

Pencegahan Stunting pada Masyarakat RW 13 Kelurahan Pebatuan Pekanbaru melalui Edukasi Stunting dan Gizi Seimbang Pada Ibu Hamil dalam Program Kerja Praktek Kerja Nyata Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau

Prevention of Stunting in the Community of RW 13 Pebatuan Village Pekanbaru through Stunting Education and Balanced Nutrition for Pregnant Women in the Community Service Program of Poltekkes Kemenkes Riau Students

Alice Rosy^{1*}, Elmukhsinur¹, Rahimatul Uthia²

¹Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Riau, Indonesia

²Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Riau, Indonesia

* Penulis Korespondensi: alicerosyamk@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak jangka panjang terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, serta kualitas sumber daya manusia. Salah satu strategi utama dalam upaya pencegahan stunting adalah dengan memberikan edukasi kepada kelompok rentan, khususnya ibu hamil. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil di RW 13 Kelurahan Pebatuan, Kota Pekanbaru, tentang pencegahan stunting melalui edukasi gizi seimbang dan pemahaman tentang stunting sejak dini. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi penyuluhan, diskusi interaktif, dan distribusi media edukatif. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai bagian dari program kerja Praktek Kerja Nyata mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya asupan gizi selama kehamilan dan langkah-langkah pencegahan stunting. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi upaya promotif-preventif yang berkelanjutan dalam mendukung percepatan penurunan angka stunting di wilayah tersebut.

Kata kunci: Stunting, Edukasi, Gizi Seimbang, Ibu hamil, Praktek Kerja Nyata

Abstract

The Stunting is a chronic nutritional problem that has long-term impacts on children's growth and development, as well as the quality of human resources. One of the main strategies in the effort to prevent stunting is to provide education to vulnerable groups, especially pregnant women. This community service activity aims to increase the knowledge and awareness of pregnant women in RW 13 Pebatuan Village, Pekanbaru City, about stunting prevention through balanced nutrition education and early understanding of stunting. The methods of implementation include counseling, interactive discussions, and the distribution of educational media. This activity was carried out as part of the work program of the Community Service Practice of students from Poltekkes Kemenkes Riau. The results of the activity show an increase in pregnant women's understanding of the importance of nutritional intake during pregnancy and steps to prevent stunting. This activity is expected to become a sustainable promotive-preventive effort in supporting the acceleration of reducing stunting rates in the region.

Keywords: Stunting, Education, Balanced Nutrition, Pregnant Women

1. Pendahuluan

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang menjadi prioritas nasional di Indonesia. Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi stunting di Provinsi Riau masih berada di atas target nasional, yang menunjukkan perlunya upaya intervensi yang lebih masif dan terarah (Purba, Nainggolan, and Purba 2023). Stunting tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga dapat menurunkan daya tahan tubuh, kemampuan kognitif, dan produktivitas di masa mendatang (Mu'tafi et al. 2024) (Beribe et al. 2024). Salah satu kelompok sasaran utama dalam pencegahan stunting adalah ibu hamil, karena periode kehamilan merupakan fase awal yang sangat menentukan tumbuh kembang anak (Nasir, Amalia, and Zahra 2021).

Faktor penyebab stunting sangat kompleks, namun salah satu penyebab utamanya adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang selama kehamilan, pola makan yang tidak adekuat, serta rendahnya akses terhadap informasi kesehatan. Oleh karena itu, edukasi gizi dan pemahaman tentang stunting menjadi langkah strategis dalam upaya promotif dan preventif (Majid, Tharikh, and Zarkasyi 2022).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di RW 13 Kelurahan Pebatuan, Kecamatan Tenayan Raya, Kota Pekanbaru, yang merupakan wilayah dengan kelompok ibu hamil yang cukup banyak, namun masih memiliki keterbatasan dalam akses informasi kesehatan yang benar. Melalui kegiatan ini, dosen dan mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau bersinergi untuk memberikan edukasi langsung mengenai pencegahan stunting dan pentingnya konsumsi gizi seimbang selama kehamilan. Kegiatan ini juga merupakan bagian dari program kerja Praktek Kerja Nyata (PKN) mahasiswa sebagai bentuk implementasi ilmu yang aplikatif dan kontributif terhadap permasalahan kesehatan di masyarakat.

Diharapkan melalui kegiatan ini, pengetahuan dan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya asupan gizi dan pencegahan stunting meningkat, sehingga mampu menurunkan risiko stunting pada anak yang akan dilahirkan. Selain itu, kegiatan ini juga menjadi langkah awal dalam membangun pola pikir dan perilaku sehat di masyarakat secara berkelanjutan serta partisipasi aktif masyarakat, dosen, dan mahasiswa dalam proses ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat dalam mencegah stunting pada anak.

Berdasarkan hasil penelitian (Mirza, Sunarti, and Handayani 2023), (TRISYANI, Fara, and Mayasari 2020) (Alfarisi et al. 2019) Status gizi ibu selama kehamilan dengan kejadian stunting pada balita usia 6-59 bulan terbukti terdapat hubungan secara signifikan..

Dengan demikian, program ini tidak hanya bertujuan memberikan edukasi/penyuluhan saja, tetapi juga meningkatkan kesadaran masyarakat sebagai pelaku utama dalam mencegah stunting pada balita.

