

Intervensi Edukasi Gizi dalam Upaya Penurunan Angka Stunting di RS. Gunung Maria Tomohon, Sulawesi Utara

Inggritd Taroreh¹, Zamli²

^{1,2} Universitas Mega Buana Palopo, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Inggritd Taroreh

E-mail: inggritdtaroreh2183@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan yang berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama di wilayah dengan kesadaran gizi yang rendah. Data menunjukkan bahwa Sulawesi Utara masih menghadapi tantangan dalam menurunkan prevalensi stunting, termasuk di wilayah pelayanan RS Gunung Maria Tomohon. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, ibu menyusui, dan kader kesehatan tentang pencegahan stunting melalui edukasi gizi seimbang. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, simulasi pembuatan MP-ASI, serta evaluasi pre-test dan post-test terhadap 20 peserta. Hasil menunjukkan peningkatan pemahaman peserta dari 30% sebelum penyuluhan menjadi 85% setelah penyuluhan, atau terjadi peningkatan sebesar 55%. Mayoritas peserta menyatakan edukasi sangat membantu dalam memahami pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemberian ASI eksklusif, serta pemenuhan gizi balita. Kegiatan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif di lingkungan rumah sakit efektif dalam meningkatkan kesadaran dan praktik pencegahan stunting.

Kata kunci - stunting, edukasi gizi, ibu dan anak, RS Gunung Maria, 1.000 HPK

Abstract

Stunting is a health problem that has long-term impacts on children's growth and development, especially in areas with low nutritional awareness. Data shows that North Sulawesi still faces challenges in reducing stunting prevalence, including in the service area of Gunung Maria Hospital in Tomohon. This community service activity aims to increase the knowledge of pregnant women, breastfeeding mothers, and health cadres about stunting prevention through balanced nutrition education. The methods used included lectures, interactive discussions, simulations of preparing complementary foods, and pre- and post-test evaluations of 20 participants. The results showed an increase in participants' understanding from 30% before the counseling to 85% after the counseling, a 55% increase. Most participants stated that education was very helpful in understanding the importance of the First 1,000 Days of Life (HPK), exclusive breastfeeding, and providing nutrition for toddlers. This activity demonstrates that an educational approach in a hospital environment is effective in raising awareness and preventing stunting.

Keywords - stunting, nutrition education, mother and child, Gunung Maria Hospital, 1,000 HPK

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gagal tumbuh yang terjadi akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Dampak jangka panjang dari stunting meliputi gangguan perkembangan kognitif, rendahnya produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit degeneratif (Putri et al., 2021). Oleh karena itu, upaya pencegahan sejak dini menjadi penting untuk dilakukan melalui berbagai pendekatan, termasuk edukasi gizi. Menurut laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi, yaitu sebesar 21,6%, melebihi ambang batas maksimal yang ditetapkan oleh WHO sebesar 20% (Kemenkes RI, 2023). Ini menunjukkan perlunya penguatan intervensi pencegahan stunting secara berkelanjutan, khususnya di daerah-daerah yang memiliki angka kasus yang masih signifikan. Pengetahuan ibu yang rendah terkait gizi anak, pemberian ASI eksklusif, dan MP-ASI yang sesuai dengan usia merupakan faktor utama yang turut memperburuk kondisi stunting. Edukasi gizi yang terarah secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu dalam memberikan asupan makanan yang sehat dan bergizi kepada anak (Hastuti & Handayani, 2020).

Mmenambahkan bahwa edukasi yang dilakukan secara berkelanjutan dan interaktif kepada ibu hamil dan menyusui mampu memperbaiki pola pemberian makan, terutama pada anak usia di bawah dua tahun, yang menjadi kelompok paling rentan mengalami stunting (Aritonang et al., 2021). Penyuluhan kesehatan mengenai gizi seimbang dan praktik pemberian MP-ASI yang tepat dapat menurunkan risiko stunting secara signifikan, terutama jika dikombinasikan dengan pendampingan dan simulasi langsung (Mutmainah et al., 2020).

(Pangestika dan Suryani, 2020) menyatakan bahwa masa 1.000 HPK adalah jendela emas pertumbuhan yang menentukan kualitas kehidupan anak di masa depan. Oleh karena itu, edukasi kepada ibu selama masa kehamilan dan menyusui merupakan investasi penting dalam upaya pencegahan stunting. Pendekatan edukasi berbasis lokal dengan menggunakan bahan makanan yang tersedia di sekitar masyarakat lebih efektif dalam meningkatkan penerimaan dan keberhasilan intervensi gizi (Sari et al., 2021). Rumah sakit memiliki peran penting sebagai pusat edukasi dan promosi kesehatan, khususnya dalam memberikan informasi dan keterampilan kepada masyarakat dalam hal pencegahan stunting. Hal ini sejalan dengan semangat kolaboratif antara layanan kuratif dan promotive (Nasution dan Indriani, 2023).

Keterlibatan kader kesehatan dalam proses edukasi dan pemantauan pertumbuhan balita sangat penting dalam mendeteksi dini dan mencegah terjadinya stunting, terutama di tingkat komunitas (Widyaningrum et al., 2022). Pemberdayaan ibu melalui kegiatan edukasi gizi dan praktik langsung dalam pengolahan makanan bergizi dapat meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam menyediakan makanan sehat yang sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang anak (Yusran et al., 2022).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif partisipatif dengan melibatkan peserta secara aktif dalam setiap tahapan kegiatan. Metode yang digunakan meliputi ceramah, diskusi interaktif, simulasi pembuatan MP-ASI, serta evaluasi pre-test dan post-test terhadap 20 peserta. Pendekatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam pencegahan stunting (Widyaningrum et al., 2022).

Kegiatan dilaksanakan di Aula RS Gunung Maria Tomohon, Sulawesi Utara, dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang yang terdiri dari ibu hamil, ibu menyusui, dan kader kesehatan.

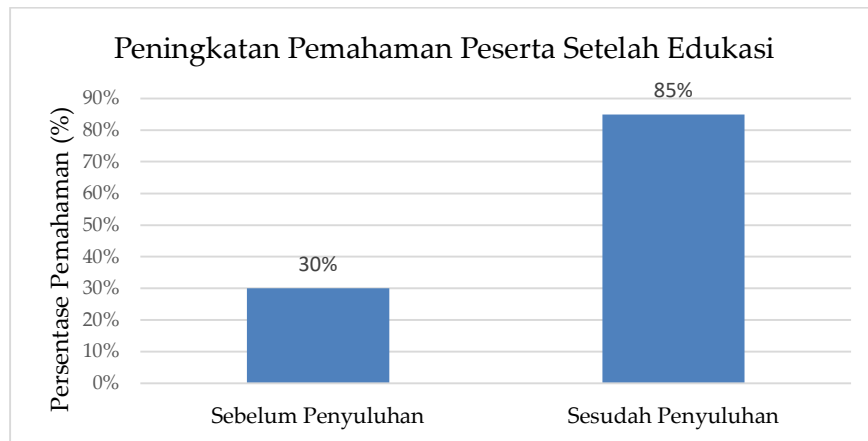
Tahapan Pelaksanaan

- a. Tahap Persiapan:
 - Penyusunan materi edukasi berbasis literatur dan kebijakan nasional tentang stunting.

- Penyusunan instrumen pre-test dan post-test berdasarkan indikator pengetahuan tentang ASI eksklusif, MP-ASI, dan gizi seimbang (Sari et al., 2021).
 - Koordinasi dengan manajemen rumah sakit dan undangan kepada peserta sasaran.
- b. Tahap Pelaksanaan:
- Pre-Test: Pengukuran pengetahuan awal peserta mengenai pencegahan stunting.
 - Ceramah Interaktif: Penyampaian materi oleh tenaga gizi dan perawat anak mengenai 1.000 HPK, ASI, MP-ASI, dan pola asuh yang mendukung tumbuh kembang anak (Hastuti & Handayani, 2020).
 - Diskusi dan Tanya Jawab: Peserta diberi kesempatan bertanya berdasarkan pengalaman masing-masing, untuk mendorong pemahaman kontekstual (Yusran et al., 2022).
 - Simulasi Pembuatan MP-ASI: Peserta dilatih membuat MP-ASI dari bahan lokal, dengan panduan ahli gizi, guna membekali keterampilan praktis (Aritonang et al., 2021).
 - Post-Test: Pengukuran ulang terhadap pengetahuan peserta untuk menilai efektivitas kegiatan edukasi (Nasution & Indriani, 2023).
- c. Tahap Evaluasi:
- Hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif. Peningkatan skor dijadikan indikator efektivitas edukasi. Dokumentasi kegiatan juga dilakukan melalui foto dan umpan balik peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan edukasi yang dilakukan di RS Gunung Maria Tomohon menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terhadap pencegahan stunting. Sebelum penyuluhan, hanya 30% peserta yang memiliki pengetahuan dasar mengenai stunting, ASI eksklusif, dan MP-ASI. Setelah kegiatan, angka ini meningkat menjadi 85%, atau terjadi peningkatan sebesar 55%. Peningkatan ini memperlihatkan bahwa metode edukasi berbasis ceramah, diskusi, dan simulasi praktis efektif dalam menambah wawasan peserta. Grafik di bawah ini memperlihatkan hasil peningkatan tersebut secara visual:



Gambar 1.
Peningkatan Pemahaman Peserta Setelah Edukasi

Mayoritas peserta juga memberikan umpan balik positif terhadap kegiatan ini. Mereka menyatakan bahwa edukasi sangat membantu dalam memahami pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemenuhan gizi seimbang, dan praktik pemberian MP-ASI. Pendekatan edukatif partisipatif terbukti mampu meningkatkan kesadaran dan motivasi peserta dalam mencegah stunting secara mandiri di lingkungan keluarga. Kegiatan edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan ibu

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

sebesar 40% dalam program serupa di wilayah Sumatera Utara (Aritonang et al., 2021). Sementara itu, (Hastuti dan Handayani, 2020) menemukan bahwa pelatihan interaktif meningkatkan pengetahuan ibu tentang MP-ASI secara signifikan di wilayah perkotaan. Dalam studi oleh (Kemenkes RI, 2023), program edukasi gizi dan ASI eksklusif melalui institusi kesehatan terbukti mempercepat penurunan angka stunting di beberapa provinsi dengan intervensi tinggi. Hal ini memperkuat validitas kegiatan yang dilakukan di RS Gunung Maria.

Kegiatan edukatif yang disertai simulasi memiliki dampak signifikan terhadap perubahan perilaku ibu dalam pengasuhan balita (Mutmainah et al., 2020). Selain itu, Pangestika dan Suryani (2020) menekankan pentingnya edukasi sejak masa kehamilan untuk mencegah malnutrisi janin sebagai awal mula stunting. Pengetahuan yang rendah tentang gizi pada ibu hamil berkontribusi besar terhadap tingginya kasus stunting di daerah pedesaan. Oleh karena itu, pelibatan institusi kesehatan dalam penyuluhan menjadi hal yang strategis (Putri et al., 2021). Efektivitas pendekatan lokal dalam edukasi pencegahan stunting. Dalam kegiatan ini, peserta juga diajarkan membuat MP-ASI berbasis pangan lokal seperti ubi, tempe, dan daun kelor. Ini relevan dengan konsep edukasi berbasis kearifan local (Sari et al., 2021).



Gambar 2.

Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Studi oleh (Nasution dan Indriani, 2023) mendukung bahwa rumah sakit, selain sebagai pusat kuratif, juga memiliki potensi promotif untuk menurunkan stunting jika dilengkapi dengan program edukatif yang terstruktur. Keterlibatan kader dan tenaga kesehatan dalam edukasi memberikan hasil lebih optimal dibandingkan hanya dengan pemberian leaflet atau media cetak (Widyaningrum et al., 2022). Kegiatan ini menggunakan metode langsung dan interaktif yang meningkatkan pemahaman peserta. Menggarisbawahi pentingnya pemberdayaan ibu sebagai agen utama pencegahan stunting. Dalam kegiatan ini, keterlibatan aktif peserta dalam tanya jawab dan simulasi menunjukkan bahwa edukasi berbasis pengalaman personal lebih mudah diterima dan diterapkan (Yusran et al., 2022).

