



Meningkatkan Status Gizi ibu menyusui sebagai pencegahan penyakit Stunting di Desa Wonua Jaya Kecamatan Moramo Kabupaten Konawe Selatan

Asbath Said¹, Rina Andriani², Dwi Wulandari Ningtias¹, Leniarti Ali³, Bromo Kusumo Achmad⁴, Muh. Isrul², Juslan⁴, Sarfina³, Wa Ode Wahyuni N², Rantika², Hilmi Fauziah², Nila Sari¹, Elvian¹, Rahmawati¹, Kristina², Khairul Nasri⁴, Fitrah Yansyah Pratama⁴, Apryan Dwi Putra²

¹Prodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

²Prodi S1 Farmasi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Mandala Waluya

³Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

⁴Prodi D-III Sanitasi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan gizi yang menjadi perhatian utama dunia. Stunting mulai terjadi sejak janin masih di dalam kandungan dan akan terlihat saat berusia dua tahun atau biasa dikenal dengan 1000 HPK. Masalah gizi pada anak perlu adanya perhatian khusus disebabkan memberikan dampak perkembangan fisik, motorik dan mentalnya. Tujuan kegiatan pengabdian ini Untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai makanan penunjang bagi ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI. Pengabdian ini menggunakan metode pendidikan kesehatan tentang pencegahan stunting dengan media slide/power point dan media cetak (leaflet) pada 17 orang masyarakat. Terdiri dari wanita usia subur, ibu hamil, dan ibu menyusui di desa wonua jaya kecamatan moramo. Peserta penyuluhan kesehatan cukup antusias mengikuti penyuluhan dengan adanya sesi pemberian kuesioner. Hal ini untuk mengukur tingkat pengetahuan masyarakat mengenai stunting dan pemberian makanan penunjang yang tepat bagi ibu menyusui dalam meningkatkan produksi ASI. Hasil yang didapatkan yaitu tingkat pengetahuan masyarakat meningkat dengan adanya perbedaan berat badan sebelum intervensi dan sesudah. Sebesar 3 % Dengan demikian dapat disimpulkan program pengabdian ini terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan.

Kata kunci: Penyuluhan, stunting, usia produktif, Makanan penunjang, ibu menyusui

Improving the Nutritional Status of Breastfeeding Mothers as a Prevention of Stunting Disease in Wonua Jaya Village, Moramo District, South Konawe Regency

ABSTRACT

Stunting is one of the global health and nutrition issues that has become a major concern. Stunting begins in the womb and becomes apparent at the age of two, commonly known as the first 1,000 days of life. Nutritional issues in children require special attention due to their impact on physical, motor, and mental development. The aim of this community service activity is to enhance public understanding of nutritional support for breastfeeding mothers to increase breast milk production. This program employed health education methods about stunting prevention using slides/powerpoint presentations and printed materials (leaflets) for 17 participants, consisting of women of reproductive age, pregnant women, and breastfeeding mothers in Wonua Jaya Village, Moramo Sub-district. The participants showed considerable enthusiasm during the health education sessions, as evidenced by their active involvement in the questionnaire session. This was conducted to measure the community's knowledge of stunting and appropriate nutritional support for breastfeeding mothers to enhance breast milk production. The results showed a 3% increase in knowledge levels, along with an improvement in body weight before and after the intervention. Thus, it can be concluded that this community service program resulted in a significant improvement in public knowledge.

Keywords: Counseling, stunting, productive age, Supporting food, breastfeeding mothers

Penulis Korespondensi :

Muhammad Isrul

Prodi S1 Farmasi, Saintek, UMW

isrulfar@gmail.com

Hp. 08114053811

PENDAHULUAN

Stunting adalah masalah kesehatan yang disebabkan oleh rendahnya asupan gizi dalam jangka waktu panjang (Ernawati, 2020). Kondisi ini mempengaruhi tumbuh kembang anak sejak masih dalam kandungan hingga usia dua tahun, atau dikenal dengan periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pada periode ini, kekurangan gizi dapat berdampak serius pada perkembangan fisik, motorik, dan mental anak, serta meningkatkan risiko penyakit degeneratif di kemudian hari. Di Indonesia, prevalensi stunting mencapai 24,4% pada tahun 2021, sebelum menurun menjadi 21,6% pada tahun 2022, meskipun angka ini masih lebih tinggi dari target yang ditetapkan WHO (Kemenkes RI, 2023).