2. Bahan dan Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di RW 13 Kelurahan Pebatuan, Kecamatan Tenayan Raya, Kota Pekanbaru. Kegiatan dilakukan selama Hari Sabtu, 10 Mei 2025, bersamaan dengan pelaksanaan program Praktek Kerja Nyata (PKN) Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Riau.

Sasaran kegiatan adalah ibu hamil yang berdomisili di wilayah RW 13 Kelurahan Pebatuan. Sebanyak 20 ibu hamil menjadi peserta utama dalam edukasi ini. Peserta direkrut melalui kerja sama dengan kader posyandu, bidan wilayah, dan Ketua RW setempat.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode edukatif partisipatif yang melibatkan unsur penyuluhan, diskusi, dan demonstrasi. Tahapan kegiatan meliputi:

a. Koordinasi Awal

Tim dosen dan mahasiswa melakukan koordinasi dengan Ketua RW, kader posyandu, serta tenaga kesehatan setempat untuk menginformasikan tujuan dan teknis kegiatan.

b. Survei Awal (Pre-Test)

Sebelum pelaksanaan edukasi, peserta diberikan kuesioner sederhana untuk mengukur pengetahuan awal tentang stunting dan gizi seimbang selama kehamilan.

c. Edukasi dan Penyuluhan

Materi yang disampaikan mencakup:

- o Pengertian dan dampak stunting
- o Penyebab dan faktor risiko stunting

- Pengertian gizi seimbang untuk ibu hamil
- Prinsip gizi seimbang untuk ibu hamil
- Jenis makanan dan contoh menu sehat harian
- Tips pemilihan makanan bergizi dengan bahan lokal

Penyuluhan dilakukan menggunakan media edukatif berupa poster, leaflet, dan power point. Penyampaian materi dilakukan oleh dosen dan mahasiswa dengan pendekatan komunikatif dan interaktif.

d. **Monitoring dan Tindak Lanjut**

Kader dan bidan wilayah diberikan lembar monitoring sederhana untuk digunakan dalam kegiatan posyandu selanjutnya agar kesinambungan edukasi tetap berjalan.

Bahan dan Media yang Digunakan

- Poster edukasi stunting dan gizi seimbang
- Leaflet informasi stunting
- PowerPoint presentasi

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di RW 13 Kelurahan Pebatuan, Pekanbaru, dengan melibatkan ibu hamil sebagai sasaran utama. Edukasi diberikan melalui penyuluhan interaktif, diskusi kelompok kecil, serta pembagian leaflet dan poster tentang gizi seimbang dan bahaya stunting.

Dari 20 ibu hamil yang hadir, hasil pre-test menunjukkan bahwa hanya 35% peserta memiliki pemahaman yang cukup tentang gizi seimbang dan stunting. Setelah dilakukan edukasi, hasil post-test menunjukkan peningkatan signifikan, di mana 85% peserta dapat menjawab dengan benar pertanyaan terkait stunting dan gizi seimbang pada masa kehamilan.

Kegiatan ini menjadi langkah awal yang strategis untuk menanamkan kesadaran sejak dini kepada ibu hamil bahwa pencegahan stunting dimulai dari kandungan, dan bahwa gizi seimbang tidak selalu identik dengan biaya mahal, tetapi dengan pengelolaan bahan makanan lokal yang tepat.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan Stunting di RW 13 Pebatuan

Dokumentasi pada Gambar 1 menunjukkan kegiatan penyuluhan kesehatan tentang stunting dan gizi seimbang pada ibu hamil, serta partisipasi aktif warga dan mahasiswa yang didampingi dosen pembimbing. Foto ini memperlihatkan antusiasme dan kerja sama yang erat, menjadi bukti konkret keberhasilan program ini dalam aspek sosial dan kesehatan masyarakat.

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di RW 13 Kelurahan Pebatuan Pekanbaru berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan stunting dan pentingnya gizi seimbang. Melalui pendekatan edukatif yang interaktif dan berbasis kebutuhan lokal, peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan setelah mengikuti edukasi.

Edukasi gizi yang tepat dan berkelanjutan sangat penting sebagai upaya preventif terhadap stunting, terutama dimulai sejak masa kehamilan. Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa kolaborasi antara dosen, mahasiswa, dan masyarakat dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran kesehatan ibu dan anak.

Dengan demikian, kegiatan edukasi serupa perlu dilakukan secara berkala dan diperluas cakupannya agar upaya pencegahan stunting dapat berjalan optimal di tingkat komunitas.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada Poltekkes Kemenkes Riau dan Warga RW 13 Kelurahan Pebatuan Pekanbaru. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan.

6. Daftar Pustaka

- Alfarisi, Ringgo, Yesi Nurmalasari, Syifa Nabilla, P. P. Dokter, F. Kedokteran, and U. Malahayati. 2019. "Status Gizi Ibu Hamil Dapat Menyebabkan Kejadian Stunting Pada Balita." *Jurnal Kebidanan Malahayati* 5(3):271–78.
- Beribe, Yosefna Maria Edo, Andrika Vinsensius Sao, Maria Bertilla B. Asti Lone, Kristina Ema Keraf, Maria Anjelina Ojo Aran, Maria Goreti Bulu Muda, Siti Hardiyanti, Anne Trasia Sona, Chatarina C. P. Dasanto, and Fransiskus X. L. Bome Making. 2024. "Stunting: Ancaman Bagi Masa Depan (Studi Kasus Desa Blepanawa, Flores Timur)." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara* 5(4):4546–52.
- