukasi.

Keempat: Melakukan evaluasi pada setiap tahap kegiatan. Tim melakukan pengukuran efektifitas kegiatan yang dilakukan melalui penyebaran kuesioner.

Kerangka kerja kegiatan seperti pada gambar 1 berikut ini.



C. HASIL DAN PEMBAHASAN

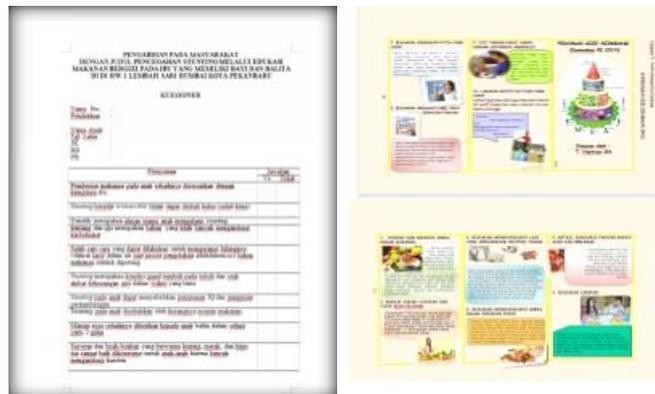
Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan (edukasi) tentang pencegahan *stunting* melalui edukasi makanan bergizi pada ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita. Semua orang tua dari bayi dan balita di Posyandu Wilayah RW1 Lembah Sari, merupakan peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Berikut ini merupakan gambaran umum para peserta “Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan *Stunting* Melalui Edukasi Makanan Bergizi” dilaksanakan pada bulan September 2022. Kegiatan yang dilakukan, sebagai berikut.

1) Persiapan Kegiatan

Persiapan kegiatan meliputi: a. Pengurusan izin untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat ke UPT Puskesmas Rumbai b. Pembuatan *leaflet* tentang makanan bergizi dan *stunting* c. Koordinasi dengan bidan Puskesmas yang bertanggung jawab di Posyandu RW1 Lembah Sari dalam pelaksanaan pengabdian pada Posyandu yang terjadwal d. Penyusunan kuesioner *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu bayi dan balita (gambar 2).

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, para peserta diberikan penyuluhan berupa cara dan program pencegahan *stunting* pada bayi dan balita. Harapannya dari pemberian penyuluhan ini adalah para

peserta dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang pencegahan stunting pada bayi dan balita, sehingga dapat meningkatkan peran sertanya terhadap kegiatan pencegahan stunting bayi dan balita dengan cara ikut melakukan pemantauan terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita.



Gambar 2. Contoh Soal *Pre-post* test dan contoh *leaflet*.

2) Pelaksanaan Kegiatan

a) Peserta Pengabdian

Kegiatan diikuti oleh 23 ibu yang memiliki bayi dan balita.

b) Perkenalan

Kegiatan diawali dengan perkenalan dan penjelasan mengenai maksud dan tujuan kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan. Hal ini disampaikan oleh Ketua Pengabdian yang dibantu oleh anggota pengabdian.

c) *Pre-Test*

Kegiatan *pre-test* dilakukan sebelum disampaikannya materi tentang “Pemberdayaan Masyarakat dalam Pencegahan *Stunting* Melalui Edukasi Makanan Bergizi”. Ibu-ibu diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan (kuesioner) yang terkait dengan materi yang akan disampaikan melalui kertas yang telah diberikan kepada masing-masing peserta. Terdapat sepuluh pertanyaan yang diajukan kepada responden, yaitu: 1) Pemberian makanan pada anak sebaiknya disesuaikan dengan keinginan ibu 2) *Stunting* bersifat *irreversible* (tidak dapat diubah kalau sudah kena) 3) Genetik merupakan alasan utama anak mengalami *stunting* 4) kentang dan ubi merupakan bahan yang tidak banyak mengandung karbohidrat 5) Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi hilangnya vitamin larut dalam air saat proses pengolahan adalah mencuci bahan makanan setelah dipotong 6) *Stunting* merupakan kondisi gagal tumbuh pada tubuh dan otak akibat kekurangan gizi dalam waktu yang lama 7) *Stunting* pada anak dapat menyebabkan penurunan IQ dan gangguan perkembangan 8) *Stunting* pada anak disebabkan oleh kurangnya asupan makanan 9) Minum susu sebaiknya diberikan

kepada anak balita dalam sehari yaitu 2 gelas 10) Sayuran dan buah-buahan yang berwarna kuning, merah, dan hijau tua sangat baik dikonsumsi untuk anak-anak karena banyak mengandung karoten.

