

**JSPA : JURNAL STUNITNG DAN APLIKASINYA**

ISSN-e: : 2828-4798

**Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal Bagi Ibu Hamil dan Anak Balita Stunting Di Desa Waworoni Kabupaten Konawe Selatan  
(Pemeriksaan Kehamilan, LILA dan Hb Ibu Hamil)**

*Education on the Implementation of Balanced Nutrition Based on Local Food for Pregnant Women and Stunted Toddlers in Waworoni Village South Konawe Regency  
(Pregnancy Check, LILA and Hb of Pregnant Women)*

Trees <sup>1</sup>, Abdul Syukur <sup>2\*</sup>, Rundu <sup>3</sup>, Hikmandayani <sup>4</sup>

<sup>1</sup>Jurusan TLM, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia Email : [treeskendari@gmail.com](mailto:treeskendari@gmail.com)

<sup>2</sup>Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia Email:  
[syukurbau@gmail.com](mailto:syukurbau@gmail.com)

<sup>3</sup>Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia Email : [Rundu@gmail.com](mailto:Rundu@gmail.com)

<sup>4</sup>Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia Email :  
[Hikmalavigne91@gmail.com](mailto:Hikmalavigne91@gmail.com)

**Korespondensi** e-mail :  
[treeskendari@gmail.com](mailto:treeskendari@gmail.com)

Poltekkes Kemenkes Kendari,  
Indonesia  
ISSN-e: 2828-4798

Keywords: MP-ASI,  
Knowledge, Maternal Nu-  
trition, Family Income

Funding source: Mandiri  
DOI  
10.36990/jspa.v2i2.1565

**RINGKASAN**

Gizi buruk merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar bagi Indonesia. Stunting adalah kondisi tubuh anak yang gagal tumbuh pada usia balita karena kekurangan gizi kronis, yang menyebabkan anak terlalu pendek atau tidak berkembang baik untuk usianya. Masih banyak ibu hamil dan masyarakat di daerah pedesaan yang belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi seimbang dan cara penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi gizi seimbang yang tepat dan berkelanjutan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan masyarakat dalam menerapkan pola makan yang sehat dan bergizi untuk mencegah dan mengatasi stunting **Metode:** Metode pelaksanaan pada kegiatan penyuluhan kesehatan adalah Ceramah, tatap muka dan diskusi tanya jawab. **Hasil :** Secara umum kegiatan Pengabdian Kepada Ada beberapa tahapan yaitu persiapan dan Pelaksanaan kegiatan Penyuluhan Kesehatan Mandiri "Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Anak Balita Stunting" oleh Tim IPE/IPC Dosen dan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari dengan Masyarakat Pesisir Desa Waworoni Kabupaten Konawe Selatan tahun 2024.

**Kesimpulan**, terjadi perubahan pengetahuan tentang penerapan gizi seimbang pada masyarakat.

### ABSTRACT

*Malnutrition is a chronic nutritional problem that is still a big challenge for Indonesia. Stunting is a condition where a child's body fails to grow at the age of five due to chronic malnutrition, which causes the child to be too short or not develop well for his age. There are still many pregnant women and people in rural areas who do not have sufficient knowledge about balanced nutrition and how to apply it in everyday life. Appropriate and sustainable balanced nutrition education is very important to increase the knowledge and skills of pregnant women and the community in implementing a healthy and nutritious diet to prevent and overcome stunting. Methods: Implementation methods for health education activities are lectures, face-to-face and question and answer discussions. Results: In general, Community Service activities are under the responsibility of the PPM (Research and Community Service) unit of the Kendari Ministry of Health Pol-Techkes. The stages of the Independent Health Education activity "Education on the Implementation of Balanced Nutrition Based on Local Food for Pregnant Women and Stunted Toddlers" by the IPE/IPC Team of Lecturers and Students of the Kendari Ministry of Health Polytechnic and the Coastal Community of Waworoni Village, South Konawe Regency in 2024. Conclusion After the Health Education activities were completed, there was a change in knowledge regarding the implementation of balanced nutrition in the community.*

### PENDAHULUAN

Gizi buruk merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar bagi Indonesia. Stunting adalah kondisi tubuh anak yang gagal tumbuh pada usia balita karena kekurangan gizi kronis, yang menyebabkan anak terlalu pendek atau tidak berkembang baik untuk usianya. Data Survei Kesehatan Nasional (Riskesnas) tahun 2021 menunjukkan prevalensi stunting pada bayi usia 0-59 bulan sebesar 24,3%, tertinggi di Nusa Tenggara Timur (37,4%) dan Papua (28,4%). Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga dapat mengganggu perkembangan kognitif, menurunkan ketahanan tubuh dan meningkatkan risiko penyakit kronis di kemudian hari (Prabawati, 2021).