Penyebab stunting dapat dibagi menjadi dua, yaitu langsung dan tidak langsung. Penyebab langsung berkaitan dengan rendahnya konsumsi gizi, sementara penyebab tidak langsung mencakup faktor sosial ekonomi, riwayat kesehatan ibu selama kehamilan, dan kondisi lingkungan, termasuk sanitasi (Austy et al., 2023; Nirmalasari, 2020). Anak yang mengalami stunting seringkali memiliki tingkat kecerdasan yang lebih rendah, yang dapat mengurangi produktivitasnya di masa depan (Hanifah et al., 2019). Selain itu, rentang usia 12–18 bulan dianggap sebagai periode kritis, di mana anak mulai mengenal selera makanan dan membutuhkan asupan nutrisi yang optimal untuk mendukung pertumbuhan yang pesat.

Desa Wonua Jaya, Kecamatan Moramo, Kabupaten Konawe Selatan, merupakan salah satu wilayah dengan tingkat stunting yang tinggi. Kondisi ini diperparah oleh keterbatasan akses terhadap pelayanan kesehatan, air bersih, dan sanitasi yang memadai. Banyak ibu di desa ini tidak mendapatkan asupan gizi yang cukup selama kehamilan dan menyusui, yang berkontribusi pada buruknya status gizi anak-anak mereka. Selain itu, rendahnya pengetahuan masyarakat tentang pentingnya nutrisi di periode 1.000 HPK turut memperburuk prevalensi stunting di desa ini.

Program ini dirancang sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan stunting melalui pendekatan edukasi dan intervensi langsung. Kegiatan utama meliputi penyuluhan tentang pentingnya ASI, makanan penunjang untuk ibu menyusui, dan pemanfaatan sumber daya lokal seperti tanaman obat. Selain itu, program ini juga mencakup pelatihan pengolahan bahan makanan bergizi dan edukasi sanitasi untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

Tujuan dari program ini adalah untuk meningkatkan pemahaman masyarakat Desa Wonua Jaya tentang praktik nutrisi yang efektif, mengurangi prevalensi stunting, dan menciptakan perubahan yang berkelanjutan dalam pola hidup sehat. Dengan pendekatan terpadu, diharapkan program ini dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan ibu dan anak di desa tersebut.

METODE

Metode yang digunakan dalam program ini adalah penyuluhan kesehatan mengenai pencegahan stunting. Penyuluhan dilakukan menggunakan media cetak berupa leaflet dan presentasi visual dengan slide PowerPoint. Kegiatan penyuluhan berlangsung di Balai Desa Wonua Jaya dengan melibatkan masyarakat setempat, terutama ibu hamil, ibu menyusui, dan wanita usia subur.

Tahapan pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi beberapa tahap berikut:

1. Persiapan

- a. Menyusun materi penyuluhan yang relevan tentang stunting, 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), dan makanan penunjang untuk ibu menyusui.
- b. Mendesain media edukasi berupa leaflet dengan informasi praktis serta slide PowerPoint untuk mendukung penyampaian materi secara visual.
- c. Melakukan koordinasi dengan perangkat desa untuk menentukan jadwal dan lokasi pelaksanaan penyuluhan.
- d. Mengundang peserta yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, dan wanita usia subur melalui kader posyandu dan tokoh masyarakat.

2. Pelaksanaan

- a. Kegiatan penyuluhan dimulai dengan pembukaan dan penjelasan tujuan kegiatan kepada peserta.

