

PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (BUAH DAN SUSU) KEPADA IBU HAMIL SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Ummi Irmadani Harahap¹, Desi Meliana Gultom², Evi Erianty Hasibuan³

^{1,2,3}Institut Teknologi dan Kesehatan Sumatera Utara

(desimelianagultom@gmail.com 081263891626, ummiirmadani@gmail.com)

ABSTRAK

Stunting atau pendek adalah suatu kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dibandingkan tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia). Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama. Hal ini diakibatkan oleh pemberian makanan yang tidak sesuai dari kebutuhan gizi. Masalah balita pendek menggambarkan adanya masalah gizi kronis yang dipengaruhi dari kondisi ibu/calon ibu, masa janin, dan masa bayi/balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita. Penanggulangan/pencegahan stunting berkaitan erat dengan keberhasilan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). 1000 HPK dimulai saat bayi dalam kandungan ibu hingga berusia 2 tahun. Pencegahan stunting pada ibu hamil dapat dilakukan dengan berbagai cara yakni mencukupi kebutuhan asupan ibu hamil serta kebutuhan asupan tambahan ibu hamil sesuai dengan trimester kehamilan.

Kata kunci : Makanan, tambahan, hamil, stunting

ABSTRACT

Stunting or short is a condition where a person's height is shorter than the height of other people in general (who are the same age). Stunting is a chronic malnutrition problem caused by insufficient nutritional intake for a long time. This is caused by inappropriate feeding of nutritional needs. The problem of short toddlers describes the existence of chronic nutritional problems that are influenced by the condition of the mother/future mother, fetal period, and infancy/toddlerhood, including diseases suffered during toddlerhood. Stunting prevention is closely related to the success of the First 1000 Days of Life (1000 HPK). 1000 HPK begins when the baby is in the mother's womb until it is 2 years old. Prevention of stunting in pregnant women can be done in various ways, namely meeting the intake needs of pregnant women and the needs of additional intake of pregnant women in accordance with the trimester of pregnancy.

Keywords : Food, supplementary, pregnant, stunting

1. PENDAHULUAN

Stunting atau pendek adalah suatu kondisi dimana tinggi badan seseorang lebih pendek dibandingkan tinggi badan orang lain pada umumnya (yang seusia). Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama. Hal ini diakibatkan oleh pemberian makanan yang tidak sesuai dari kebutuhan gizi. Masalah balita pendek menggambarkan adanya masalah gizi kronis

yang dipengaruhi dari kondisi ibu/calon ibu, masa janin, dan masa bayi/balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa balita.

Laporan UNICEF (2012) menyatakan bahwa 1 dari 3 balita di Indonesia mengalami keterlambatan pertumbuhan (stunting) akibat kekurangan gizi (protein). Riskesdas 2018 menunjukkan penurunan angka stunting dibandingkan 2013.

Cakupan balita gizi kurang yang telah mendapatkan PMT di Provinsi Sumatera

Utara tahun 2020 adalah 95,64%. Cakupan ini belum mencapai target Renstra Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2020 yang ditetapkan sebesar 96%.

Penanggulangan/pengecahan stunting berkaitan erat dengan keberhasilan 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). 1000 HPK dimulai saat bayi dalam kandungan ibu hingga berusia 2 tahun. Selama masa 1000 HPK terjadi proses pertumbuhan otak yang berpengaruh pada tinggi badan serta berat badan potensial yang dipengaruhi oleh asupan zat gizi makro dan mikro secara seimbang, sejak bayi dalam kandungan, masa menyusui hingga masa MP-ASI.

Berdasarkan Lokasi Fokus Pencegahan dan Penanganan Stunting Daerah Kabupaten Tapanuli Selatan Tahun 2022-2024 berdasarkan Keputusan Bupati Tapanuli Selatan Nomor:188.45/540/KPTS/2021 terdapat 10 Desa. Maka penting dilakukan pemberian makanan tambahan (buah dan susu) kepada Ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Pargarutan Julu.

2. METODE PELAKSANAAN

Adapun langkah-langkah dalam melakukan pengabdian kepada masyarakat ini adalah :

1) Persiapan

Dalam tahap persiapan tim melakukan langkah-langkah awal yaitu menyelesaikan surat menyurat dari Institut Teknologi dan Kesehatan Sumatera Utara yang akan digunakan sebagai dokumen permohonan izin dan administrasi. Penentuan lokasi dilihat dari lokus stunting yang telah ditentukan oleh Bupati Tapanuli Selatan.

2) Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan tim melakukan kolaborasi dengan bidan desa dan kepala desa untuk mengumpulkan data ibu hamil dan kemudian memberikan makanan tambahan (buah dan susu) bagi ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting.

3) Pembuatan Laporan

Proses terakhir yang dilakukan adalah pembuatan laporan sebagai dokumen bahwa kegiatan telah selesai dilaksanakan. Laporan merupakan pertanggungjawaban segala kegiatan yang telah dilakukan.

