

Promosi Gizi dan Kesehatan Bagi Ibu Hamil, Ibu Menyusi, dan Ibu Balita dalam Rangka Pencegahan Stunting di Tanggamus Provinsi Lampung

Asep Sukohar¹, Ratna Dewi Puspita Sari¹, Sutarto, Sofyan Musabiq Wijaya¹, Winda Trijyanthi¹, dan Suharyani¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, Lampung, Indonesia

Abstrak

Keberhasilan pembangunan kesehatan salah satu faktor penentunya adalah status gizi. Upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan baik individu, keluarga, kelompok maupun masyarakat untuk hidup sehat maka diperlukan peningkatan promosi gizi dan kesehatan bagi ibu hamil dan ibu balita. Kegiatan ini dalam rangka pencegahan stunting di Kabupaten Tanggamus yang dilakukan oleh Tim Pengabdian Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Berbagai upaya promosi kesehatan yang telah dilakukan sehingga mendapatkan hasil yang optimal melalui promosi gizi dan kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu dalam hal keberhasilan pembangunan kesehatan nasional melalui peningkatan status gizi, melalui peningkatan pengetahuan masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan rumah tangga, menu gizi seimbang dalam mencegah kejadian Stunting di dalam keluarga.

Metode yang digunakan dalam melaksanakan kegiatan ini adalah ceramah, *focus group discussion*, penyuluhan porsir piringku, praktik ketrampilan dan lomba penyajian makanan produk lokal untuk perbaikan gizi ibu hamil dan balita.

Hasil kegiatan promosi gizi dan kesehatan bagi ibu hamil dan ibu balita dalam rangka pencegahan stunting di Kabupaten Tanggamus. dapat membantu dalam hal keberhasilan pembangunan kesehatan nasional melalui peningkatan status gizi.

Kata kunci : Promosi Gizi, stunting, ibu balita

Korespondensi : Dr. Dr. Asep Sukohar, M.Kes . Jl.Prof Sumantri Brojonegoro No.1,Bandar Lampung. E-mail: asepsukohar@gmail.com

Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan kesehatan salah satu faktor penentunya adalah status gizi sehingga status gizi menjadi bagian penting dari pembangunan nasional. Sasaran strategis untuk memperbaiki status gizi adalah sasaran ibu hamil dan balita karena merupakan kelompok rawan gizi. Hasil Riset Kesehatan Daerah tahun 2018 didapatkan informasi bahwa proporsi status gizi stunting (30,8%)¹ dan hasil pemantauan status gizi (PSG) tahun 2016 dilaporkan bahwa prevalensi stunting 27,5%², angka nilai melebihi batas WHO (target kurang dari 20%).³ Gangguan tumbuh kembang bayi dan anak usia di bawah 2 tahun perlu mendapat perhatian serius, mengingat usia ini merupakan masa emas yang amat penting, masa kritis dalam proses tumbuh kembang anak baik fisik maupun kecerdasan.⁴ Selaras dengan masalah di atas lain, ibu hamil yang mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) akan berdampak pada pertumbuhan dan kesehatan janin yang dikandungnya.⁵

Komitmen Pemerintah Indonesia dalam menurunkan angka stunting melakukan

program intervensi gizi spesifik dan gizi sensitif dengan melibatkan lintas sektor. Intervensi gizi spesifik berupa pemberian makanan tambahan untuk mengatasi ibu hamil, tablet Fe pada ibu hamil untuk mengatasi anemia, konsumsi garam beriodium, ASI eksklusif sampai dengan usia 6 bulan, imunisasi, perilaku cuci tangan dengan benar, pemberian ASI sampai usia 2 tahun dan didampingi dengan MP-ASI, pemberian obat cacing, pemberian makanan tambahan, pemberian vitamin A, tata laksana gizi buruk, penanggulangan malaria, pencegahan dan pengobatan diare.⁶ Kegiatan intervensi gizi spesifik ini dilaksanakan di posyandu sehingga posyandu perlu untuk diberi support dalam pengelolaannya melalui penguatan dan pengaktifan kader posyandu.⁷ Untuk memwujudkan strategi gizi spesifik ini perlu melibatkan berbagai pihak, untuk perubahan gaya hidup (*life style*) dan perilaku. Dalam rangka pencegahan stunting diperlukan upaya promosi kesehatan berupa pendidikan gizi melalui perubahan perilaku, sehingga akan masyarakat lebih sehat.⁸

Upaya promosi kesehatan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan baik individu, keluarga, kelompok maupun masyarakat untuk hidup sehat dan diperlukan peningkatan promosi gizi dan kesehatan bagi ibu hamil dan ibu balita. Kegiatan ini dalam rangka pencegahan stunting di Kabupaten Tanggamus yang dilakukan oleh Tim Pengabdian Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Berbagai upaya promosi kesehatan yang telah dilakukan sehingga mendapatkan hasil yang optimal melalui promosi gizi dan kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk menurunkan angka stunting di ke-2 kabupaten di Kabupaten Tanggamus.

Tujuan pengabdian adalah membantu dalam hal keberhasilan pembangunan kesehatan nasional melalui peningkatan status gizi, melalui peningkatan pengetahuan masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan rumah tangga, menu gizi seimbang dalam mencegah kejadian Stunting di dalam keluarga.

Metode

Metode yang digunakan dalam melaksanakan kegiatan ini adalah ceramah, *focus group discussion*, penyuluhan porsi piringku, praktik ketrampilan dan lomba penyajian makanan produk lokal untuk perbaikan gizi ibu hamil dan balita.

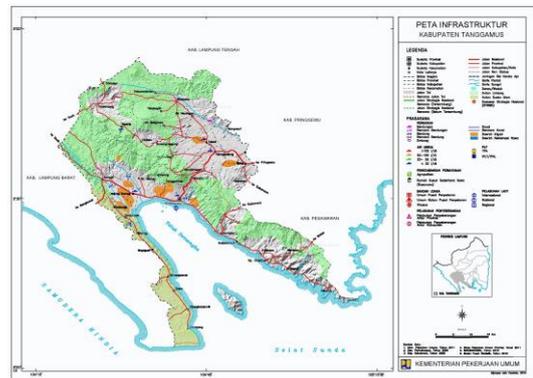
Kegiatan penyuluhan dengan sasaran kelompok ibu hamil, ibu menyusui dan ibu balita di 5 desa Kabupaten Tanggamus. Kegiatan lomba menyiapkan menu ibu hamil, ibu menyusui dan ibu balita di desa yang sama. Selanjuta diakhir kegiatan dilakukan pertemuan tindak lanjut dengan lintas sektor di 5 desa sasaran baik di Kabupaten Tanggamus.

Sasaran kegiatan ini mencakup Tim penggerak PKK desa, kader kesehatan desa, bidan desa, ibu hamil, ibu menyusui dan ibu balita.

Hasil dan Pembahasan

Kabupaten Tanggamus memiliki luas wilayah 4.654,98 Km² dan berpenduduk sebanyak 580.383 jiwa (tahun 2017) dengan kepadatan penduduk 124 jiwa/km².⁹ Kabupaten Tanggamus merupakan masuk dalam program 160 kabupaten dalam percepatan penurunan

angka stunting dan di fokuskan masing-masing 5 desa meliputi desa Banjar Manis, Dadi Sari, Pardasuka, Umbul Buah, dan Sinar Petir. Kegiatan yang dilaksanakan, berupa pertemuan di tingkat kabupaten, berisi Sosialisasi kegiatan promosi gizi dan kesehatan bagi ibu hamil dan ibu balita dalam rangka pencegahan stunting di Kabupaten Tanggamus dan Tanggamus dan koordinasi pelaksanaan dengan Dinas Kesehatan Kabupaten dan Camat di wilayah sasaran.