Peningkatan Pengetahuan Peserta

Peningkatan pengetahuan peserta menjadi salah satu indikator keberhasilan utama dalam program penyuluhan ini. Sebelum intervensi, sebanyak 17,4% peserta

- b. Pemaparan materi dilakukan menggunakan slide PowerPoint, dengan fokus pada pentingnya nutrisi di masa kehamilan, menyusui, dan pencegahan stunting.
- c. Distribusi leaflet dilakukan untuk memberikan informasi yang dapat dipelajari lebih lanjut oleh peserta.
- d. Diskusi interaktif diadakan untuk menjawab pertanyaan peserta dan menggali pemahaman mereka mengenai materi yang telah disampaikan.

3. Evaluasi

- a. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan melalui pemberian kuesioner pre-test sebelum penyuluhan dan post-test setelah penyuluhan. Kuesioner dirancang untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta mengenai stunting, nutrisi ibu menyusui, dan 1.000 HPK.
- b. Indikator keberhasilan kegiatan mencakup peningkatan skor pengetahuan peserta dan respons positif terhadap penyuluhan yang diberikan.
- c. Selain itu, evaluasi dilakukan dengan mencatat tingkat partisipasi peserta dan respons mereka selama sesi diskusi interaktif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

memiliki pengetahuan kurang baik tentang stunting, yang mencerminkan rendahnya pemahaman masyarakat mengenai pentingnya nutrisi di masa 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Penyuluhan yang dilakukan

menggunakan media leaflet dan slide PowerPoint berhasil meningkatkan persentase peserta dengan pengetahuan baik hingga 82,6%.

Hal ini menunjukkan bahwa metode edukasi visual dan tertulis memberikan dampak yang efektif. Media leaflet mempermudah peserta memahami informasi secara mandiri setelah sesi penyuluhan, sementara PowerPoint memberikan penjelasan yang terstruktur dan menarik perhatian selama sesi berlangsung. Peningkatan ini juga ditunjukkan dari hasil diskusi interaktif, di mana peserta mampu mengajukan pertanyaan yang relevan dan merespons dengan baik pada sesi tanya jawab.

Keberhasilan ini juga didukung oleh pemilihan materi yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat, seperti gizi untuk ibu hamil dan menyusui, pentingnya ASI, dan makanan pendukung ASI. Hal ini membuktikan bahwa peningkatan pengetahuan dapat dicapai melalui pendekatan yang interaktif dan berbasis kebutuhan lokal.

Dampak pada Status Gizi Ibu Menyusui

Intervensi dalam bentuk penyuluhan tentang makanan pendukung ASI (ASI booster) memberikan dampak positif pada status gizi ibu menyusui. Sebelum intervensi, rata-rata berat badan ibu menyusui adalah 53,9 kg, yang kemudian meningkat menjadi 54,86 kg setelah intervensi. Peningkatan rata-rata sebesar 0,96 kg (1,71%) mencerminkan perbaikan asupan nutrisi selama program berlangsung.

Peningkatan ini tidak hanya mencerminkan perbaikan dari sisi kuantitas makanan, tetapi juga kualitas nutrisi yang dikonsumsi oleh ibu menyusui. Makanan yang disarankan meliputi sumber protein seperti telur dan ikan, serta sumber vitamin dan mineral dari sayuran dan buah-buahan lokal. Penyuluhan juga memberikan penekanan pada pentingnya pola makan teratur dan pengolahan makanan yang higienis.

Peningkatan berat badan ini menjadi indikator awal keberhasilan program, karena status gizi ibu menyusui yang baik sangat berpengaruh pada kualitas dan kuantitas produksi ASI. Hal ini menjadi faktor penting dalam pencegahan stunting, mengingat ASI adalah sumber nutrisi utama bagi bayi di bawah usia enam bulan.