Jumlah ibu hamil sebesar 4,8 juta per tahun. Banyaknya angka kehamilan disebabkan oleh tingginya jumlah pernikahan pasangan baru, Dimana BKKBN mencatat sebanyak 1,9 juta orang menikah setiap tahunnya, sementara pencegahan

stunting tidak dilakukan sejak pra nikah. Jika jumlah ibu hamil tidak ditangani akan memberikan dampak sekitar 21 persen atau 20 persen melahirkan anak stunting atau diperkirakan sekitar 1,2 juta kurang lebih anak lahir dan stunting. Akibat stunting pada ibu hamil antara lain: (a) peningkatan risiko komplikasi kehamilan seperti preeklamsia, eklamsia, dan kelahiran prematur, (b) kelahiran dengan berat badan lahir rendah (BBLR), dan (c) peningkatan risiko anemia gestasional wanita hamil (Fadilah, 2022).

Menurut Riskesdas (2018), anemia diderita hampir separuh ibu hamil di Indonesia. Prevalensi anemia pada ibu hamil meningkat dari 37,1% menjadi 48,9% antara tahun 2013 dan 2018, dan paling sering terjadi pada wanita berusia antara 15 dan 24 tahun (84,6%). Di negara berkembang, mayoritas wanita hamil usia reproduktif mengalami peningkatan risiko anemia yang disebabkan oleh kekurangan makanan, terutama yang melibatkan zat gizi mikro, hemoglobinopati, infeksi, atau variabel sosio-demografi lainnya. Oleh karena itu, pemeriksaan haemoglobin dan defisiensi vitamin D wajib dilakukan pada ibu hamil untuk mencegah stunting (Maryam, S. 2020).

Sedangkan dampak stunting pada anak balita antara lain: (a) terhambatnya pertumbuhan fisik, seperti tinggi dan berat badan di bawah normal, (b) perkembangan kognitif, seperti gangguan belajar dan memori, (c) perkembangan daya tahan tubuh sehingga lebih mudah terserang penyakit dan (d) meningkatkan risiko penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan penyakit jantung (Widodo, 2021).

Masih banyak ibu hamil dan masyarakat di daerah pedesaan yang belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang gizi seimbang dan cara penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Edukasi gizi seimbang yang tepat dan berkelanjutan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dan masyarakat dalam menerapkan pola makan yang sehat dan bergizi untuk mencegah dan mengatasi stunting. Jadi untuk menjawab permasalahan dan tantangan kesehatan masyarakat, maka diperlukan strategi yang harus dilakukan yaitu :

- a. Memperkuat Kemampuan Edukasi dan Komunikasi dimana saja dan kapan saja tentang pentingnya edukasi baik berupa: Edukasi melalui media cetak dan

- elektronik, sosial media, iklan layanan masyarakat, atau tatap muka dengan mempraktekkan cara pengolahan makanan yang baik serta pemeriksaan Kesehatan rutin
- b. Memperkuat Jejaring Kemitraan dengan menanamkan pemahaman yang sama tentang pentingnya membangun dan menggalang kemitraan , baik antar sesama profesi kesehatan maupun dengan mitra potensial yang memiliki visi dan misi yang sama dalam program penanganan pencegahan dan pengendalian masalah Kesehatan ibu dan anak di lapangan.
  - c. Memperkuat Pemberdayaan Masyarakat dengan mencari pola dan strategi yang sesuai dengan karakteristik dan sosial budaya masyarakat, dalam rangka merancang pergerakan masyarakat, termasuk bagaimana strategi menyampaikan pesan kesehatan agar masyarakat tahu, mau dan mampu mematuhi dengan penuh kesadaran untuk dijadikan kebiasaan dan gaya hidup berperilaku hidup bersih dan sehat sehari - hari.

### METODE

- a. Metode pelaksanaan pada kegiatan penyuluhan kesehatan adalah Ceramah, tatap muka dan diskusi tanya jawab.
- b. Pemeriksaan kesehatan dilakukan Penimbangan Berat Badan dan Pemeriksaan tekanan darah dengan menggunakan tensimeter, pengukuran LILA

### PEMBAHASAN

Secara umum kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat berada dibawah tanggung jawab unit PPM (Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat) Poltekkes Kemenkes Kendari. Adapun tahap-tahap kegiatan Penyuluhan Kesehatan Mandiri “Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Anak Balita Stunting” oleh Tim IPE/IPC Dosen dan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari dengan Masyarakat Pesisir Desa Waworoni Kabupaten Konawe Selatan tahun 2024, sebagai berikut:

- a. Persiapan

1. Persiapan diawali dengan pembentukan Tim Pelaksana Kegiatan Pengabmas Mandiri sebagai tindak lanjut Surat Keputusan Direktur Poltekkes Kemenkes Kendari
2. Tim Pelaksana Kegiatan Pengabmas Mandiri yang terbentuk melakukan koordinasi dengan pemerintah setempat, maka disepakati rencana lokasi pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan Mandiri “Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Anak Balita Stunting” oleh tim IPE/IPC dosen dan mahasiswa di Desa Waworoni Kabupaten Konawe Selatan dilaksanakan di rumah kepala desa Waworoni
3. Persiapan berikutnya beberapa anggota Tim melakukan audiensi ke Ibu Kepala Desa, Sekretaris Desa dan petugas kesehatan setempat di Desa Waworoni.
4. Panitia selanjutnya mempersiapkan berkas administrasi berupa proposal, juknis persuratan, perizinan, form-form Pemeriksaan.
5. Persiapan selanjutnya yaitu pengelolaan dana secara mandiri dan hasil dana yang terkumpul dilakukan persiapan dan pembelian ATK, pembelian KIT pemeriksaan, persiapan konsumsi dan bahan kontak, spanduk dll.
6. Agar masyarakat dapat berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan, maka panitia melakukan sosialisasi kegiatan tersebut bersama-sama dengan aparat setempat ke seluruh desa Waworoni.
7. Langkah akhir persiapan panitia adalah melakukan penataan tempat lokasi lomba dengan dibantu oleh perangkat desa Waworoni dan masyarakat setempat.

#### b. Pelaksanaan Kegiatan

1. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Mandiri “Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Anak Balita Stunting” Oleh Tim IPE/IPC Dosen dan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari Dengan Masyarakat Pesisir Desa Waworoni Kabupaten Konawe Selatan tahun 2024
2. Peserta yang hadir dalam kegiatan Pk Mini adalah unsur pemerintah dalam hal ini Ketua PKK, Masyarakat yakni ibu hamil, ibu menyusui, ibu balita, anak balita, dosen, mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari

3. Proses kegiatan penyuluhan dilakukan Bersama oleh dosen secara bergantian sesuai dengan keilmuan masing-masing. Jadi penyampaian edukasi dan praktek disampaikan dari sudut pandang gizi, kebidanan dan keperawatan.
4. Penyuluhan berlangsung selama 40 menit dan diakhiri dengan sesi tanya jawab pada 20 menit terakhir.
5. Setelah penyuluhan, masyarakat diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan. Adapun jenis pertanyaan yang diajukan bervariasi mulai dari masalah kesehatan yang umum dialami masyarakat, makanan yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi ibu hamil, bagaimana mengolah makanan yang baik, bagaimana memberikan makanan pada anak yang malas makan dan bagaimana penerapan pola hidup sehat dilingkungan hidup sehari-hari.
6. Penutup kegiatan penyuluhan adalah penyampaian alasan dilakukan pemeriksaan Kesehatan yang dilakukan oleh mahasiswa dan pelaksanaan pemeriksaan Kesehatan bagi ibu hamil dan anak balita
7. Alat pendukung kegiatan penyuluhan berupa LCD dan leaflet serta alat pemeriksaan Kesehatan seperti tensi dan LILA

c. Evaluasi

1. Kegiatan dilaksanakan sesuai jadwal yang direncanakan
2. Penyampaian informasi acara penyuluhan kepada seluruh masyarakat dilakukan mendadak.
3. Peserta cukup antusias dalam merespon seluruh kegiatan
4. Untuk pengembangan kedepan penyuluhan sebaiknya pemeriksaan kesehatan berbasis laboratorium dibarengi dengan pelatihan pengolahan pangan dan pemeriksaan Kesehatan Masyarakat umum

d. Pelaporan

Setelah kegiatan Penyuluhan Kesehatan Mandiri “Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Anak Balita Stunting” Oleh Tim IPE/IPC Dosen dan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari Dengan Masyarakat Pesisir Desa Waworoni Kabupaten Konawe Selatan selesai dilaksanakan, maka Tim Pelaksana kegiatan berkewajiban membuat laporan pertanggungjawaban kegiatan tersebut. Laporan kegiatan digandakan sebanyak 5

(lima) rangkap yang diserahkan kepada Ka Unit PPM dan arsip masingmasing Tim.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan dilaksanakan sesuai jadwal yang direncanakan

1. Penyampaian informasi acara penyuluhan kepada seluruh masyarakat dilakukan mendadak. - Peserta cukup antusias dalam merespon seluruh kegiatan
2. Untuk pengembangan kedepan penyuluhan sebaiknya pemeriksaan kesehatan berbasis laboratorium dibarengi dengan pelatihan pengolahan pangan dan pemeriksaan Kesehatan Masyarakat umum.

