

UPAYA PENCEGAHAN STUNTING MELALUI KALENDER PINTAR BAYI SEHAT (KAPAS) 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN

Arie Maineny¹, Muliani², Putri Mulia Sakti^{3*}, Anna Veronica Pont⁴

^{1,2,3,4}Prodi S.Tr Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu, Indonesia

Arie.maineny@gmail.com¹, mulianilewa@gmail.com², putrimuliasakti@gmail.com³,
annaveronicaponterik@gmail.com⁴

ABSTRAK

Abstrak: Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh kembang pada anak akibat dari malnutrisi kronis pada waktu lama, sehingga intervensi pada 1000 hari pertama kehidupan sangat penting mencegah stunting. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan, ASI eksklusif dan pemberian MP-ASI dengan menggunakan media edukasi Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS). Adapun yang menjadi mitra pada pengabdian masyarakat ini adalah desa Wayu dan Taipanggabe yang berada di wilayah kerja Puskesmas Dombusoi Kabupaten Sigi, Sulawesi Tengah. Metode yang digunakan dalam pengabmas ini yaitu menyebarkan kuesioner (pre-test), edukasi Kesehatan menggunakan PPT dan media Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS) kemudian menyebarkan kuesioner (post-test). Hasil dari pengabdian masyarakat ini adalah 55% mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya gizi pada 1000 HPK, dan 45% dengan pengetahuan tetap. Pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 25% dan kurang 75%. Setelah diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 80% dan kurang 20%.

Kata Kunci: Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS); Stunting; 1000 hari pertama kehidupan.

Abstract: Stunting is a condition of growth and development failure in children due to chronic malnutrition for a long time, so intervention in the first 1000 days of life is very important to prevent stunting. The purpose of this community service is to increase the knowledge of pregnant women about nutrition during pregnancy, exclusive breastfeeding and the provision of complementary foods by using the educational media of the Healthy Baby Smart Calendar. The partners in this community service are Wayu and Taipanggabe villages which are located in the work area of the Dombusoi Health Center, Sigi Regency, Central Sulawesi. The methods used in this community service are distributing questionnaires (pre-test), health education using PPT and healthy baby smart calendar media then distributing questionnaires (post-test). The result of this community service is that 55% experienced an increase in knowledge after being given health education about the importance of nutrition at 1000 HPK, and 45% with fixed knowledge. The knowledge of the mother before being given counseling has a good knowledge of 25% and less 75%. After being given counseling, you have good knowledge of 80% and less than 20%.

Keywords: healthy baby calender; stunting; the first 1000 days life.



Article History:

Received: 27-06-2022

Revised : 25-07-2022

Accepted: 02-08-2022

Online : 28-08-2022



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

A. LATAR BELAKANG

Stunting merupakan kondisi anak pendek dari usianya yang disebabkan oleh kekurangan energi kornik dalam waktu yang lama. Kekurangan gizi pada bayi dapat terjadi dimulai dari dalam kandungan hingga bayi berusia 2 tahun. Setelah bayi berusia 2 tahunan kejadian stunting baru dapat terlihat (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. 2017).

Stunting dapat berdampak pada pertumbuhan fisik dan pertumbuhan otak. Anak yang stunting lebih banyak memiliki IQ rendah *dibandingkan* dengan anak yang tumbuh dengan baik. Perkembangan anak-anak *mengkhawatirkan* dengan adanya stunting, karena adanya efek jangka panjang sehingga berdampak seumur hidup. Perlunya kesadaran masyarakat untuk mengatasi kasus ini. Berbagai program telah dilakukan pemerintah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam keikutsertakan menurunkan prevalensi stunting, salah satunya Program Kesehatan dan Gizi Berbasis Masyarakat (PKGBM) (Fitriahadi. 2018).

Terdapat berbagai factor penyebab stunting antara lain asupan makanan seperti karbohidrat, protein, lemak, mineral, vitamin, dan air yang tidak seimbang, riwayat berat badan lahir rendah (BBLR), riwayat penyakit, praktik pengasuhan yang kurang baik, kurangnya pengetahuan ibu *mengenai* kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah melahirkan, pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, tidak menerima makanan pendamping Asi (MPASI) (Wahida Yuliana. 2019).

Regional *Asia Tenggara/South-East Asia Regional* (SEAR) menempatkan Indonesia termasuk ke dalam negara urutan ketiga dengan prevalensi *stunting* tertinggi tahun 2005-2017 adalah 36,4% (Kemenkes RI, 2018). Riset Kesehatan *Dasar* menunjukkan 30,8% prevalensi stunting dan tahun 2013 yakni 37,2% meskipun mengalami penurunan tetapi menurut standar WHO, Indonesia dianggap berat karena berada pada kisaran 30-39% dengan standar baik <20%. Prevalensi pendek tahun 2018 sebesar 30,8% terdiri dari 11,5% sangat pendek dan 19,3% pendek, hal yang digaris bawahi bahwa persentase pendek naik dari sebelumnya 19,2% ditahun 2013 sedangkan tahun 2018 sebesar 29,9% prevalensi *stunting* pada balita yang terdiri dari 12,8% sangat pendek dan 17,1% pendek, namun masih belum mencapai target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 yaitu penurunan *stunting* balita hingga 28% (Kemenkes RI. 2018).

Provinsi Sulawesi Tengah menjadi urutan kesepuluh *stunting* tertinggi di Indonesia dengan pravelensi *stunting* 31,26%, tetapi dari tahun 2017 sampai 2019 terus mengalami penurunan (Studi Status Gizi Balita, 2019). Menurut data Dinkes Provinsi Sulawesi tengah tahun 2017 prevalensi *stunting* yaitu 36,1%, dan pada tahun 2018 turun menjadi 32,5%. Kemudian pada tahun 2019 menunjukkan prevalensi *stunting* mencapai 31,16%. Prevalensi *stunting* bervariasi di setiap kabupaten. Prevalensi

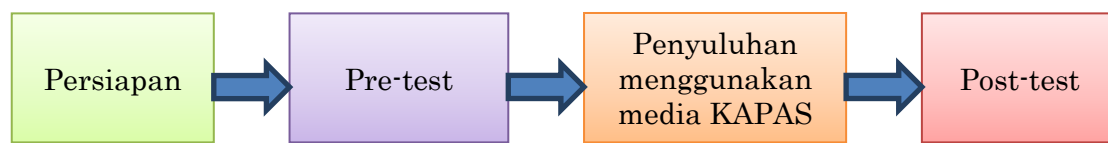
stunting tertinggi di Provinsi Sulawesi Tengah berada di Kabupaten Donggala yaitu 34,9% dan yang terendah berada di Kabupaten Buol 9,4%. Kabupaten Sigi berada di urutan ke-3 prevalensi *stunting* di Provinsi Sulawesi Tengah (Dinkes Sulteng. 2019).

Menurut Laporan Dinas Kesehatan Sigi Tahun 2020 pravelensi *stunting* tertinggi berada di Puskesmas Biromaru dengan pravelensi *stunting* 337 balita *stunting* (11,8%) dan yang terendah berada di Puskesmas Kantewu yaitu 13 balita *stunting* (0,45%). Puskesmas Dombusoi Kecamatan Marawola Barat termasuk dalam peringkat kedelapan urutan *stunting* tertinggi dari 19 puskesmas dan menjadi urutan pertama lokasi khusus *stunting* di Kabupaten Sigi dengan pravelensi 153 balita *stunting* (Dinkes Sigi. 2019). Data awal yang didapatkan dari Puskesmas Dombusoi yaitu jumlah balita *stunting* 199 dengan keseluruhan balita 433 balita (Puskesmas Dombusoi, 2020). Permasalahan yang juga sering dialami oleh posyandu di wilayah kerja Puskesmas Dombusoi adalah rendahnya angka kunjungan ke posyandu yaitu dibawah 50%, sangat jauh dari target nasional yaitu 80%. Hal ini menunjukkan masih rendahnya kesadaran masyarakat akan pentingnya memantau tumbuh kembang balita dan tingginya kesibukan orang tua yang sebagian besar bekerja. Alternatif pemecahan masalah dilakukan dengan mengadakan pendidikan kesehatan tentang pentingnya gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menggunakan *Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS)*.

Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS) merupakan media edukasi yang memuat konten pemenuhan gizi anak sejak dalam kandungan sampai seorang anak berusia dua tahun, atau pada 270 hari kehamilan serta 730 hari kehidupan pertama bayi. Konten yang dimuat mencakup pengetahuan umum mengenai 1000 HPK, tips menyusui, serta pemenuhan asupan gizi pada setiap periode. Terdapat sembilan pesan inti 1000 HPK yaitu : (1) Selama hamil makan, makanan beraneka ragam; (2) Memeriksa kehamilan minimal 4x selama kehamilan; (3) Minum tablet tambah darah; (4) Bayi yang baru lahir inisiasi menyusu dini (IMD); (5) Berikan ASI Eksklusif selama 6 bulan; (6) Timbang BB bayi secara rutin setiap bulan; (7) Berikan imunisasi dasar wajib bagi bayi; (8) Lanjutkan pemberian ASI hingga berusia 2 tahun; dan (9) Berikan MP ASI secara bertahap pada usia 6 bulan dan tetap memberikan ASI (Tuti Meihartati, Eny Hastuti, Sumiati. 2018). Tujuan kegiatan ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menggunakan media penyuluhan *Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS)*.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian ini dilakukan pada hari kamis s.d sabtu di desa Wayu dan Taipanggabe wilayah kerja Puskesmas Dombusoi Kabupaten Sigi, Sulawesi tengah. Dengan khalayak sasaran adalah ibu hamil, ibu menyusui (memiliki bayi usia 0-3 tahun) sebanyak 20 orang. Metode yang digunakan untuk memecahkan masalah adalah melakukan pendampingan dengan pendekatan individual dan klasikal dilakukan pada saat memberikan edukasi tentang pentingnya gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) serta mengenali tanda dan pencegahan stunting dengan menggunakan media Kalender pintar bayi sehat (KAPAS). Pendekatan individual dilakukan pada saat pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner melalui tahapan: evaluasi awal; ceramah bervariasi; tanya jawab dan evaluasi akhir. indikator keberhasilan dengan membandingkan hasil evaluasi awal dan akhir setelah melakukan penyuluhan menggunakan media kalender pintar bayi sehat (KAPAS). Evaluasi berupa tes formatif kepada peserta tentang pemenuhan gizi pada saat hamil, menyusui dan balita. Adapun alur pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan pengabdian masyarakat

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa Pendidikan Kesehatan yang diberikan pada ibu hamil, ibu menyusui dan ibu yang memiliki anak dibawah usia 2 tahun. sebelum melakukan Pendidikan Kesehatan, tim pengabdian melakukan persiapan berupa :

1. Persiapan alat dan bahan untuk memberikan pendidikan kesehatan berupa SAP, Power Point (PPT), Kuesioner serta Kalender sebagai media edukasi
2. Penilaian awal pengetahuan dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada ibu yang berisi pengetahuan tentang *stunting*, penyebab *stunting*, gejala *stunting*, pencegahan *stunting* dan 1000 hari pertama kehidupan (HPK).
3. Melakukan penyuluhan dengan media power point (PPT), dan Kalender sebagai penunjang media pembelajaran bagi ibu. Dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Dombusoi
4. Penilaian akhir pengetahuan dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada ibu yang berisi pengetahuan tentang *stunting*,
5. Berdasarkan hasil pengamatan dan evaluasi yang dilakukan selama pengabdian, dapat dilaporkan bahwa kegiatan pengabdian yang