d) Penyampaian Materi

Penyampaian materi menggunakan media *power point* dimana pada *power point* di jelaskan mengenai makanan bergizi dan *stunting*. Penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah tanya jawab dan diskusi, setiap ibu bayi dan balita diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan yang kemudian didiskusikan bersama. Anggota kegiatan cukup antusias dengan materi yang disampaikan. Hal ini terlihat dari pertanyaan yang diajukan. Beberapa pertanyaan yang diajukan adalah masalah pemilihan makanan yang membantu dalam masa pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita, upaya dalam pencegahan *stunting*. Pertanyaan dan jawaban dari pemateri “makanan apa saja untuk pencegahan *stunting*? Makanan yang merangsang pertumbuhan tinggi badan, energi (karbohidrat dan lemak), harus cukup protein terutama protein hewani karena zat ini akan dipakai oleh tubuh. Balita dianjurkan mengkonsumsi 1,1 gram protein/kg/berat badan yang berkualitas tinggi (mengandung asam amino esensial lengkap) setiap hari, yang didapat dari sumber hewani seperti daging sapi, ayam, ikan, telur dan susu.

Penelitian menunjukkan anak yang mendapat protein 15 persen dari total asupan kalori mempunyai tinggi badan lebih dari pada mereka yang mendapatkan protein 7,5 persen. “Apakah semua perawakan pendek disebut dengan *stunting*? *Stunting* dari bagian perawakan pendek, disebabkan kondisi kesehatan atau nutrisi suboptimal terutama kualitas dan kuantitas asupan makanan yang salah. Disebut perawakan pendek jika panjang badan atau tinggi badan menurut umur berada dibawah Zscore-2 WHO Growth Standard

“Tanda awal *stunting* dan sejak kapan dikatakan *stunting*?” Usia 2-3 bulan, dimulai dari berat badan kurang atau menurun dan diterus dibiarkan. Begitu berat badan turun, asupan energi tidak cukup. Pada anak yang beratnya dibawah 10 kg, 50 persen energi digunakan untuk perkembangan otak. Bila anak bayi dan balita kekurangan energi, yang menjadi korban adalah otaknya. “Apa dampak kurang gizi pada bayi dan balita?” bayi atau balita yang sudah terkena gizi buruk diusia 1 tahun, memiliki IQ dibawah 70 pada usia 40 tahun dan 40 persen IQ-nya dibawah 90 atau selevel kecerdasan anak usia sekolah menengah pertama. Anak *stunting* angka mortalitasnya 4 kali lebih tinggi, IQ bisa turun 11 dan income-nya dimasa depan bisa turun 22 persen (kesempatan bekerja terbatas karena IQ rendah). Selain itu anak yang menderita *stunting* akan

