

Tatalaksana Gizi Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Risiko Stunting Pada Anak Di Puskesmas Jongaya

Asrini Safitri¹, Sri Wahyuni Gayatri², Irna Diyana Kartika³

¹ Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

² Departemen Biokimia, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

³ Departemen Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Muslim Indonesia, Makassar, Indonesia

*Email Korespondensi: asrini.safitri@umi.ac.id

Telp: +62-85299694840

ABSTRAK

Stunting merupakan hambatan pertumbuhan yang diakibatkan kekurangan asupan zat gizi juga adanya masalah kesehatan yang berdampak pada perkembangan anak dari tahap awal yaitu saat konsepsi sampai tahun ke 3 atau ke 4 kehidupan anak, dimana keadaan gizi ibu dan anak merupakan faktor penting dari pertumbuhan anak. Stunting pada usia dini berhubungan dengan terjadinya gangguan tingkat kecerdasan anak, perkembangan psikomotorik dan kemampuan motorik halus. Stunting dipengaruhi oleh pendapatan keluarga, pengetahuan gizi ibu, pola asuh ibu, riwayat infeksi penyakit, riwayat imunisasi, asupan protein, dan asupan ibu. Asupan ibu terutama saat hamil merupakan salah satu faktor yang berperan penting. Gizi janin bergantung sepenuhnya pada ibu, sehingga kecukupan gizi ibu sangat memengaruhi kondisi janin yang dikandungnya. Ibu hamil yang kurang gizi akan menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan. Dilakukan kegiatan penyuluhan, pengukuran antropometri dan pembagian leaflet mengenai pentingnya asupan nutrisi selama kehamilan dalam mencegah risiko terjadinya stunting pada anak. Kegiatan ini dihadiri 40 orang ibu hamil umur kehamilan trimester I, II dan III. Selama kegiatan kami tetap melakukan protokol kesehatan. Dari hasil pengukuran antropometri didapatkan 6 orang ibu hamil pada trimester III, 24 orang trimester II dan 7 orang dengan status gizi baik pada trimester I. Sedangkan status gizi kurang didapatkan 1 orang ibu hamil pada trimester I dan 2 orang trimester II. Kesimpulan : Dalam mencegah risiko terjadinya stunting pada anak, perlu pemberian nutrisi yang tepat pada ibu hamil sejak di trimester pertama agar tidak terjadinya risiko malnutrisi yang akan berdampak pada anak nantinya

Kata kunci: stunting, ibu hamil, malnutrisi

ABSTRACT

Stunting is a growth barrier which is not only caused by a lack of nutrient intake also health problems that have an impact on children's development from the early stages of conception to the 3rd or 4th year of the child's life, where the state of the mother and child is an important factor of the growth of children. Early stunting is associated with impaired children's intelligence, psychomotor development and fine motor skills. Stunting is influenced by factors of family income, maternal nutritional knowledge, mother's parenting style, history of disease infection, history of immunization, protein intake, and maternal intake. Maternal intake, especially during pregnancy, is one factor that plays an important role. Fetal nutrition depends entirely on the mother, so that the mother's nutritional adequacy greatly affects the condition of the fetus she is carrying. Pregnant women who are malnourished or lack of food intake will cause disruption in fetal growth in the womb. Outreach activities, anthropometric measurements and distribution of leaflets on the importance of nutritional intake during pregnancy are carried out in preventing the risk of stunting in children. This activity was attended by 40 pregnant women starting from the first, second and third trimester of pregnancy. During

our activities we continue to carry out health protocols. From the results of anthropometric measurements, there were 6 pregnant women in the third trimester and 24 people in the second trimester and 7 people with good nutritional status in the first trimester. While the nutritional status of less achieved 1 person pregnant women and 2 people in the second trimester. Conclusion: In preventing the risk of stunting in children, it is necessary to provide proper nutrition to pregnant women since the first trimester to prevent the risk of malnutrition which will affect the child later.

Keywords: stunting, pregnancy, malnutrition

1. PENDAHULUAN

Indonesia masih menghadapi masalah gizi seperti negara-negara berkembang lainnya terutama yang menimpa balita dan wanita hamil. Masalah gizi ini tidak hanya disebabkan oleh kekurangan zat gizi makro tapi juga zat gizi mikro. Stunting pada balita merupakan manifestasi dari kekurangan zat gizi kronis baik saat pre dan postnatal. Stunting (anak pendek) merupakan hambatan pertumbuhan yang selain diakibatkan kekurangan asupan zat gizi juga adanya masalah kesehatan yang berdampak pada perkembangan anak mulai dari tahap awal yaitu saat konsepsi sampai tahun ke 3 atau ke 4 kehidupan anak, dimana keadaan gizi ibu dan anak merupakan faktor penting dari pertumbuhan anak. Stunting pada usia dini berhubungan dengan terjadinya gangguan tingkat kecerdasan anak, perkembangan psikomotorik dan kemampuan motorik halus. Pada kasus stunting yang sedang sampai berat sering menimbulkan penurunan kemampuan kerja pada saat usia dewasa. Keadaan stunting sulit diatasi jika anak sudah memasuki umur dua tahun. Oleh sebab itu untuk menghindari terjadinya stunting pada anak, ibu perlu mengkonsumsi asupan gizi yang baik, terutama pada saat masa kehamilan hingga anak lahir dan berumur 18 bulan. Periode yang paling kritis dalam penanggulangan stunting dimulai sejak janin dalam kandungan sampai anak berusia 2 tahun yang disebut dengan periode emas (1000 HPK). Oleh karena itu, perbaikan gizi diprioritaskan pada usia 1000 HPK yaitu 270 hari selama kehamilannya dan 730 hari pada kehidupan pertama bayi yang dilahirkannya.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan tentang meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tatalaksana gizi pada Ibu Hamil untuk mencegah risiko stunting pada anak.

2. METODE PELAKSANAAN

2.1. Solusi dan Target Luaran (contoh)

Untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang tatalaksana gizi pada Ibu Hamil untuk mencegah risiko stunting pada anak :

1. Memberikan pengetahuan kepada seluruh Masyarakat tentang stunting meliputi pengertian, gejala, tanda, efek jangka pendek dan jangka panjang dan cara pencegahannya khususnya dalam pemberian tatalaksana gizi
2. Melakukan pengumpulan data jumlah ibu hamil dengan melakukan pemeriksaan Tinggi badan, berat badan, lingkar lengan atas

3. Memberikan edukasi mengenai tatalaksana gizi untuk mencegah terjadinya risiko stunting pada anak

Target yang diharapkan dari pemeriksaan antropometri dan penyuluhan untuk mencegah risiko stunting anak pada ibu hamil :

1. Ibu hamil dapat mengetahui tentang stunting meliputi pengertian, gejala, tanda, efek jangka pendek dan jangka panjang dan cara pencegahannya khususnya dalam pemberian tatalaksana gizi
2. Memberikan edukasi mengenai mikronutrien yang dapat dikonsumsi selama hamil untuk mencegah risiko stunting pada anak

Adapun luaran yang dihasilkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini antara lain: Booklet, Banner, Materi pelatihan

2.2 Lokasi Kegiatan Pelaksanaan (contoh)

Kegiatan pelaksanaan pengabdian dilaksanakan di Puskesmas Jongaya Makassar pada tanggal 13 Oktober 2020 pukul 09.00 sampai 14.00 WITA. Kegiatan ini dihadiri oleh 40 orang ibu hamil mulai dari umur kehamilan trimester I, II dan III. Selama kegiatan kami tetap melakukan protokol kesehatan.

2.3 Metode Kegiatan

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan materi mengenai bagaimana tatalaksana ibu hamil dalam mencegah terjadinya risiko stunting pada anak. Ibu-ibu hamil sangat antusias mendengarkan materi yang diberikan dengan langsung mengadakan dialog tanya jawab mengenai materi yang diberikan.

Kegiatan kedua yaitu melakukan skrining dengan melakukan pemeriksaan antropometri sehingga dapat mengetahui status gizi pada ibu hamil yang mengikuti kegiatan ini. Dimulai dengan inform consent tentang tindakan yang akan dilakukan dalam hal ini dilakukan pengukuran tinggi badan, berat badan dan pengukuran lingkaran lengan atas.

