

Penyuluhan Gizi Tentang Anemia Dan Stunting Di Desa Gedong Pakuan Kecamatan Baradatu Kabupaten Way Kanan

Mindo Lupiana¹, Sutrio²

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang, Bandar Lampung

Email: mindo@poltekkes-tjk.ac.id^{1*}

Abstrak

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2018 prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 48,9%. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa terdapat 52% ibu hamil mengalami anemia di negara berkembang. Anemia pada kehamilan dapat menyebabkan dampak yang serius yang bisa terjadi pada saat hamil, bersalin dan postpartum. Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam mencegah dan menanggulangi anemia dan stunting. Penyuluhan ini dilakukan berisikan pengetahuan mengenai masalah anemia dan stunting, dampak, faktor penyebab, menu gizi seimbang pencegahan anemia dan tablet tambah darah. Metode yang digunakan adalah penyuluhan tentang anemia. Hasil yang didapatkan semua peserta meningkat pengetahuan dan kesadaran mengenai stunting dan anemia pada ibu hamil, terbentuk komitmen ibu hamil dalam pencegahan anemia dan stunting dan dukungan pihak pemerintah desa dalam upaya pencegahan stunting. Diharapkan kegiatan serupa yaitu penyuluhan gizi rutin dilaksanakan oleh kader posyandu dan tenaga kesehatan.

Keywords: *Anemia, Kader, Kesehatan, Ibu hamil*

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat karena berhubungan dengan meningkatnya risiko morbiditas dan mortalitas pada saat ibu melahirkan (Demmouche, A., Khelil, S. & Moulesehou, 2011). World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa terdapat 52% ibu hamil mengalami anemia di negara berkembang. Anemia pada kehamilan dapat menyebabkan dampak yang serius yang bisa terjadi pada saat hamil, bersalin dan postpartum.

Saat hamil, kebutuhan zat besi pada ibu hamil semakin meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan. Peningkatan volume darah dimulai sejak trimester I sebanyak 15% dibandingkan dengan keadaan sebelum hamil. Kemudian akan terjadi peningkatan yang sangat pesat pada trimester II. Pada setiap 1000 mg zat besi yang dibutuhkan saat kehamilan, sekitar 300 mg zat besi akan dikirim secara aktif ke janin dan plasenta (Cunningham, 2012). Secara umum terdapat tiga penyebab anemia defisiensi besi pada ibu hamil yaitu kecenderungan rendahnya cadangan zat besi (Fe) pada wanita saat menstruasi dan persalinan sebelumnya, kekurangan asupan zat besi dari makanan yang dikonsumsi dan pola makan pada ibu hamil terganggu yang dikarenakan mual yang dirasakan selama kehamilan (Ophie, 2019).

Stunting merupakan kondisi dimana balita dengan status gizi yang jika diukur panjang atau tinggi badan menurut umur balita tersebut nilai z-scorenya $< -2SD$ berdasarkan standar baku World Health Organization-Multicentre Growth Reference Study (WHO-MGRS) tahun 2005. Stunting menggambarkan masalah gizi yang serius dan dipengaruhi dari kondisi ibu/calon ibu, masa janin dan masa balita termasuk juga dengan penyakit yang diderita selama masa balita (Kemenkes, 2016)

Salah satu faktor penyebab stunting yang memberikan dampak besar pada tumbuh kembang anak yaitu *Insuline-like Growth Factors* (IGF) yang merupakan growth promoting factor dalam proses tumbuh kembang anak dan juga sebagai mediator untuk *Growth Hormone* (GH) yang berfungsi untuk meningkatkan pertumbuhan linear anak (Wija, 2018).

Defisiensi besi dapat mempengaruhi pertumbuhan linier dikarenakan zat besi merupakan *nutrient tipe 2* yang dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang anak sebagai bahan pokok dalam pembentukan jaringan. Zat besi juga dapat meningkatkan *Insuline-like Growth factor* (IGF) yang akan mempercepat pertumbuhan tulang. Itulah mengapa jika ibu hamil mengalami anemia defisiensi besi yang mengakibatkan konsentrasi IGF dalam berkurang dapat mengakibatkan transport nutrient yang didapatkan janin dari ibu tidak maksimal maka pertumbuhan dan perkembangan janin pun menjadi tidak maksimal. Dalam hal ini IGF berfungsi untuk mengantarkan hormon pertumbuhan yang berperan dalam suatu *growth promoting factor* (Dewi, 2017).

Penyuluhan gizi kepada ibu hamil menjadi salah satu rekomendasi Unicef Indonesia untuk mengentaskan masalah anemia dan stunting di Indonesia. Penyuluhan gizi merupakan bagian kegiatan pendidikan kesehatan, didefinisikan sebagai upaya terencana untuk mengubah perilaku individu, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam bidang kesehatan khususnya dalam bidang gizi.

Berdasarkan surat permintaan partisipasi oleh Kepala Puskesmas Baradatu dalam rangka pencegahan anemia dan stunting di desa Gedong Pakuan tim pengabdian kepada masyarakat melakukan penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil dan *stunting*.