KESIMPULAN

Kesimpulan

Kegiatan edukasi gizi yang dilaksanakan di RS Gunung Maria Tomohon terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya ibu hamil, ibu menyusui, dan kader kesehatan mengenai pencegahan stunting. Terjadi peningkatan pengetahuan peserta dari 30% sebelum kegiatan menjadi 85% setelah penyuluhan, menunjukkan dampak positif dari metode edukatif yang diterapkan. Materi yang disampaikan meliputi pentingnya 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), pemberian ASI eksklusif, serta pembuatan MP-ASI berbasis bahan lokal, berhasil meningkatkan kesadaran dan keterampilan peserta dalam praktik gizi sehari-hari. Intervensi berbasis institusi pelayanan kesehatan seperti rumah sakit memiliki potensi besar sebagai model promotif-preventif yang berkelanjutan dalam upaya percepatan penurunan angka stunting di tingkat lokal.

Saran Kegiatan

Diperlukan kesinambungan kegiatan edukasi serupa secara berkala dengan cakupan peserta yang lebih luas, termasuk melibatkan tokoh masyarakat dan keluarga sebagai bagian dari sistem pendukung. Rumah sakit, khususnya RS Gunung Maria, diharapkan dapat mengintegrasikan program edukasi gizi dalam kegiatan pelayanan rutin, baik melalui klinik ibu dan anak, maupun unit promosi kesehatan. Selain itu, keterlibatan lintas sektor seperti Dinas Kesehatan, organisasi masyarakat, dan institusi pendidikan dapat memperkuat upaya pencegahan stunting secara menyeluruh dan berbasis komunitas. Pemanfaatan bahan pangan lokal dalam simulasi MP-ASI juga perlu dikembangkan lebih lanjut agar mampu meningkatkan ketahanan pangan keluarga sekaligus mendukung program nasional percepatan penurunan stunting.

DAFTAR PUSTAKA

- Aritonang, R. G., Sitompul, S., & Hutagalung, R. (2021). Edukasi Gizi dalam Pencegahan Stunting pada Balita. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 145–152. <https://doi.org/10.1234/jik.2021.12.2.145>
- Hastuti, N. W. D., & Handayani, T. (2020). Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang MP-ASI. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(1), 55–62. <https://doi.org/10.22146/jgk.2020.8.1.55>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Mutmainah, L., Fauziah, A., & Sundari, L. (2020). Intervensi Edukasi Kesehatan untuk Pencegahan Stunting. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(3), 88–95. <https://doi.org/10.25077/jpkm.5.3.2020.88>
- Nasution, D. S., & Indriani, R. (2023). Peran Rumah Sakit dalam Edukasi Pencegahan Stunting. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nusantara*, 4(1), 21–30. <https://doi.org/10.31294/jkmn.v4i1.2023.21>
- Pangestika, D., & Suryani, E. (2020). Pencegahan Stunting Melalui 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 15(2), 77–84. <https://doi.org/10.25182/jgp.2020.15.2.77>
- Putri, R. A., Sulastri, D., & Nugraheni, R. P. (2021). Stunting pada Anak: Penyebab dan Strategi Pencegahan. *Media Gizi Indonesia*, 16(1), 31–38. <https://doi.org/10.20473/mgi.v16i1.2021.31>
- Sari, K., Anggraini, M. D., & Lestari, P. (2021). Efektivitas Edukasi Berbasis Lokal dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 9(2), 98–104. <https://doi.org/10.33560/jkia.v9i2.2021.98>
- Widyaningrum, R. N., Kartini, A., & Damayanti, D. (2022). Peran Kader dalam Edukasi Gizi Balita Stunting. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 10(1), 67–74. <https://doi.org/10.21927/jgdi.2022.10.1.67>
- Yusran, H., Rahmawati, & Syamsul, H. (2022). Pemberdayaan Ibu dalam Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Gizi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 3(1), 11–18. <https://doi.org/10.31934/jkki.v3i1.2022.11>