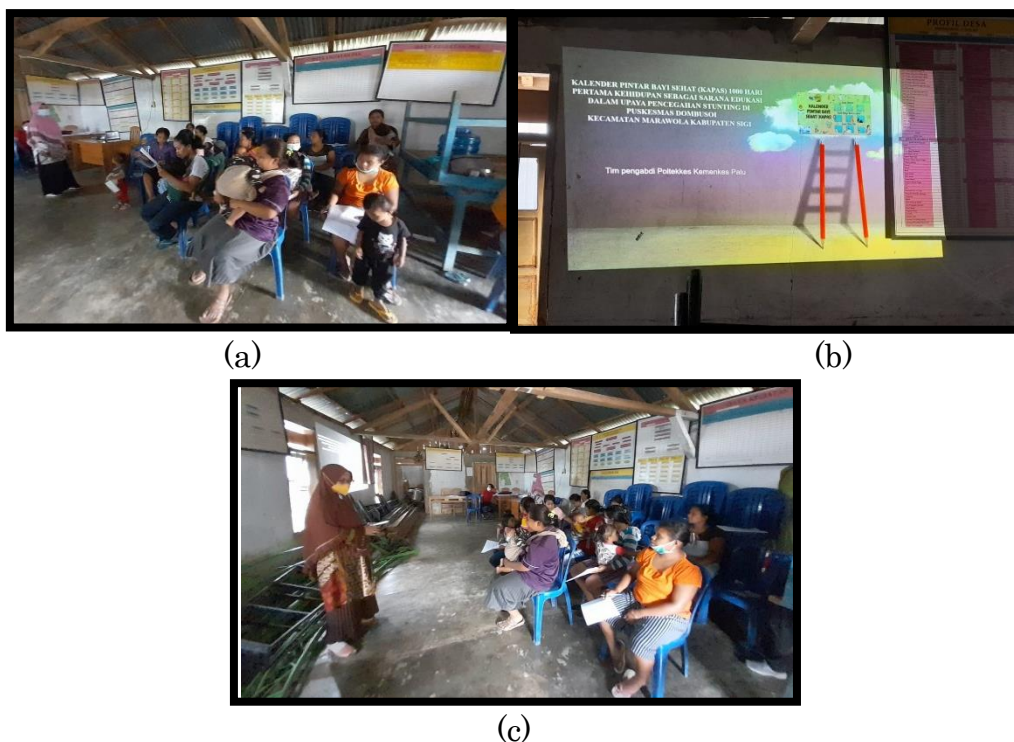
dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Dombusoi Kabupaten Sigi sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Indikator keberhasilan yang telah dicapai dalam pengabdian ini dapat dilihat dari meningkatnya pengetahuan ibu tentang pentingnya gizi pada 1000 HPK dan tentang *stunting*. Hasil pengabdian berupa penyuluhan tentang 1000 HPK.

Berikut hasil persentase pengetahuan peserta kegiatan pengabdian masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan Pendidikan Kesehatan melalui Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS) 1000 Hari Pertama Kelahiran Hidup, seperti terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pengetahuan Pre dan Post Penyuluhan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Menggunakan Kalender Pintar Bayi Sehat (KAPAS)

Pengetahuan	Kuesioner Pre		Kuesioner Post	
	(f)	(%)	(f)	(%)
Baik	5	25	16	80
Kurang	15	75	4	20
Total	20	100	20	100

Pengabdian masyarakat yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Dombusoi Kabupaten Sigi telah terlaksana pada hari Kamis s.d Sabtu, 21 s.d 23 April 2022 sebanyak 20 Ibu hamil dan yang memiliki bayi usia 0 s.d 3 tahun (batita). Seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Penilaian Awal (Pre-Test) (a), Edukasi kesehatan dengan PPT dan KAPAS (b), Penilaian akhir (Post-Test) (c)

Dengan melihat hasil penilaian awal dan penilaian akhir diperoleh, 11 orang (55%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya gizi pada 1000 HPK, dan 9 orang (45%) dengan pengetahuan tetap. Pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 5 orang (25%) dan kurang 15 orang (75%). Setelah diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 16 orang (80%), dan kurang 4 orang (20%). Pada kuesioner pertanyaan tentang “*stunting*” dari 15 pertanyaan tentang: pengertian *stunting*, sebagian besar ibu (90%) dapat menjawab dengan benar, namun tentang penyebab, gejala, dampak dan cara mengatasi *stunting*, hanya 20% yang dapat menjawab dengan benar. Dari hasil jawaban tentang 1000 HPK pada masa kehamilan sebagian besar ibu (90%), namun pada masa saat bayi baru lahir dan saat bayi usia lebih dari 6 bulan hanya 15% yang dapat menjawab dengan benar. Hal ini menunjukkan bahwa masih sangat kurang pengetahuan ibu tentang pentingnya gizi terutama pada saat bayi baru lahir sampai berusia 6 bulan, dan setelah 6 bulan. Ditunjukkan dengan hasil jawaban responden yang belum menjawab dengan benar tentang pemberian ASI Eksklusif, serta kapan saat yang tepat diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI). Namun setelah diberikan penyuluhan menggunakan media kalender yang memuat informasi disertai gambar secara ringkas, padat dan jelas, serta menggunakan media power point, dan diskusi tanya jawab diakhir penyuluhan, sebagian besar ibu (80%) memiliki pengetahuan baik dan mengalami peningkatan pengetahuan sebanyak 11 orang (55%).

Kegiatan pengabdian tersebut, ada beberapa faktor pendukung dan penghambat terlaksananya kegiatan. Faktor yang mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat adalah partisipasi aktif dan baik dari seluruh ibu maupun pihak Puskesmas Dombusoi, ruangan yang disiapkan cukup kondusif dan nyaman.

