
**PENINGKATAN PERSEPSI POSITIF IBU HAMIL TENTANG PENCEGAHAN
STUNTING MELALUI EDUKASI KESEHATAN DENGAN MENGGUNAKAN
BUKU SAKU DI DESA CIKUNIR SINGAPARNA KABUPATEN TASIKMALAYA
TAHUN 2021**

OLEH;

Chanty Yunie Hartiningrum, S.SiT., M.Kes

STIKes Respati

(chanty.yunie@gmail.com)

A. DASAR PEMIKIRAN

Upaya untuk meningkatkan kualitas manusia harus dimulai sejak dini dari pertumbuhan janin yang tergantung pada status kesehatan ibu, Status gizi ibu sebelum dan selama hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan janin yang sedang dikandung. Bila status gizi ibu normal pada masa sebelum dan selama hamil kemungkinan besar akan melahirkan bayi yang sehat, cukup bulan 3 dengan berat badan normal. Dengan kata lain kualitas bayi yang dilahirkan sangat tergantung pada keadaan gizi ibu sebelum dan selama hamil Ibu hamil juga memerlukan makanan lebih banyak dari biasanya.

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang didalam rahimnya terdapat embrio atau fetus. Kehamilan dimulai pada saat masa konsepsi hingga lahirnya janin, dan lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi hingga partus yang diperkirakan sekitar 40 minggu dan tidak melebihi 43 minggu (Kuswanti, 2014). Jumlah ibu hamil di Indonesia pada tahun 2017 tercatat sekitar 5.324.562 jiwa. Sedangkan di Jawa Tengah, jumlah ibu hamil mencapai 590.984 jiwa (Kemenkes RI, 2018).

Kebutuhan zat gizi selama hamil lebih besar dibandingkan dengan pada sebelum hamil, terutama untuk zat gizi tertentu. Pada setiap tahap kehamilan, seorang ibu hamil membutuhkan gizi yang seimbang,

yaitu makanan dengan kandungan zat-zat gizi yang berbeda dan disesuaikan dengan kondisi tubuh dan perkembangan janin (Karyadi, 2001).

Status gizi ibu hamil merupakan salah satu indikator dalam mengukur status gizi masyarakat. Jika asupan gizi untuk ibu hamil dari makanan tidak seimbang dengan kebutuhan tubuh maka akan terjadi defisiensi zat gizi. Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi. Karena itu, kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama kehamilan. Peningkatan energi dan zat gizi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, penambahan besarnya organ kandungan, serta perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Sehingga kekurangan zat gizi tertentu yang diperlukan saat hamil dapat menyebabkan janin tumbuh tidak sempurna (Rahmaniardkk, 2011).

Faktor resiko terjadinya Stunting antara lain, status gizi ibu hamil terhadap pertumbuhan dan perkembangan janinnya, dimana permasalahan gizi harus diperhatikan sejak masih dalam kandungan. Jika terjadi kekurangan status gizi awal kehidupan maka akan berdampak terhadap kehidupan selanjutnya seperti Pertumbuhan Janin Terhambat (PJT), Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), kecil, pendek, kurus, daya tahan tubuh rendah dan risiko

meninggal dunia (Zaif dkk, 2017). Di Indonesia, salah satu parameter untuk menentukan status gizi ibu hamil adalah Indikator antropometri Lingkar Lengan Atas (LiLA) pada ibu, dimana asupan energi dan protein yang tidak mencukupi pada ibu hamil dapat menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK). Wanita hamil berisiko mengalami KEK jika memiliki Lingkar Lengan Atas (LILA).

Di Era Digital 4.0 ini seharusnya masyarakat ber pola pikir ke arah yang lebih modern Dimana saat ini telah berkembang berbagai teknologi canggih yang dapat membantu masyarakat mengakses berbagai informasi yang akurat namun kenyataannya tak sedikit masyarakat percaya akan mitos khususnya masyarakat yang sedang berada dimasa kehamilan mereka masih cenderung percaya kepada mitos-mitos yang mengharuskan adanya pantangan makanan selama masa kehamilan yang selama ini berkembang pada masyarakat yang lahir sejak dulu hal tersebut dikarenakan pengaruh budaya. Kebenarannya tidak dapat dipertanggung jawabkan namun. senantiasa beredar turun temurun. Memang tidak bisa dipungkiri mitos tentang berbagai hal selama masa kehamilan itu sudah menjadi warisan, tapi mitos yang ada itu tidak dapat dipastikan kebenarannya yang di kaji dalam segi medis. Upaya untuk meningkatkan kualitas manusia harus dimulai sejak dini dari pertumbuhan janin yang tergantung pada status kesehatan ibu, Status gizi ibu sebelum dan selama hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan janin yang sedang dikandung. Bila gtatus gizi ibu normal pada masa sebelum dan selama hamil kemungkinan besar akan melahirkan bayi yang sehat, cukup bulan 3 dengan berat badan normal. Dengan kata lain kualitas bayi yang dilahirkan sangat tergantung pada keadaan gizi ibu sebelum dan selama hamil Ibu hamil juga memerlukan makanan lebih banyak dari biasanya. Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang

didalam rahimnya terdapat embrio atau fetus.

Kebudayaan memiliki unsur yang sama dalam setiap kebudayaan di dunia. Baik kebudayaan kecil bersahaja danterisolasi maupun yang besar, kompleks dan dengan jaringan hubungan yang luas. Kebudayaan sangat mudah berganti dan dipengaruhi oleh kebudayaan lain, sehingga akan menimbulkan berbagai masalah yang besar. Dalam suatu kebudayaan terdapat sifat sosialis masyarakat yang didalamnya terdapat suatu ikatan sosial tertentu yang akan menciptakan kehidupan bersama (Sulismadi & Sofwani, 2011). Budaya pada masa kehamilan dan persalinan di sebagian daerah telah terjadi pergeseran namun di sebagian lain masih dipertahankan. Hal ini seperti yang dijelaskan oleh O'Neil (2006) bahwa semua budaya yang diwariskan cenderung untuk berubah tetapi ada kalanya juga dipertahankan. Ada proses dinamis yang mendukung diterimanya hal-hal dan ide-ide baru dan ada juga yang mendukung untuk mempertahankan kestabilan budaya yang ada. Hiller (2003) menyatakan bahwa ketika perubahan terjadi, maka terjadi destruksi nilainilai tradisional, kepercayaan, peran dan tanggungjawab, pendidikan, keluarga dan lain-lain yang hampir simultan dengan proses konstruksi cara baru sebagai pengaruh dari perubahan sosial. Nilai dan ritual yang baru ini menggantikan nilai dan ritual yang lama.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara singkat yang dilakukan di Di Wilayah Desa Cikunir Kabupaten Tasikmalaya terdapat ibu hamil yang memiliki kepercayaan tentang acara makanan dan kebiasaan makan yang sudah turun temurun dilakukan seperti contoh larangan untuk makan dipiring besar, makanan pedas, nanas, duren, tape dan yang lainnya dengan alasan akan membahayakan kesehatan bayi. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk meneliti "Peningkatan Persepsi Positif Ibu Hamil

Tentang Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Kesehatan Dengan Menggunakan Buku Saku Di Desa Cikunir Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2021”.

B. TUJUAN

Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan Persepsi Positif Ibu Hamil Tentang Pencegahan Stunting Melalui Edukasi Kesehatan Dengan Menggunakan Buku Saku Di Desa Cikunir Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2021.

C. BENTUK KEGIATAN

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut dilaksanakan beberapa kegiatan, diantaranya :

1. Memberikan penyuluhan/diskusi kepada ibu hamil trimester I sebanyak 10 ibu hamil tentang pentingnya Kunjungan pemeriksaan Kehamilan ke tenaga Kesehatan
2. Memberikan Edukasi Kesehatan kepada ibu hamil trimester I sebanyak 10 ibu hamil dengan menggunakan buku saku.
3. Kegiatan ini dilakukan secara langsung dengan Bidan Desa Cikunir dan Ibu Hamil Trimester I sebanyak 10 Ibu Hamil yang bertempat di Posyandu Margamulya.

D. SASARAN

Ibu Hamil Trimester 1 di Wilayah Puskesmas Desa Cikunir Kecamatan Singaparna berjumlah 10 ibu hamil.

E. TEMPAT DAN WAKTU

1. Tempat : Kegiatan dilaksanakan secara online dengan menggunakan ZOOM di rumah ibu hamil masing-masing
2. Waktu : Jumat 25 Juli 2021

F. PELAKSANA

Kegiatan dilaksanakan secara on line dengan menggunakan ZOOM meeting di rumah ibu hamil masing-masing, kegiatan

ini memberikan kuisener pre test terlebih dahulu kepada ibu hamil sebelum pemaparan materi di berikan, setelah di lakukan pre test meberikan materi dengan memberikan buku saku kepada ibu hamil dan di paparkan langsung kepada responden dan di jelaskan oleh pemateri dan di lakukan sesi tanya jawab dan setelah pemaparan materi dilakukan post test agar melihat sejauh mana ibu hamil dapat mengetahui tentang materi ini kea rah yang lebih baik.