Setelah selesai pemberian materi, melakukan skrining antropometri, maka diberikan berupa leaflet dan bingkisan yang berisi makanan sehat dan susu khusus ibu hamil kepada peserta. Kemudian untuk Puskesmas Jongaya kami memberikan Alat berupa pengukur tinggi badan, timbangan digital, booklet dan leaflet. Sehingga berharap dapat bermanfaat untuk puskesmas jongaya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari pemeriksaan tersebut didapatkan sebanyak 6 orang ibu hamil pada trimester III mengalami status gizi baik dan 24 orang trimester II dengan status gizi baik dan 7

orang dengan status gizi baik pada trimester 1. Sedangkan status gizi kurang didapatkan 1 orang ibu hamil pada trimester I dan 2 orang trimester II. Kami berharap dengan memberikan pengetahuan mengenai tatalaksana gizi pada ibu hamil dapat mencegah terhadap risiko terjadinya stunting pada anak. Kami juga membagikan leaflet ke setiap ibu hamil mengenai jenis makanan yang dapat di konsumsi di tiap trimester nya dan saat kegiatan tersebut kami juga membagikan susu hamil kepada peserta

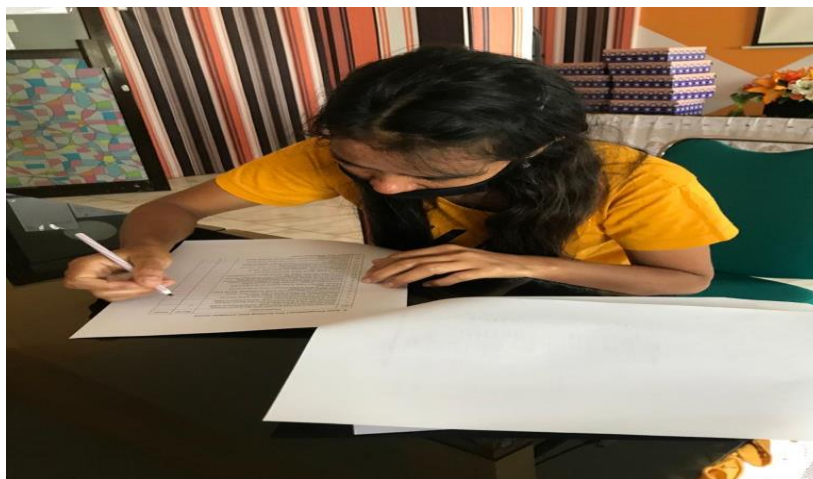
Stunting (anak pendek) merupakan hambatan pertumbuhan yang selain diakibatkan kekurangan asupan zat gizi juga adanya masalah kesehatan yang berdampak pada perkembangan anak mulai dari tahap awal yaitu saat konsepsi sampai tahun ke 3 atau ke 4 kehidupan anak, dimana keadaan gizi ibu dan anak merupakan faktor penting dari pertumbuhan anak. Stunting pada usia dini berhubungan dengan terjadinya gangguan tingkat kecerdasan anak, perkembangan psikomotorik dan kemampuan motorik halus. Pada kasus stunting yang sedang sampai berat sering menimbulkan penurunan kemampuan kerja pada saat usia dewasa.

Penelitian dalam upaya penanggulangan anak pendek telah banyak dilakukan diantaranya dengan memberikan intervensi zat gizi. Stunting menggambarkan adanya masalah gizi kronis, dipengaruhi kondisi ibu/calon ibu, masa janin, dan bayi/balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita. Dampak buruk stunting jangka panjang menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh, dan risiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua, serta kualitas kerja yang kurang. Upaya perbaikan yang diperlukan untuk mengatasi stunting salah satunya melalui intervensi gizi spesifik pada ibu hamil. Stunting dapat juga terjadi sebelum kelahiran dan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang saat masa kehamilan, pola asuh makan yang sangat kurang, rendahnya kualitas makanan sejalan dengan frekuensi infeksi sehingga dapat menghambat pertumbuhan. Persentase balita pendek menjadi masalah kesehatan masyarakat jika prevalensinya $\geq 20\%$. Stunting dipengaruhi oleh faktor pendapatan keluarga, pengetahuan gizi ibu, pola asuh ibu, riwayat infeksi penyakit, riwayat imunisasi, asupan protein, dan asupan ibu. Asupan ibu terutama saat hamil merupakan salah satu faktor yang berperan penting. Gizi janin bergantung sepenuhnya pada ibu, sehingga kecukupan gizi ibu sangat mempengaruhi kondisi janin yang dikandungnya. Ibu hamil yang kurang gizi atau asupan makanan kurang akan menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan.