Perubahan Status Gizi Anak di Bawah Dua Tahun (BADUTA)

Penyuluhan yang dilakukan pada ibu balita juga berdampak positif terhadap status gizi anak di bawah dua tahun (BADUTA). Sebelum intervensi, rata-rata berat badan anak adalah 6,4 kg, yang meningkat menjadi 7,2 kg setelah intervensi. Peningkatan rata-rata sebesar 0,8 kg menunjukkan bahwa pemberian makanan bergizi selama program berlangsung telah memberikan hasil yang signifikan.

Kegiatan ini melibatkan edukasi tentang pentingnya pemberian makanan pendamping ASI (MPASI) yang sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Ibu diberikan panduan mengenai jenis-jenis makanan yang dapat diberikan kepada anak, seperti bubur berbasis

protein tinggi, sayuran hijau, dan buah-buahan. Selain itu, peserta juga diajarkan cara mengolah MPASI dengan tetap menjaga kandungan nutrisinya.

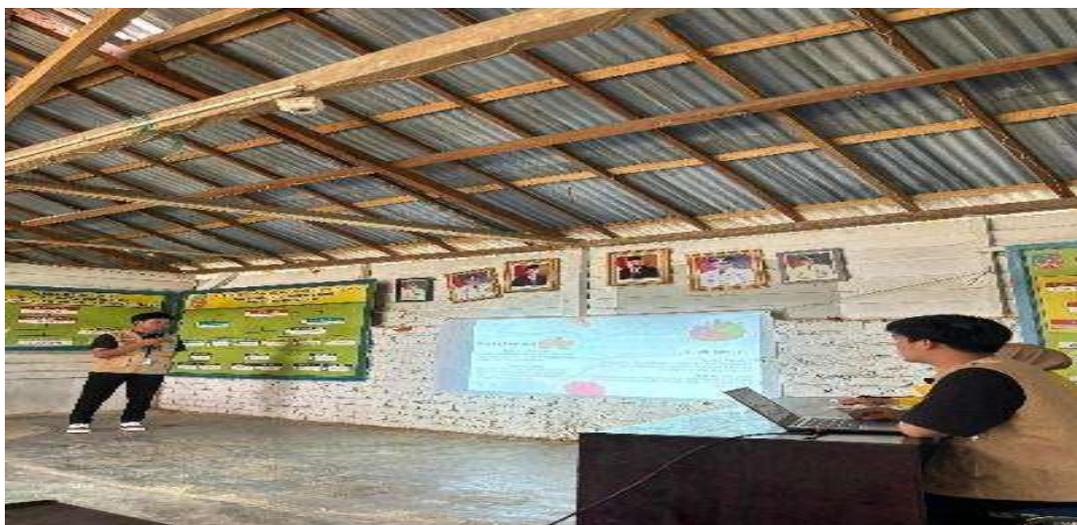
Intervensi ini membuktikan bahwa perubahan perilaku dalam pola pemberian makan dapat memberikan dampak positif dalam waktu yang relatif singkat. Peningkatan berat badan anak menjadi indikator awal perbaikan status gizi, yang diharapkan dapat berlanjut dengan pendekatan berkelanjutan.

Peningkatan Kesadaran Sanitasi dan Kualitas Air Bersih

Masalah sanitasi dan akses terhadap air bersih merupakan salah satu faktor tidak langsung yang berkontribusi pada tingginya angka stunting. Penyuluhan mengenai pentingnya menjaga kualitas air dan sanitasi dilakukan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pengelolaan kebersihan lingkungan.

Melalui media leaflet dan diskusi kelompok, masyarakat diajarkan cara menjaga kebersihan air minum, seperti merebus air sebelum dikonsumsi dan memastikan kondisi tempat penampungan air tetap higienis. Penyuluhan ini juga menyoroti pentingnya membuang sampah pada tempatnya dan memperbaiki sistem pembuangan limbah rumah tangga.

Hasil observasi menunjukkan adanya perubahan perilaku pada sebagian peserta, yang mulai menerapkan praktik sanitasi yang lebih baik, seperti mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan menggunakan air bersih untuk keperluan sehari-hari. Perubahan ini diharapkan dapat mengurangi risiko infeksi yang berhubungan dengan sanitasi buruk, sehingga mendukung upaya pencegahan stunting.



