

## PENYULUHAN GIZI PADA IBU HAMIL DI RT 03 RW 03 DESA SIBANTENG, KECAMATAN LEUWISADENG, KABUPATEN BOGOR

Iik Hikmawati<sup>1</sup>, Miranda Monicha<sup>2</sup>, Novia Zahratul Hasanah<sup>3</sup>, Fauza Rizqiya<sup>4,\*</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Gizi, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, JL. K.H. Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

\*Email : [fauza.rizqiya@umj.ac.id](mailto:fauza.rizqiya@umj.ac.id)

### ABSTRAK

Kasus stunting masih menjadi permasalahan kesehatan di dunia karena berhubungan dengan risiko kejadian sakit bahkan sampai kematian. Prevalensi stunting secara nasional pada tahun 2018 sebesar 30,8%. Angka tersebut masih berada diatas target penurunan Stunting tahun 2024 yaitu 19%. Berbagai upaya dilakukan dalam rangka percepatan penurunan angka kejadian Stunting salah satunya dengan memberikan Intervensi Gizi yang dimulai sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan terhitung mulai dari janin dalam kandungan sampai bayi berusia 2 tahun. Salah satu intervensi pencegahan stunting dapat dilakukan pada saat masa kehamilan. Ibu Hamil dengan masalah gizi seperti Kurang Energi Kronis (KEK) dan Anemia merupakan salah satu faktor penyebab yang berkontribusi terhadap kejadian Stunting pada anak balita. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) UMJ menjadi suatu bentuk kesempatan yang berharga dimana mahasiswa dapat menyumbangkan pengetahuan dan keterampilan kepada masyarakat dan ikut serta secara langsung untuk membantu pencegahan kejadian Stunting pada masa yang akan datang. Berdasarkan permasalahan yang ada yaitu masih rendahnya pengetahuan Gizi pada Ibu Hamil, kami kelompok 86 sub kelompok 3 memilih program penyuluhan mengenai pentingnya pengetahuan Gizi pada Ibu Hamil dengan menggunakan media *leaflet*, lembar balik dan poster. serta pemeriksaan kesehatan secara gratis, dan pemberian susu Ibu Hamil untuk memenuhi kebutuhan nutrisi selama masa kehamilan. Manfaat yang ingin dicapai adalah Ibu Hamil setempat dapat mengetahui pentingnya pemenuhan asupan gizi selama kehamilan, serta dapat lebih *aware* terhadap kesehatannya yang nantinya akan berhilir pada mensukseskan pembangunan Sumber Daya Manusia.

**Kata kunci:** Stunting, Gizi Ibu Hamil, KKN *offline*

### ABSTRACT

*Stunting is still a health problem in the world because it is associated with the risk of illness and even death. The prevalence of stunting nationally in 2018 was 30.8%. This figure is still above the target for stunting reduction in 2024, which is 19%. Various efforts have been made in order to accelerate the reduction in the incidence of stunting, one of which is by providing nutritional interventions starting from the first 1000 days of life starting from the fetus in the womb until the baby is 2 years old. One of the stunting prevention interventions can be done during pregnancy. Pregnant women with nutritional problems such as Chronic Energy Deficiency (KEK) and Anemia are one of the causative factors that contribute to the incidence of stunting in children under five. The UMJ Real Work Lecture (KKN) activity is a valuable opportunity where students can contribute knowledge and skills to the community and participate directly to help prevent stunting in the future. Based on the existing problems, namely the low knowledge of nutrition for pregnant women, we group 86 sub group 3 chose an extension program about the importance of nutrition knowledge for pregnant women using leaflets, flipcharts and posters. as well as free medical check-ups, and provide milk for pregnant women to meet nutritional needs during pregnancy. The benefit to be achieved is that local pregnant women can know the importance of fulfilling nutritional intake during pregnancy, and can be more aware of their health which will later flow down to the success of human resource development.*

**Keywords:** *Stunting, Nutrition for Pregnant Women, KKN offline*

## 1. PENDAHULUAN

Permasalahan stunting di Negara Indonesia menempati peringkat kelima terbesar di dunia. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak yang ditandai dengan tubuh pendek akibat kekurangan gizi kronis (Kemenkes RI). Balita yang mengalami stunting umumnya mengalami gagal tumbuh, menyebabkan balita malas beraktivitas terkait dengan produksi tenaga, gangguan system imun sehingga mudah terkena penyakit infeksi dan gangguan perkembangan otak yang dapat mempengaruhi kecerdasan (Mutika & Syamsul, 2018).

Prevalensi balita stunting di dunia pada tahun 2017 menurut WHO yaitu sebesar 22,2% atau sekitar 150,8 juta. Berdasarkan hasil riset kesehatan tahun 2019 angka kejadian stunting di Indonesia menunjukkan prevalensi sebesar 27,7%. Angka ini mengalami penurunan dari tahun 2018 yaitu, sebesar 3,1% dari 30,8%, prevalensi stunting di tahun 2018 ini terdiri dari 19,30% balita pendek dan 11,50% balita sangat pendek (Dike & O., 2017). Meskipun terus mengalami penurunan, namun prevalensi tersebut masih dibawah target pemerintah pada tahun 2024 tentang percepatan penurunan angka kejadian stunting hingga 14%. (Rikesdas, 2019). Provinsi Jawa Barat termasuk salah satu daerah yang masih mengalami permasalahan stunting. Hasil data Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas) Kemenkes RI menunjukkan prevalensi stunting Provinsi Jawa Barat yaitu sebesar 31,06% dan 19,08% pada daerah Kabupaten Bogor.

Permasalahan stunting perlu mendapatkan perhatian khusus karena akan berdampak pada kualitas generasi bangsa yang akan datang. Berdasarkan uraian diatas maka kami tertarik untuk melakukan penyuluhan dan intervensi gizi kepada ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting pada di Desa Sibanteng Kabupaten Bogor.

### Masalah Mitra

Berdasarkan hasil data kualitatif yang kami dapat, permasalahan yang dialami oleh warga Desa Sibanteng adalah masih kurangnya pengetahuan Gizi pada Ibu Hamil. Oleh karena itu, kami memutuskan untuk mengadakan Penyuluhan/Edukasi dengan menggunakan media leaflet, lembar balik dan poster. Mengenai pentingnya gizi bagi ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting pada balita.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Dalam menjalankan kegiatan KKN yaitu melakukan penyuluhan serta pemeriksaan Kesehatan pada Ibu Hamil, dan pembagian susu ibu hamil diperlukan konsep, persiapan dan tahap-tahap lainnya agar kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan terstruktur. Berikut merupakan metode pelaksanaan yang kami lakukan.

### Tahap I Diskusi Bersama DPL

Pada tahap ini, seluruh anggota kelompok 86 melakukan pertemuan secara daring untuk berdiskusi terkait pelaksanaan kegiatan KKN UMJ tahun 2022 dan program-program seperti apa yang dapat dilakukan oleh mahasiswa.

### Tahap II Pembagian Kelompok Kecil dan Diskusi Mengenai Mitra

Kelompok 86 KKN UMJ terbagi menjadi beberapa sub kelompok. Sub kelompok terdiri dari 3 mahasiswa. Setelah terbentuknya sub kelompok 3, kami berdiskusi mengenai sasaran kegiatan KKN yang akan dijalankan. Hingga akhirnya, kami memutuskan untuk menjadikan daerah sekitar Desa Sibanteng, Kecamatan Leuwisadeng, Kabupaten Bogor sebagai mitra KKN. Lokasi yang jauh dari pusat kota menjadi salah satu faktor dalam menentukan lokasi mitra.

### Tahap III Melakukan Koordinasi dengan Mitra

Setelah menentukan target mitra, kami melakukan koordinasi dengan Bapak Lurah dan Bidan Desa setempat mengenai permasalahan gizi yang ada pada masyarakat dan program solusi yang akan kami berikan. Pada tahap koordinasi ini, kami menyerahkan surat permohonan mitra dan menentukan tempat dilaksanakannya program penyuluhan mengenai gizi ibu hamil. Pelaksanaan program kami yaitu di kawasan RT03 RW 03 Desa Sibanteng, Kecamatan Leuwisadeng, Kabupaten Bogor.

### Tahap IV Persiapan Kebutuhan Turun Lapang

Koordinasi tim, konsep dan persiapan sangat menentukan keberhasilan program yang akan dilaksanakan. Beberapa hari sebelum pelaksanaan program, tiap – tiap anggota mempersiapkan kebutuhan yang diperlukan, seperti membeli susu Ibu Hamil, biskuit, *strip*

Gula Darah, pita LILA, Tensi Meter, membuat leaflet serta poster dan 2 set cangkir untuk *reward*. Setiap orang akan mendapatkan 1 susu ibu hamil, biskuit, leaflet dan hasil kartu cek kesehatan.

### Tahap V Program Penyuluhan Gizi Ibu Hamil

Program edukasi berupa penyuluhan mengenai gizi ibu hamil. Setelah kegiatan, ibu hamil di cek kesehatannya serta dibagikan susu dan biskuit. Kegiatan ini dilakukan di posyandu Angrek 3 Desa Sibanteng.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan permasalahan yang ada pada mitra, kelompok kami dan pihak RT 03/03 sepakat untuk menjalankan 2 program. Berikut ini merupakan hasil dari kegiatan yang telah dilaksanakan.

#### Penyuluhan Pentingnya Pengetahuan Gizi Ibu Hamil

Pada program ini kami menggunakan banner, *leaflet*, lembar balik dan poster sebagai media edukasi untuk Ibu Hamil. Sebelum memulai sesi Penyuluhan, Ibu Hamil diberikan *pre-test* sebanyak 10 soal untuk mengetahui pengetahuan awal Ibu Hamil, kemudian dilanjut dengan pemaparan materi. Saat kegiatan berlangsung kami memaparkan materi seputar masalah Gizi pada masa kehamilan seperti KEK, Anemia, dan Diabetes Gestasional serta pemaparan seputar Gizi yang Optimal untuk Ibu Hamil agar Ibu Hamil bisa mengetahui nutrisi yang baik pada saat kehamilan. Kami juga membuka sesi tanya jawab selama penyuluhan berlangsung dan terdapat beberapa pertanyaan-pertanyaan dari peserta penyuluhan. Setelah penyuluhan selesai kami memberikan *post-test* pada ibu hamil dengan pertanyaan yang sama seperti *pre-test*.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan



Gambar 2. Kegiatan pengisian *pre-test* dan *post test*

Berdasarkan hasil dari Penyuluhan Gizi Ibu Hamil didapatkan hasil *pre-test* dan *post test* seperti berikut :

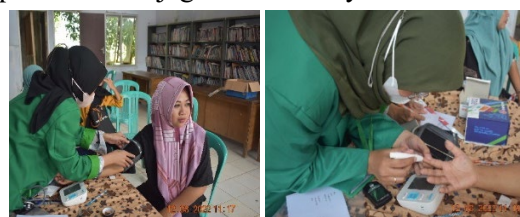
Tabel 1. Hasil *Pre-Test* dan *Post Test*

No	Nama	Pre-test	Post-test
1	Uken	3	8
2	Dea	3	8
3	Nurmawaty	5	10
4	Didah	5	9
5	Prapti	4	8
6	Awal	5	8
7	Eka	6	10
8	Nurhikmah	6	8
9	Ely	4	7
10	Pujiah	6	8

Dari hasil *Pre-Test* ke-10 Ibu Hamil didapat sebanyak 2 orang yang mendapatkan skor 3, sebanyak 2 orang mendapat skor 4, sebanyak 3 orang mendapat skor 5, dan sebanyak 3 orang mendapat skor 6. Kemudian untuk hasil dari *Post Test* ke-10 Ibu Hamil didapat sebanyak 1 orang yang mendapat skor 7, sebanyak 6 orang yang mendapat skor 8, sebanyak 1 orang yang mendapat skor 9, dan sebanyak 2 orang yang mendapat skor 10. Berdasarkan hasil *Post Test*, dapat dianalisis bahwa pengetahuan Ibu Hamil mengalami peningkatan yang signifikan jika dibandingkan dengan hasil *Pre-Test* sebelum pemaparan materi.

#### Pengecekan Kesehatan Pada Ibu Hamil

Kegiatan selanjutnya adalah Cek Kesehatan pada Ibu Hamil berupa pengecekan Tekanan Darah, Gula Darah, dan LILA. Kegiatan ini bertujuan agar Ibu Hamil dapat mengetahui bagaimana status kesehatannya dan dapat lebih menjaga kesehatannya.





**Gambar 2.** Kegiatan pengecekan kesehatan pada Ibu Hamil

**Tabel 2.** Biodata Ibu Hamil.

Nama	Umur	Usia Kehamilan	Kehamilan ke
Uken	35	27 Minggu	3
Dea	23	36 Minggu	2
Nurmawaty	29	24 Minggu	3
Didah	32	25 Minggu	3
Prapti	35	26 Minggu	3
Awal	29	20 Minggu	2
Eka	34	15 Minggu	3
Nurhikmah	20	24 Minggu	2
Ely	25	4 Minggu	1
Pujiah	32	24 Minggu	4

**Tabel 3.** Hasil Pengecekan Kesehatan Ibu Hamil.

Nama	Tekanan Darah	Gula darah	LILA	Ket
Uken	110/80	65	26,5	Normal
Dea	115/60	78	28	Normal
Nurmawaty	120/77	91	24,5	Normal
Didah	118/60	85	25,5	Normal
Prapti	120/80	120	26,5	Normal
Awal	120/76	110	24	Normal
Eka	120/78	89	28	Normal
Nurhikmah	115/63	82	22	Normal
Ely	117/75	130	23,5	Normal
Pujiah	100/58	81	27	Normal

Berdasarkan hasil Table.3.2. Hasil Pengecekan Kesehatan Ibu Hamil diketahui bahwa hasil pengukuran Tekanan Darah, kadar Gula Darah dan LILA dari 10 Ibu Hamil tidak ada yang mengalami masalah kesehatan, dapat dilihat dari hasil Tekanan Darah yang berada pada rentang normal yaitu (120/80), hasil Gula Darah normal yaitu (<140 mg/dL), dan hasil

LILA yang juga berada pada rentang normal yaitu (>23,5).

Diakhir kegiatan kami juga memberikan bingkisan berupa susu Ibu Hamil dan biskuit serta hadiah bagi peserta dengan nilai *post-test* tertinggi dan peserta teraktif.



**Gambar 3.** Pemberian susu ibu hamil kepada peserta.

#### 4. KESIMPULAN

Adanya permasalahan stunting yang masih menjadi permasalahan gizi di Indonesia, menuntut mahasiswa untuk berpikir kreatif dan inovatif dalam menentukan program apa yang akan dilakukan dalam kegiatan KKN ini. KKN UMJ tahun ini dilakukan secara *offline* sesuai dengan domisili masing-masing mahasiswa. Ketika turun lapangan banyak ibu hamil yang belum sepenuhnya mengetahui zat gizi yang baik selama masa kehamilan. Kami berharap dengan kehadiran kami di mitra tersebut dapat memberikan ilmu yang bermanfaat sehingga ilmu tersebut dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari dan dapat dijadikan sebuah pencegahan stunting yang dimulai pada periode kehamilan.

Program penyuluhan gizi ibu hamil yang telah kami lakukan sudah berjalan dengan baik namun masih terdapat beberapa kekurangan seperti yang sudah dijabarkan diatas dikarenakan keterbatasan waktu dan keterbatasan alat.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pendamping lapangan kelompok 86 yaitu Ibu Fauza Rizqiya, SKM, MKM yang selalu membantu mengarahkan dan membimbing kami dalam melaksanakan kegiatan KKN UMJ tahun ini. Terima kasih juga kami ucapkan kepada pihak-pihak yang

terlibat yaitu Universitas Muhammadiyah Jakarta, LPPM UMJ, Bapak/Ibu panitia KKN UMJ 2021, mitra kami yaitu Bapak Lurah, Bapak RT, Bapak RW, Bidan Desa, Kader Posyandu serta warga Desa Sibanteng, Kecamatan Leuwisadeng, Kabupaten Bogor yang telah membantu kami dalam merealisasikan program KKN.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, S. A. (2018). Tetesan Embun di Desa Santri Sibanteng.
- Basri, N., & Sididi, M. (2021). FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN STUNTING Article history : Received : 20 Agustus 2020 Prevalensi status gizi balita stunting di Provinsi Sulawesi Barat berdasarkan TB / U ( Tinggi Badan. *Window of Public Health Journal*, 01(05), 417–426.
- Dike, F. M., & O., E. I. (2017). *Journal of health science research. Journal of Health Science Research*, 2(1), 1–9.
- Mutika, W., & Syamsul, D. (2018). ANALISIS PERMASALAHAN STATUS GIZI KURANG PADA BALITA DI PUSKESMAS TEUPAH SELATAN KABUPATEN SIMEULEU Analysis Of Malnutritional Status Problems On Toddlers At South Teupah Health Center Simeulue. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 127–
- Laporan Nasional Riskesdas (2018) “*Laporan\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf*,” Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, hal. 198.