G. HASIL KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan abdimas pada ibu hamil sebelum dan setelah penyuluhan terdapat pebedaan Pre test dan Post Test yang di lakukan peneliti dengan hasil evaluasi : ibu hamil dapat mengetahui persepsi positif pada saat kehamilan untuk pencegahan stunting dengan mengetahui tentang ibu hamil agar tetap berolahraga, Meninum air es, Ibu hamil harus makan dengan porsi besar, ibu hamil harus makan makanan yang mengandung karbohidrat, Ibu hamil dilarang makan daging, ibu hamil minum air kelapa memutihkan janin dan Gatal pada perut saat hamil dikarenakan tumbuh rambut janin.

H. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa :

- a. Mayoritas responden memiliki persepsi bahwa ibu hamil harus makan 2 porsi untuk kebutuhan bayi yaitu 58 orang (66,7%)
- b. Ibu hamil mengkonsumsi daging merah bisa menghasilkan bayi laki-laki yaitu 27 orang (31,0%)
- c. Mengonsumsi ikan dapat meningkatkan kecerdasan janin yang di kandung yaitu 77 orang (88,5%)
- d. Mengonsumsi daging merah harus dimasak sampai matang karna bisa beresiko mengandung

- bakteri atau virus yaitu 82 orang (94,3%)
- e. Mengonsumsi ikan laut bisa membantu pertumbuhan janin selama kehamilan yaitu 69 orang (79,3%)
 - f. Mineral yang dibutuhkan tubuh saat hamil bisa diperoleh dari buah-buahan seperti air kelapa muda yaitu 79 orang (90,8%)
 - g. Ibu hamil yang mengonsumsi sayuran bisa menghasilkan bayi perempuan yaitu 31 orang (35,6%)
 - h. Ibu hamil dilarang makan ikan laut karena mengandung merkuri dan berbahaya bagi bayi yaitu 31 orang (35,6%)
 - i. Ibu hamil mengonsumsi cumi atau ikan laut bisa menimbulkan perubahan warna kulit pada bayi yaitu 16 orang (18,4%)
 - j. Ibu hamil mengonsumsi nanas dan duren bisa beresiko keguguran yaitu 59 orang (67,8%)
 - k. Meminum air kelapa pada saat hamil dapat memutihkan kulit bayi yaitu 49 orang (55,2%)
 - l. Kebutuhan ibu hamil trimester ke 3 harus banyak mengonsumsi karbohidrat yaitu 59 orang (67,8%)
 - m. Mengonsumsi air es pada masa kehamilan bisa menimbulkan baby giant (bayi besar) yaitu 51 orang (58,6%)
 - n. Ibu hamil meminum tablet tambah darah dapat diminum dengan menggunakan air teh agar tidak mual yaitu 29 orang (33,3%).

2. Saran

- a. Petugas Kesehatan
Meningkatkan penyebaran informasi melalui kelas ibu hamil dan posyandu di wilayah setempat agar ibu hamil mengetahui mana informasi yang baik.
- b. Ibu Hamil
Ibu hamil agar meningkatkan pencairan informasi Kesehatan

melalui kelas ibu hamil, posyandu, Puskesmas, PMB dan media cetak ataupun media elektronik.

I. DAFTAR PUSTAKA

Anderson, B.F. 1980. *The Complete Thinker: A Handbook of Techniques For Creative and Critical Problem Solving*. New Jersey: Englewood Cliffs.

Anderson, B.F. 1980. *The Complete Thinker: A Handbook of Techniques For Creative and Critical Problem Solving*. New Jersey: Englewood Cliffs.

Arikunto, S., 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Edisi Revisi 6. Jakarta : Rineka Cipta.

Ai Yeyeh, R. 2009. *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Jakarta: Trans Info Media.

Ambarwati, S. 2008. *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Salemba Medika.

Ambarwati, W. N. 2006. *Pendidikan Kesehatan Mengatasi Keluhan*

Hamil pada Ibu-Ibu Hamil di Asrama Group II Kopasus Kartasura. Penelitian Reguler Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tidak dipublikasikan

Arief, Nurhaeni. 2008. *Panduan Lengkap Kehamilan Dan Kelahiran Sehat*. Jogjakarta : AR Group.

J. DOKUMENTASI