Gambar 1 Peta Administrasi Kabupaten Tanggamus

Kegiatan kedua berupa pertemuan lintas sektor tingkat desa melibatkan aparat desa, tokoh masyarakat, kader kesehatan dan TP PKK, selanjutnya dilakukan kegiatan penyuluhan tentang perilaku hidup sehat, pemanfaatan lahan pekarangan dan pemahaman buku Kesehatan Ibu dan Anak (buku KIA) untuk pencegahan stunting. Implementasi dari penyuluhan dilakukan kegiatan praktik memasak menu untuk ibu hamil, ibu menyusui dan balita dengan porsi isi piringku. Untuk meningkatkan semangat maka dibuat kegiatan lomba memasak menu untuk ibu hamil dan menu untuk balita dan selanjutnya dilakukan tindak lanjut berupa perencanaan partisipatif desa, bersama dengan lintas sektor di setiap desa yang dipimpin oleh Kepala Desa.

Kegiatan pertemuan lintas sektor di tingkat desa, dengan sasaran tokoh masyarakat lintas sektor tingkat desa melibatkan aparat desa, tokoh masyarakat, kader kesehatan dan TP PKK Desa. Hasil kegiatan lintas sector ini adalah tercapainya kesepakatan antara para pihak desa serta lintas sektor terkait lainnya dalam rangka kegiatan pendidikan gizi bagi ibu hamil dan ibu balita dalam pencegahan stunting di

desa dan menambah pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan masyarakat dalam menyiapkan dan menyediakan makanan lokal sesuai dengan prinsip gizi seimbang.



Gambar 2. Suasana FGD dan Rapat Orientasi dengan Camat, Kepala Desa, Kepala

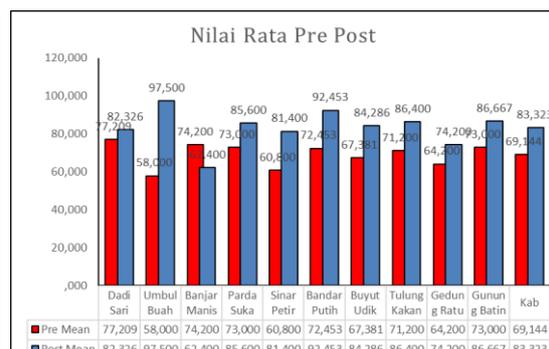
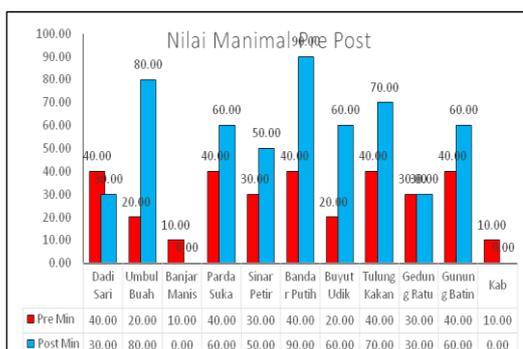


Kegiatan penyuluhan kelompok ibu hamil dan ibu balita, penyuluhan menu gizi seimbang isi piring peserta promosi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di tatanan rumah tangga dalam rangka pencegahan stunting, dengan sasaran ibu hamil, ibu menyusui dan ibu yang memiliki bayi usia di bawah dua tahun. Hasil kegiatan ini sebelum kegiatan berlangsung, peserta penyuluhan diberikan kuisioner tentang pengetahuan peserta terkait PHBS, kemudian peserta diberikan materi tentang PHBS Tatanan Rumah Tangga, peserta menerima materi dengan antusias dan aktif dalam bertanya.