mengalami sejumlah masalah kesehatan seperti penurunan fungsi kekebalan, gangguan sistem pembakaran lemak dalam jangka pendek. Dalam jangka panjang, anak akan mengalami obesitas, penurunan toleransi glukosa, penyakit jantung koroner, hipertensi dan osteoporosis. “Jika tidak suka sayuran, bisa diganti apa agar tetap bisa mendapatkan gizi yg seimbang? Peran sayur tidak bisa digantikan dengan bahan makanan lain, komposisi bahan makanan dalam menu seimbang mempunyai kandungan zat gizi berbeda dan saling melengkapi. Bagi yang tidak suka makan sayur paling tidak konsumsilah sayur yang paling Anda sukai, mengolah sayur menjadi makanan yang anda sukai atau pun mengonsumsi sayuran dengan cara yang berbeda seperti dibuat jus. “Apakah ada batas maksimal makan telur setiap harinya? Tergantung dari kondisi masing-masing orang. Untuk anak-anak tidak ada batasan maksimal karena masih dalam masa pertumbuhan. Untuk orang dewasa yang tidak memiliki penyakit penyerta, 1-2 butir per hari masih diperbolehkan. Bagi yang mempunyai penyakit penyerta seperti kolesterol batas maksimal mengonsumsi telur adalah 4 butir dalam seminggu apabila masih khawatir bisa mengonsumsi bagian putih telurnya yang rendah kolesterol. “ Bagaimana caranya memilih menu seimbang tapi aman didompet, mengingat saat ini mahalnya bahan pokok?” Menu bergizi tidak harus mahal, bisa menggunakan bahan makanan yang relatif murah untuk dibuat menu seimbang, contoh bahan makanan yang murah meriah dan mudah didapat. Lauk-pauk: Telur, hati ayam, ikan, tahu dan tempe, Sayuran: Bayam, Kangkung, Toge. Buah: Pepaya dan pisang, Selain itu Mommi bisa memilih buah musiman yang harganya relatif murah. “Jika anak tidak suka sayur apakah cukup jika buah saja?” Peran sayur tidak bisa digantikan dengan buah. Sayur dan buah mempunyai kandungan mikronutrients berbeda yang saling melengkapi. “Apakah nugget itu termasuk makanan sehat atau kurang sehat?” Tergantung dari bahannya. Nugget adalah makanan yang sehat dan kaya protein, nugget yang sehat sebagian besar bahannya adalah campuran daging ayam dan sayuran, namun banyak nugget di pasaran kurang sehat yang tepungnya lebih banyak daripada daging aslinya. Jika mau membuat nugget sendiri itu mudah, resep cara membuat nugget sekarang dapat kita unduh di google.

e) *Post-Test*

Kegiatan pro-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. Lembar pertanyaan *Post-test* sebelumnya telah disiapkan oleh anggota pengabdian, diberikan

langsung kepada peserta pengabdian masyarakat. Penilaian pengetahuan dari para peserta dilakukan dengan metode *pre test* dan *post test*. Hasil dari *pre test* dan *post test* untuk penyuluhan makanan bergizi dalam pencegahan *stunting* pada bayi dan balita adalah sebagai berikut.

Tabel 2.1 Pre Test Dan Post Test Pengetahuan Tentang Pencegahan *Stunting*

<i>Pre-Test</i>				<i>Post-Test</i>			
Tahu		Tidak Tahu		Tahu		Tidak Tahu	
N	%	N	%	N	%	N	%
10	43	13	57	19	83	4	17

Tingkat pengetahuan responden yang ikut dalam kegiatan pengabdian dapat diketahui melalui beberapa pertanyaan yang diajukan. Pengetahuan ibu dikelompokkan menjadi 2 kategori, yaitu pengetahuan baik (tahu) dan pengetahuan kurang (tidak tahu). Pengetahuan baik (tahu) apabila ibu dapat menjawab pertanyaan betul sebanyak ≥ 5 pertanyaan dan pengetahuan kurang (tidak tahu) apabila ibu menjawab pertanyaan betul sebanyak < 5 pertanyaan.

Dari hasil *pre* dan *post* didapatkan 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 13 orang (57%), sedangkan dengan kategori baik adalah sebanyak 10 orang (43%). Pada saat *post-test* tingkat pengetahuan ibu dengan kategori kurang adalah sebanyak 4 orang (17%) dan dengan kategori baik adalah sebanyak 19 orang (83%). Berdasarkan hasil yang diperoleh diketahui bahwa pengetahuan ibu meningkat setelah diberi edukasi terkait. Bertambahnya pengetahuan tentang pemenuhan makanan bergizi pada masa bayi dan balita diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu untuk memilih, menyiapkan dan mengolah makanan yang bergizi untuk pertumbuhan dan perkembangan selama masa bayi dan balita dalam pencegahan *stunting*, sehingga proses tumbuh kembang anak dapat berjalan dengan baik tanpa adanya hambatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terselenggara atas kerjasama STIKes Payung Negeri dengan UPT Puskesmas Rumbai dalam upaya meningkatkan pengetahuan ibu bayi dan balita tentang pemenuhan makanan bergizi dalam upaya pencegahan *stunting sejak dini*. Pemahaman tentang pemenuhan makanan bergizi secara baik dan benar melalui kegiatan promosi kesehatan dengan metode ceramah tanya jawab diharapkan lebih efektif sehingga meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ibu dalam persiapan proses