Gambar 1. Dokumentasi Penyuluhan

KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat yang dilakukan di Desa Wonua Jaya berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan stunting, khususnya pada ibu hamil, ibu menyusui, dan wanita usia subur. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa persentase peserta dengan pengetahuan baik meningkat dari 17,4% sebelum penyuluhan menjadi 82,6% setelah penyuluhan. Intervensi dalam bentuk penyuluhan tentang makanan pendukung ASI (ASI booster) juga berdampak positif pada status gizi ibu menyusui, dengan peningkatan rata-rata berat badan sebesar 0,96 kg (1,71%). Selain itu, status gizi anak di bawah dua tahun (BADUTA) juga mengalami perbaikan, dengan rata-rata peningkatan berat badan sebesar 0,8 kg selama program berlangsung.

Ucapan terima kasih diberikan kepada Allah SWT yang telah memberikan kemudahan dalam segala kegiatan ini. Ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya juga disampaikan kepada dosen pembimbing lapangan dan Rektor Universitas Mandala Waluya yang telah memberikan dana bantuan melalui Program Pengabdian

Penyuluhan tentang pentingnya air bersih dan sanitasi turut meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kebersihan lingkungan dan kualitas air. Hal ini diharapkan dapat membantu mengurangi risiko infeksi yang berhubungan dengan sanitasi buruk, yang merupakan salah satu penyebab tidak langsung dari stunting. Secara keseluruhan, program ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis komunitas yang terstruktur dan menggunakan media yang tepat dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap upaya pencegahan stunting. Pendekatan ini diharapkan dapat terus dilakukan secara berkelanjutan untuk menciptakan perubahan yang lebih besar dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat di Desa Wonua Jaya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada Masyarakat dalam bentuk kegiatan KKN Tematik dan PKK UMW. Secara khusus apresiasi kepada masyarakat Desa Wonua Jaya di Kecamatan Moramo Kabupaten Konawe Selatan atas partisipasi dan Kerjasama yang baik selama kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

Ernawati, A. (2020). Gambaran Penyebab Balita Stunting di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati. *Jurnal Litbang: Media*

Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK, 16(2), 77–94. <https://doi.org/10.33658/jl.v16i2.194>

- Austy, V., Damayanti, F. N., Istiana, S., & Anggraini, N. N. (2023). Faktor -Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Usia 25-59 Bulan Di Rsu Islam Harapan Anda Kota Tegal Factors That Influence The Incidence Of Stunting In Toddlers Aged 25-59 Months At Rsu Islam Harapan Anda Kota Tegal Program Studi. 1, 67–75.
- Hanifah, R. N., Djais, J. T. B., & Fatimah, S. N. (2019). Prevalensi Underweight, Stunting, dan Wasting pada Anak Usia 12-18 Bulan di Kecamatan Jatinangor. Kesmas, 5, 3–7.
- Kemendes. (2023). Prevalensi Stunting di Indonesia Turun ke 21,6% dari 24,4%. Diakses 8 Agustus 2023 dari <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20230125/3142280/prevalens-i-stunting-di-indonesia-turun-ke-216-dari-244/>
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting Pada Anak : Penyebab dan Faktor Risiko Stunting di Indonesia. Qawwam: Journal For Gender Mainstreaming, 14(1), 19–28. <https://doi.org/10.20414/Qawwam.v14i1.2372>.
- Sampe, S. A., Toban, R. C., & Madi, M. A. (2022). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Anak Balita. Maternal & Neonatal Health Journal, 3(1), 7–11. <https://doi.org/10.37010/mnhj.v3i1.498>
- Sumardilah, D. S., & Rahmadi, A. (2019). Risiko Stunting Anak Baduta (7-24 bulan). Jurnal Kesehatan, 10(1), 93. <https://doi.org/10.26630/jk.v10i1.1245>