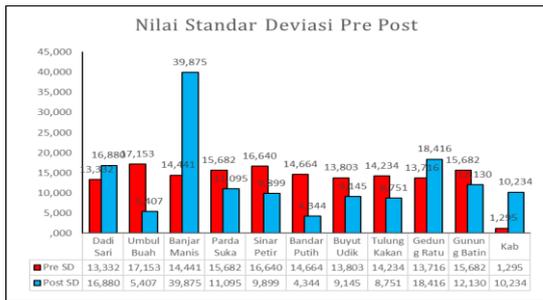
Lalu, setelah itu kami memberikan kuisioner dengan pertanyaan yang sama, dan terlihat peningkatan dari pengetahuan peserta terkait PHBS. Peserta juga diberikan materi menu gizi seimbang bertujuan agar peserta dapat menyusun dan menyiapkan menu untuk memenuhi gizi seimbang.

Secara umum dapat dijelaskan pada gambar 3, bahwa nilai peninjauan pengetahuan peserta penyuluhan sebelum dilakukan intervensi penyuluhan tergambar keberhasilan peningkatan pengetahuan, nilai minimal pengetahuan dari 10 desa hanya 3 desa yang menunjukkan nilai minimal di bawah nilai sebelum dilakukan intervensi. Namun demikian bila dilihat dari nilai rata-rata, adanya peningkatan pengetahuan tentang stunting di seluruh desa sasaran, kecuali di desa Banjar Manis Kabupaten Tanggamus. Seperti yang pernah dilakukan Dina dkk, perubahan rerata nilai pengetahuan tentang sarapan pagi sebelum dan sesudah penyuluhan.¹⁰

Pada gambar 4, didapat data dan dianalisis pada 10 desa dari Kabupaten Lampung Tengah dan Tanggamus dari data pretest didapat rerata nilai 69.14 dapat diartikan bahwa pengetahuan masyarakat mengenai PHBS sudah cukup baik namun setelah dilakukan wawancara sederhana mengenai PHBS dapat disimpulkan masyarakat memahami tetapi belum paham cara aplikatif dalam kehidupan sehari-hari. Setelah pemberian materi dan pemahaman aplikatif sederhana mengenai PHBS peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat semakin meningkat ditunjukkan dari nilai post test 83.32.



Gambar 3. Nilai Maksimal dan Rerata Pre – Post Test



Gambar 4. Nilai Standar Deviasi Pre – Post Test

Kegiatan praktik memasak menu untuk ibu hamil, ibu menyusui dan balita dengan porsi isi piringku, dengan sasaran ibu hamil, ibu menyusui dan ibu yang memiliki bayi usia dibawah dua tahun. Hasil berupa peserta dapat mengetahui dan memilih menu makanan yang sesuai dengan takaran dan kebutuhan



Gambar 5. Praktik Memasak Menu Lokal

untuk memenuhi gizi seimbang. Peserta dapat menyiapkan dan menyusun menu ibu hamil dan ibu menyusui. Representasi makanan lokal dalam buku-buku tersebut, selain untuk mengurangi dominasi budaya asing, bertujuan untuk membangun identitas bangsa, merepresentasikan budaya, dan mempromosikan pariwisata Indonesia sebagai wujud kecintaan pada tanah air dan kelestarian kebidayaan lokal.¹¹

Kegiatan lomba memasak menu untuk ibu hamil dan menu untuk balita. Hasil kegiatan ini peserta lomba dapat membuat menu gizi seimbang untuk ibu hamil, ibu menyusui dan untuk Balita. Walaupun masih ada beberapa peserta yang tidak menyediakan sesuai dengan menu gizi seimbang. Lomba masak serba ikan adalah kegiatan perlombaan kecakapan memasak ikan yang merupakan bagian dari gerakan memasyarakatkan makan ikan.¹²

Hasil kegiatan promosi gizi dan kesehatan bagi ibu hamil dan ibu balita dalam rangka pencegahan stunting di Kabupaten Lampung

Tengah dan Kabupaten Tanggamus, adalah dengan menggunakan program SIGER EMAS



Gambar 6. Lomba Menu Lokal



Gambar 7. Komitmen pelaksanaan Program Siger Mas dan Gagah Sipok



(Strategi Inovasi Mendukung Gerakan Kesehatan Promosi Untuk Atasi Stunting); dan program pemberdayaan bahan konsumsi lokal dengan slogan anak-anak lampung **Gagah dan**