tumbuh kembang anak. Beberapa keterbatasan yang ditemukan dalam kegiatan pengabdian ini antara lain adalah jumlah responden yang terbatas dikarenakan tidak semua ibu yang bisa meluangkan waktu lama dengan alasan banyak kesibukan, atau anak menangis. Namun keterbatasan ini juga menjadi tantangan tersendiri bagi pengabdian untuk lebih aktif dalam menyampaikan materi.

Berdasarkan tabel 2.1 dapat dinyatakan bahwa hasil *pre test* peserta yang mengetahui tentang program pencegahan *stunting* sebesar 10 orang (43%), sedangkan berdasarkan hasil *post test* peserta yang mengetahui tentang program pencegahan *stunting* sebesar 19 orang (83%). Dilihat dari hasil *pre test* sebagian besar orang tua tidak mengetahui tentang definisi dan cara pencegahan *stunting*, namun setelah dilakukannya penyuluhan hasil *post test* hampir seluruh orang tua sudah mengerti tentang pemenuhan makanan bergizi, definisi dan pencegahan *stunting*. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat karena nilai *post test* lebih tinggi daripada nilai *pre test*. Program perbaikan gizi pada bayi dan balita mendapat perhatian penting dari pemerintah melalui kebijakan gerakan nasional 1000 hari pertama kehidupan. Gerakan 1000 HPK terdiri dari intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitive. Intervensi spesifik, adalah tindakan atau kegiatan yang dalam perencanaannya ditujukan khusus untuk kelompok 1000 HPK. Kegiatan ini pada umumnya dilakukan oleh sektor kesehatan, seperti imunisasi, PMT ibu hamil dan balita, monitoring pertumbuhan balita di Posyandu, suplemen tablet Pedoman Perencanaan Program Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan besi-folat ibu hamil, promosi ASI Eksklusif, MP-ASI dan sebagainya. Intervensi spesifik bersifat jangka pendek, hasilnya dapat dicatat dalam waktu relatif pendek (RI, 2013). Pemberian penyuluhan dengan metode interaktif dan tanya jawab, dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang *stunting* pada saat pre-test adalah 10,43 dan pada saat post-test meningkat menjadi 19,60 yang dilakukan (Rahmawati & Hamzah, 2020) di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari proses pengabdian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ini mendapat respon positif dan antusiasme dari bidan dan kader Posyandu RW 1 Lembah Sari Rumbai dari semua tahapan proses kegiatan pengabdian masyarakat ini. Pengukuran status gizi dan pemberian edukasi ibu-ibu bayi dan balita berjalan lancar dan cukup kondusif. Pada kategori status gizi didapatkan