Setelah kegiatan Penyuluhan Kesehatan Mandiri “Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Berbasis Pangan Lokal bagi Ibu Hamil dan Anak Balita Stunting” Oleh Tim IPE/IPC Dosen dan Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kendari Dengan Masyarakat Pesisir Desa Waworoni Kabupaten Konawe Selatan tahun 2024 selesai dilaksanakan, maka Tim Pelaksana kegiatan berkewajiban membuat laporan pertanggungjawaban kegiatan tersebut. Laporan kegiatan digandakan sebanyak 5 (lima) rangkap yang diserahkan kepada Ka Unit PPM dan arsip masingmasing Tim.

### **KEKURANGAN KAJIAN**

1. Mengingat bahwa pentingnya pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) pada waktu yang tepat guna memenuhi kebutuhan gizi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, maka disarankan kepada pihak puskesmas dan petugas kesehatan untuk memberikan penyuluhan tentang pemberian MP-ASI yang baik dan benar agar menambah pengetahuan ibu bayi terhadap MP ASI..
2. Disarankan untuk ibu agar dapat lebih memperhatikan pemberian MP-ASI pada bayi, dan mencari informasi mengenai pola pemberian MP-ASI melalui petugas kesehatan di posyandu, puskesmas, maupun media social sehingga pengetahuan ibu mengenai MP-ASI meningkat

## PERNYATAAN

### Ucapan Terima Kasih

Tim Peneliti mengucapkan terima kasih kepada aparat Desa terkait, terkhusus kader dan petugas kesehatan desa yang telah memfasilitasi tempat dan perizinan untuk dilaksanakannya kegiatan ini. Tak lupa pula kami ucapkan terima kasih kepada pihak Rahia Kecamatan dan Kabupaten Konawe Selatan yang telah membantu pelaksanaan kegiatan ini.

### Kontribusi Setiap Penulis

Tim Pengabmas yang terdiri dari 4 orang berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan dan penyusunan kajian, pihak lain yang berkontribusi dalam perizinan dan mengumpulkan masyarakat yang menjadi responden adalah kepala Desa.

### Pernyataan Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan.

### Pendanaan

Pendanaan pada penelitian ini merupakan dana mandiri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Prabawati, E., & Andriani, R. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan dengan Kejadian Stunting Pada Balita 0-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Batauga Kabupaten Buton Selatan Tahun 2020. *Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 12-18.
- Dwijayanti, L. A., Tangkas, N. M. K. S., & Arlinayanti, K. D. (2020). Hubungan Berat Badan Lahir Rendah Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawan I, Kabupaten Buleleng Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan MIDWINERSLION*, 5(2), 380-389.
- Laily, L. A., & Indarjo, S. (2023). Literature Review: Dampak Stunting terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(3), 354-364.
- Yuningsih, Y. (2022). Hubungan status gizi dengan stunting pada balita. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(2), 102-109.
- Widodo, Y., Irawan, I. R., Izwardy, D., Setiawaty, V., Setyawati, B., Sari, Y. D., ... & Febriani, F. (2021). Sosiodemografi stunting pada balita di Indonesia. *Penelitian Gizi Dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 44(2), 71-78.

- Hermawan, A., Anasi, R., Winarto, A. T., & Sudikno, S. (2023). FAKTOR YANG MEMENGARUHI STUNTING DI INDONESIA PADA 2021, PENDEKATAN ANALISIS GEOGRAPHICALLY WEIGHTED REGRESSION (GWR).
- MARYAM, S. (2020). Analisis Riwayat Tablet Tambah Darah pada Ibu Hamil dengan Anemia di Indonesia (Data Riskesdas 2018). *Kebidanan*, 10(2), 1-8.
- Wati, H., Muthia, R., Prihandini, Y. A., Santoso, U., Soedarwo, V. S. D., & Nursandi, F. (2024). Pemberdayaan Ibu Kader PKK dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sari Gadung Kabupaten Tanah Bumbu Kalimantan Selatan: Family Welfare Building in the Prevention of Stunting in Sari Gadung Village, Bumbu Kalimantan South Land District. *Pengabdianmu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(1), 155-161.
- Sahidan, S., Halimah, H., Sulistyasmi, W., & Febriyanto, T. (2023). PEMANTAUAN STUNTING DI DESA SRI KUNCORO KECAMATAN PONDOK KELAPA BENGKULU TENGAH TAHUN 2023. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(12), 2517-2524.
- Fadlilah, A., Susanto, E., Wahyuni, W., Muthoharoh, H., & Susila, I. (2022). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Desa Dradah. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 218-223.