Sikop (Gerakan Ayo Cegah Stunting Dengan Gemar Makan Ikan dan Olah Hasil Perikanan Lainnya) sebagai program pendukung Gerakan **aisumaki** (Anak Indonesia Suka Makan Ikan). Gerakan

Memasyarakatkan Makan Ikan bertujuan untuk memperbaiki konsumsi gizi lewat makan ikan menjadi hal yang sangat penting. Salah satu cara yang dapat ditempuh untuk meningkatkan konsumsi ikan adalah dengan merangkul ibu-ibu rumah tangga.¹³

Kesimpulan

Dari kegiatan promosi PHBS dan Gizi seimbang untuk pencegahan Stunting dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu:

1. Kegiatan ini dapat membantu dalam hal keberhasilan pembangunan kesehatan nasional melalui peningkatan status gizi.
2. Kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan rumah tangga, menu gizi seimbang dalam mencegah kejadian Stunting di dalam keluarga.
3. Kegiatan ini dapat memberikan kesadaran kepada masyarakat betapa pentingnya hidup sehat dan gizi Seimbang sehingga dapat mengurangi angka kejadian stunting.

Daftar Pustaka

1. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar 2018*. Vol 1.; 2018. doi:1 Desember 2013
2. Ministry of Health Republic Indonesia. *Nutritional Status of Indonesia 2016 (Indonesian)*.; 2016. doi:10.1080/14783363.2011.637802
3. Unicef WHO The World Bank. *Levels and Trends in Child malnutrition*.; 2018. doi:10.1016/S0266-6138(96)90067-4
4. TNP2K. *100 Kabupaten/Kota Prioritas untuk Intervensi Anak Kerdil (Stunting)*. Pertama. (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, ed.). Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan; 2017.
5. Putri MC, Angraini DI, Hanriko R, et al. Hubungan Asupan Makan dengan Kejadian Kurang Energi Kronis (KEK)

pada Wanita Usia Subur (WUS) di Kecamatan Terbanggi Besar Kabupaten Lampung Tengah. 2019;6:773–781.

6. Kementerian PPN/ Bappenas. *Pedoman Pelaksanaan Intervensi Penurunan Stunting Terintegrasi di Kabupaten/ Kota*.; 2018.
7. Saftarina F. Efektifitas Pelatihan Kader Posyandu Dalam Peningkatan Cakupan Imunisasi. *J Agromedicine*. 2018;5(1):408–411.
8. Huey SL, Mehta S. Stunting: The Need for Application of Advances in Technology to Understand a Complex Health Problem. *EBioMedicine*. 2016;6:26–27. doi:10.1016/j.ebiom.2016.03.013
9. Kemenkes RI. *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Kementerian Kesehatan RI; 2019.
10. Waldani D, Rasyid R, Agus Z. Artikel Penelitian Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Perubahan Perilaku Kebiasaan Sarapan Pagi Murid SD Negeri 05 Solok Selatan Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 2018;7(2):176–181.
11. Tyas ASP. Identifikasi Kuliner Lokal Indonesia dalam Pembelajaran Bahasa Inggris. *Jurnal Pariwisata Terapan*. 2017;1(1):1–14.
12. Direktur Jenderal Pengolahan Ikan dan Pemasaran Hasil Perikanan. *Keputusan Ditjen Pengolahan Ikan dan Pemasaran Hasil Perikanan Nomor 103/KEP-DJP3HP/2015 tentang Pedoman umum Lomba Masak serba Ikan*. Vol Nomor 103/.; 2015:1–24.
13. Hendrawati S, Zidni I. Gambaran Konsumsi Ikan Pada Keluarga Dan Anak Paud Rw 07 Desa Cipacing. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2017;1(2):101–106.