Dengan kegiatan penyuluhan tatalaksana gizi kepada ibu hamil diharapkan dapat mencegah terhadap risiko terjadinya stunting pada anak



Gambar 1 : Tempat Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 2 : Informent Consent



Gambar 3 : Pemeriksaan Antropometri



Gambar 4 : Penyuluhan



Gambar 5 : Pembagian Leaflet



Gambar 6 : Tim Penyuluhan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di dapatkan masih minim nya pengetahuan ibu hamil mengenai nutrisi yang diperlukan selama kehamilan terutama dalam mencegah terjadinya risiko stunting pada anak. Sehingga perlu dilakukan pemberian penyuluhan pada setiap ibu hamil dimulai pada trimester pertama kehamilan sampai trimester ketiga kehamilan.

Ucapan Terima Kasih

1. Terima kasih kami ucapkan kepada ayahanda dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia atas dukungan kepada kami dalam melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat
2. Terima kasih kami sampaikan kepada ketua LPMD UMI Prof. Dr. H. Achmad Gani., SE, MSi atas bantuan dan pemberian sumber dana kepada kami sehingga pelaksanaan pengabdian masyarakat dapat berjalan dengan baik.
3. Terima kasih kepada Kepala dinas kesehatan kota Masyarakat dr A. Naisyah Azikin, M.Kes atas bantuannya memberikan kesempatan untuk dapat melakukan penyuluhan ke salah satu puskesmas di kota Makassar
4. Terima Kasih kepada dr Nungki Mahesarani sebagai kepala puskesmas Jongaya yang telah memberikan kesempatan untuk kami dapat melakukan penyuluhan di puskesmas Jongaya
5. Terima Kasih kepada tim pengabdian dr Sri Wahyuni Gayatri, M.Kes dan dr Irna diyana Kartika, M.Kes, Sp.PK atas sumbangsih pemikiran, ide dan telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat sehingga dapat berjalan dengan lancar

DAFTAR PUSTAKA

1. Astutik A, Rahfiludin MZ, Aruben R. Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Balita Usia 24-59 Bulan (Studi Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Gabus II Kabupaten Pati Tahun 2017). *J Kesehat Masy* [Internet]. 2018;6(1):409-18. Available from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/19900>
2. Rosadi D, Rahayuh A, Yulidasari F, Putri AO, Rahman F. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Pendek Pada Anak Usia 6-24 Bulan. *J Kesehat Masy*. 2016;11(2):233.
3. Yoshua Prihutama N, Agung Rahmadi F, Hardaningsih G. Pemberian Makanan Pendamping Asi Dini Sebagai Faktor Risiko Kejadian Stunting Pada Anak Usia 2-3 Tahun. 2018;7(2):1419-30.
4. Khasanah D puji, Hadi H, Paramashanti B aстриa. Hubungan Antara Pemberian Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dengan Pemahaman Stunting pada Ibu yang memiliki anak usia 6-23 bulan di Kecamatan Sedayu. *Alma Alta Yogyakarta*. 2015;
5. Mufida L, Widyaningsih TD, Maligan JM. Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) untuk Bayi 6-24 Bulan: Kajian Pustaka. *J Pangan dan Argoindustri UB*. 2015;3(4):1646-51.
6. Kartikasari NDM. Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Tentang Anemia dengan Keteraturan Mengonsumsi Fe pada Ibu Hamil di BPS Sri Lumintu Surakarta. *Universitas Sebelas Maret Surakarta*. 2010.
7. Pusdatin Kemenkes. *Buletin Stunting*. Kementerian Kesehat RI. 2018;1:2.
8. RI KK. *Situasi Balita Pendek*. Jakarta Selatan: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI; 2016

9. Dasman H. Empat dampak stunting bagi anak dan negara Indonesia Empat dampak stunting bagi anak dan negara Indonesia. 2019;22-4.
10. Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. Buku saku desa dalam penanganan stunting. Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting. 2017;2-13.
11. Iestari, Mahaputri U, Lubis G, Pertiwi D. Hubungan Pemberian Makanan Pendamping Asi (MP-ASI) dengan Status Gizi Anak Usia 1-3 Tahun di Kota Padang Tahun 2012. J Kesehat Andalas. 2014;3(2):188-90.