hasil sebagian besar anak memiliki kategori BB/U, TB/U dan IMT/U dalam kategori Gizi baik, normaln kurang tidak ditemukannya anak dengan kategori gizi buruk. Saran dari kegiatan ini adalah Produksi ASI yang tidak cukup membuat ibu mengalami kesulitan dalam proses menyusui terutama diawal pasca kelahiran. Salah satu solusi untuk mengatasi ketidak lancarn produksi ASI adalah dengan cara pijat oksitosin. Upaya yang dapat dilakukan dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat dengan memberikan edukasi dan keterampilan. Pemberian demonstrasi memberikan efek positif terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pijat laktasi. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini agar ibu-ibu menyusui tahu dan mengerti bagaimana mengatasi ASI yang tidak keluar pada saat menyusui dengan teknik pijat laktasi sehingga angka ASI Eksklusif semakin meningkat.. Metode pelaksanaan kegiatan secara garis besar meliputi tahapan Penyuluhan, Praktik serta evaluasi. Setelah pemberian edukasi dan dilakukan praktik pijat laktasi, terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil tentang pijat laktasi. Perlu dilakukan kegiatan pendampingan berkelanjutan terhadap ibu hamil yang bisa dilakukan melalui grop whatsapp atau pun secara langsung, supaya masalah-masalah yang dialami ibu selama hamil sampai menyusui bisa teratasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh anggota tim pengabdian, kepada masyarakat (ibu-ibu bayi dan balita), kader Posyandu RW 1 Lembah Sari Rumbai Kota Pekanbaru, segenap civitas Akademika STIKes Payung Negeri Pekanbaru yang telah memberi dukungan terhadap keberhasilan pengabdian ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Candarmaweni, & Rahayu, A. Y. S. (2020). Tantangan Pencegahan Stunting Pada Era Adaptasi Baru “New Normal” Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 9, 136–146.
- Kemendes RI. (2014a). Pedoman Gizi Seimbang. Jakarta
- Kemendes RI. (2014b). *Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2020. *Jakarta*.
- Maulana. (2007). *Promosi Kesehatan*. (P. B. K. EGC, Ed.). Jakarta.
- Muslihah, N., Winarsih, S., Soemardini, Zakaria, A., & Zainudiin. (2013). Kualitas Diet dan Hubungannya dengan Pengetahuan Gizi, Status Sosial Ekonomi dan Status Gizi. *Gizi Dan Pangan*, 8, (1): 71-76.
- Nurmala, & Dkk. (2018). *Promosi Kesehatan*. (U. Press, Ed.). Surabaya.
- Oktaviani, N. P. W., & Et.all. (2022). *Siaga Stunting Di Indonesia*. (Abdul Karim, Ed.). Yayasan Kita Menulis.

- Portal Resmi. (2022). Pemerintah Kota Pekanbaru Provinsi Riau. *Pekanbaru.Go.Id*. Retrieved from <https://www.pekanbaru.go.id/p/news/pemko-pekanbaru-targetkan-prevalensi-stunting-634-persen-di-2024>
- Rahmawati, & Hamzah. (2020). Gerakan Pencegahan Stunting Melalui Edukasi pada Masyarakat di Desa Muntoi Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Indonesia)*, 1(4), 229-235 e-ISSN: 2721-026X. <https://doi.org/https://doi.org/10.36596/jpkmi.v1i4.95>
- Rahmawati, I., Sudargo, T., & Pramastri, I. (2007). Pengaruh Penyuluhan dengan Media Audiovisual terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Balita Gizi Kurang dan Buruk di Kabupaten Kotawaringin Barat Propinsi Kalimantan Tengah. *Gizi Klinik Indonesia*, 4(2), 69-76.
- RI. (2013). Pedoman Perencanaan Program “Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi Dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Jakarta. Menteri Koordinator Kesejahteraan Rakyat.
- Rosmalina, Y., Luciasari, E., Aditianti, & Ernawati, F. (2017). Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Batita Stunting: Systematic Review. *Journal of the Indonesian Nutrition Association*, 41(1), 14. Retrieved from http://ejournal.persagi.org/index.php/Gizi_Indon
- Sarman, & Darmin. (2021). *Epidemiologi Stunting*. Kab.Pidie Provinsi Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Ulfani, D., Martianto, D., & Baliwati, Y. (2011). Faktor- Faktor Sosial Ekonomi dan Kesehatan Masyarakat Kaitannya dengan Masalah Gizi Underweight, Stunted, dan Wasted di Indonesia. *Pendekatan Ekologi Gizi. Jurnal Gizi Dan Pangan*, 6(1), 63-4.

DOKUMENTASI KEGLATAN



Gambar 3. Pengukuran BB dan PB bayi dan balita.



Gambar 4. Pelaksanaan dalam pemberian materi.



Gambar 5. Pemberian angket kuesioner *Pre* dan *post*.



Gambar 6. Pemberian *leaflet* dan Diskusi tanya jawab.