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan berupa penyuluhan anemia dan stunting meliputi pengetahuan mengenai masalah anemia dan stunting, dampak, faktor penyebab, menu gizi seimbang pencegahan anemia dan tablet tambah darah. Diskusi dan tanya jawab yang dirancang sedemikian rupa dan menyenangkan mungkin sehingga ibu hamil memahami yang

disampaikan oleh narasumber. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada hari Selasa tanggal 08 Maret 2022 bertempat di Balai Desa Gedong Pakuan. Narasumber kegiatan ini adalah Ibu Mindo Lupiana, SKM., MKM berdasarkan surat Kepala Puskesmas Baradatu No. 445/336/PKM-BD/II/2022 tertanggal 21 Februari 2022 perihal Permintaan Nara Sumber Safari Sosialisasi *Stunting* dalam upaya pencegahan stunting dan Surat Tugas Direktur No. DP.02/01/I.2/1281/2022 tertanggal 01 Maret 2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan ini berupa penyuluhan anemia dan *stunting* didukung oleh Bidan desa dan Kepala Desa Gedong Pakuan serta mahasiswa gizi Poltekkes Tanjung Karang. Safari Sosialisasi *stunting* ini bertujuan untuk menyadarkan masyarakat akan pentingnya kesehatan dengan melakukan pencegahan anemia pada ibu hamil dan *stunting* khususnya di wilayah desa Gedong Pakuan. Penyuluhan *stunting* diawali dengan pembukaan, penyampaian materi dari narasumber tentang anemia dan stunting dan sesi tanya jawab, kemudian diakhiri dengan penutup. Terkait dengan materi disampaikan Saudara Mindo Lupiana, SKM, MKM tentang Anemia dan *Stunting* (Definisi, ciri-ciri, dampak dan upaya pencegahan dan penanganannya).

Pada penyuluhan diawali dengan menggali permasalahan perilaku makan ibu hamil dan menanyakan penyebab munculnya perilaku makan yang tidak baik. Misalnya menanyakan apakah rutin minum tablet Fe, rutin memeriksa kehamilan ke posyandu dan pola makan pada ibu hamil serta menanyakan permasalahan yang dialami ibu hamil mengenai pola makannya.



Gambar 1. Penyuluhan Anemia dan Stunting



Gambar 2. Pembukaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Adapun sebagai hasil kegiatan penyuluhan ini, para ibu hamil merespon dan memahami dengan baik dimana terjadi interaksi dua arah antara ibu hamil dengan narasumber. Para ibu antusias dalam mengajukan pertanyaan seputar tentang gizi dan kesehatan berkaitan dengan anemia dan stunting dengan berbagai pertanyaan mengenai anemia ibu hamil dan *stunting*. Di akhir sesi kegiatan tim pengabmas melakukan evaluasi dengan memberikan pertanyaan dan semua peserta mampu menjawab dengan baik. Dan hasil rencana tindak lanjutnya adalah ibu akan mempraktekkan menu seimbang pada ibu hamil sesuai isi piringku, mengkonsumsi tablet Fe dan mempersiapkan diri menjadi calon ibu dengan memberikan pola asuh terbaik buat calon bayinya. Ibu hamil akan memanfaatkan fasilitas kesehatan masyarakat yang ada baik Puskesmas maupun Poskesdes dan juga rajin ke posyadu.

KESIMPULAN

Hasil kegiatan yang didapatkan semua peserta meningkat pengetahuan dan kesadaran mengenai *stunting* dan anemia pada ibu hamil, terbentuk komitmen ibu hamil dalam pencegahan anemia dan *stunting* dan dukungan pihak pemerintah desa dalam upaya pencegahan stunting. Diharapkan kegiatan serupa yaitu penyuluhan gizi rutin dilaksanakan oleh kader posyandu dan tenaga kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada direktur Politeknik Kesehatan dan Unit PPM (Unit Penelitian dan Pengabdian kepada masyarakat) yang telah memberi penugasan kepada saya dan kepada Kepala desa Gedong Pakuan dan Kepala Puskesmas Baradatu yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Cunningham FG, Leveno KJ, Bloom SL, Hauth JC, Rouse DJ, Spong CY. Obstetri Williams. 23 ed. Yovita, Salim N, Setia R, Nalurita, Muliawan E, Rifky, et al., editor. Jakarta: EGC;2012. 16-313.
- Demmouche, A., Khelil, S., & Moulessehoul, S. (2011). Anemia among pregnant women in the Sidi Bel Abbes Region, West Algeria: An Epidemiologic Study. *Journal of Blood Disorders & Transfusion*, 2(3), 1-6..
- Dewi, E. K., & Nindya, T. S. (2017). Hubungan Tingkat Kecukupan Zat Besi Dan Seng Dengan Kejadian Stunting Pada Balita 6-23 Bulan. *Amerta nutrition*, 1(4), 361-368.
- Kemenkes, R. I. (2016). Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI Situasi Balita Pendek. Jakarta: Buletin Jendela Data dan Informasi.
- Ophie, H. I. M. T., I Made, A. G., & Tjarono, S. (2019). Kajian Asupan Protein dan Asam Folat Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Lokus Stunting Di Kabupaten Kulon Progo (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Wija, I. B. E. U., & Hilman, L. P. (2018). Anemia defisiensi besi pada ibu hamil dan stunting. *Majalah Kedokteran UKI*, 34, 144-149.