Cara yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah pemberian makanan tambahan (buah dan susu) bagi ibu hamil dengan metode door to door. Dan serta memberikan brosur tentang stunting untuk menambah pengetahuan ibu tentang stunting dan untuk mencegah terjadinya stunting pada ibu hamil dan calon bayi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam tahap persiapan tim melakukan langkah-langkah awal yaitu menyelesaikan surat menyurat dari Institut Teknologi dan Kesehatan Sumatera Utara yang akan digunakan sebagai dokumen permohonan izin dan administrasi. Penentuan lokasi dilihat dari lokus stunting yang telah ditentukan oleh Bupati Tapanuli Selatan. Kegiatan pertama yang dilakukan adalah penentuan lokasi kegiatan yaitu di Desa Pargarutan Julu. Setelah penentuan lokasi dilakukan peninjauan kegiatan yang ditujukan kepada Kepala Desa dan Bidan Desa Pargarutan Julu. Berdasarkan surat dari kampus Institut Teknologi dan Kesehatan Sumatera Utara, Kepala desa memberikan izin untuk pelaksanaan kegiatan yang dimaksud yaitu pemberian makanan tambahan (buah dan susu) kepada ibu hamil.

Kemudian tim melakukan kolaborasi dengan bidan desa dan kepala desa untuk mengumpulkan data ibu hamil dan kemudian memberikan makanan tambahan (buah dan susu) bagi ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan dilakukan pada hari sabtu tanggal 10 Desember 2022 dari pukul 10.00 WIB s.d 13.00 WIB Kegiatan dilakukan dengan pembagian makanan tambahan (buah dan susu) pada ibu hamil dengan metode door to door. Secara umum kegiatan berjalan dengan efektif dan lancar sekaligus dilakukan dengan pembagian leaflet pencegahan stunting kepada ibu hamil

kegiatan tersebut di dampigi oleh bidan desa pargarutan julu.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang pemberian makanan tambahan (buah dan susu) bagi ibu hamil sebagai upaya pencegahan stunting dapat disimpulkan :

- 1) Kegiatan berjalan dengan lancar, kepala desa dan bidan desa menyangkut baik dan mendukung kegiatan pemberian makanan tambahan (buah dan susu) pada ibu hamil dan ikut serta turun kelapangan dalam pelaksanaan.
- 2) Sasaran dengan antusias menerima penjelasan tentang stunting dan pencegahan stunting Karena mereka menginginkan bayi lahir sehat dan dapat tumbuh kembang dengan baik.
- 3) Diperlukan upaya yang lebih komprehensif dan berkelanjutan dalam upaya untuk menumbuhkan semangat dan pengetahuan tentang pencegahan stunting dengan melibatkan beberapa pihak terkait.

5. REFERENSI

- Astuti, W. F., Mahendra, A. W., Satriadi, R. F., & Arsin, Y. (2022). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Penyuluhan Dan. *Jurnal Warta Desa*, 4(2), 96–103. <https://doi.org/10.29303/jwd.v4i2.186>
- Dewi, R. F., Ningtyas, V. K., Zulfa, A. N., Farandina, F., & Nuraini, V. (2021). Sosialisasi Pencegahan Stunting Melalui Penyuluhan Dan Pemberian Makanan Tambahan Kepada Ibu Hamil. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 504. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v5i1.6487>
- Fabiana Meijon Fadul. (2019). *No Title*.
- Hidajat, F. A. (2019). Upaya Pencegahan Stunting Melalui Pemberian Makanan Tambahan dan Penerapan Pola Hidup Bersih Sehat di PAUD Tunasmulya Desa Pabean Kecamatan Dringu Kabupaten Probolinggo. *Jurnal Abdi Panca Mara*, 1(1), 25–29. <https://doi.org/10.51747/abdipancamarga.v1i1.480>
- Husen, A. H., Angelia, S. F., Putri, J. A., & .(2022). Efektivitas Sosialisasi dan Pemberian PMT Sebagai Upaya Perbaikan Gizi Guna Menurunkan Angka Risiko Stunting Pada Anak di Desa Kembangri. *Karya Unggul: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 30–35. <https://ojs.atds.ac.id/index.php/karyaunggul/article/view/54%0Ahttps://ojs.atds.ac.id/index.php/karyaunggul/article/download/54/43>
- Lestari. (2016). *Asuhan Keperawatan Anak*. Nuha Medika.
- Margawati, A., Fithra Dieny, F., Widyastuti, N., Nuryanto, Ms., & Nur Azkiyati Faizah, Mg. (2019). *Pendidikan Gizi Ibu Hamil, Ibu Menyusui dan Ibu Balita dalam Pencegahan Stunting*.
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldanita, Anjasari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia, Volume 3*, (Juni), 47–60.
- Ngura, E. T. (2022). Upaya Pencegahan Stunting melalui Pemanfaatan Pangan Lokal Ubi untuk Meningkatkan Asupan Gizi Ibu Hamil. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(1), 292. <https://doi.org/10.35473/ijec.v4i1.1318>
- Nurbaya, S., Hamdiyah, H., Laela, N., & Rosmawaty, R. (2022). *Pemanfaatan Bahan Lokal dalam Pembuatan Mp-Asi Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Cenrana Kabupaten Sidrap*. 1(4), 436–441. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i4.900>
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2018). *Study Guide -*

Stunting dan Upaya Pencegahannya.
In *Buku stunting dan upaya pencegahannya*.

Rohmah, L. (2020). Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) pada ibu hamil Kekurangan Energi Kronis (KEK) di wilayah Puskesmas Karanganyar, Kota Semarang. *Journal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 1–97.

Suparyanto dan Rosad (2015). (2020). *Suparyanto Dan Rosad (2015, 5(3), 248–253*.

Usman, E. M., Wirdah, F. N., Salsabila, S., & Rafsajani, R. Z. Z. (2021). Strategi Penanggulangan Stunting Pada Balita Dan Pemberian Makanan Tambahan Bergizi di Desa Kertaharja. *Proceedings UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1(7), 132–143. <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings/article/view/229>



6. DOKUMENTASI KEGIATAN