Sedangkan faktor penghambatnya adalah saat melakukan penyuluhan, beberapa ibu tidak dapat memperhatikan dengan baik dikarenakan membawa serta bayinya (beberapa bayi ada yang menangis dan rewel) sehingga pengabdian membutuhkan waktu tersendiri untuk menjelaskan kembali pada ibu-ibu yang tidak dapat menerima dengan jelas penyuluhan yang diberikan. Terdapat ibu yang tidak dapat membaca dengan baik, sehingga saat mengisi kuesioner dan identitas perlu didampingi.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Dombusoi desa Wayu dan Taipanggabe telah terlaksana pada hari Kamis s.d Sabtu, 21 s.d 23 April 2022 sebanyak 20 ibu hamil dan yang memiliki bayi usia 0 sampai 3 tahun. Dari 20 ibu 11 orang (55%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan mengenai pentingnya gizi pada 1000 HPK, dan 9 orang (45%) dengan pengetahuan tetap. Pengetahuan ibu

sebelum diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 5 orang (25%) dan kurang 15 orang (75%). Setelah diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan baik 16 orang (80%), dan kurang 4 orang (20%). Saran tim pengabdian yaitu sebaiknya pihak puskesmas meningkatkan kualitas dan kuantitas edukasi kesehatan terkait gizi selama kehamilan, ASI eksklusif dan pemberian MP-ASI untuk mencegah stunting dengan menggunakan media edukasi yang menarik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada direktur Poltekkes Kemenkes Palu, kepala dinas Kesehatan Kabupaten Sigi, kepala desa Wayu dan Taipanggabe serta seluruh pihak yang terlibat sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR RUJUKAN

- Atikah, Rahayu, Dkk. 2018. *Study Guide Stunting Dan Upaya Pencegahannya*. 2018. Yogyakarta : CV Mine
- Dian Rahmawati, Lia Agustin. 2020. *Cegah Stunting Dengan Stimulasi Psikososial Dan Keragaman Pangan*. Malang : Ae Publising
- Dinkes Sigi. 2019. *Profil Kesehatan Kabupaten Sigi Tahun 2019*. Sigi : Dinas Kesehatan Sigi
- Dinkes Sulteng. 2019. *Profil Kesehatan Sulteng 2019*. Palu : Dinas Kesehatan Sulawesi Tengah, 2019, pp. 1–222.
- Fitriahadi, Enny. 2018. “The Relationship between Mother’s Height with Stunting Incidence in Children Aged 24-59 Months.” *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, vol. 14, no. 1, 2018, pp. 15–24.
- Kemendes RI. 2018. “Situasi Balita Pendek (Stunting) Di Indonesia.” *Kementerian Kesehatan RI*, vol. 301, no. 5, 2018, pp. 1163–78.
- Rita Ramayulis, dkk. 2018. *Stop Stunting Dengan Konseling Gizi*. Jakarta: Penebar Swadaya grup
- Sandjojo, Eko Putro. 2017. “Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting.” *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*, Jakarta : Kementrian desa, pembangunan daerah tertinggal dan transmigrasi.
- Simbolon, Demsa. 2017. *Pencegahan Stunting Melalui Intervensi Gizi Spesifik Pada Ibu Menyusui Anak Usia 0-24 Bulan*. Surabaya : Media Sahabat Cendekia.
- Swarinastiti, Dedes, et al. “Dominasi Asupan Protein Nabati Sebagai Faktor Risiko Stunting Anak Usia 2-4 Tahun.” *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, vol. 7, no. 2, 2018, pp. 1470–83.
- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. 2017. *100 Kabupaten/Kota Prioritas Untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)*. Jakarta : Tim Nasional Percepatan Pananggulangan Kemiskinan.
- Titus Priyo Harjatmo, Holil M Par’i, Sugeng Wiyono. 2017. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI
- Toto Sudargo, Tira Aristasari, Aulia Afifah. 2018. *1000 Hari Pertama Kehidupan*. Yogyakarta : Gadjah mada university Press
- Tuti Meihartati Eny Hastuti, Sumiati, dkk. 2018. *1000 Hari Pertama Kehidupan*. Yogyakarta : Deepublish
- Wahida Yuliana, Bawon Nul Hakim. 2019. *Darurat Stunting Dengan Melibatkan Keluarga*. Takalar : Yayasan ahmar Cendekia Indonesia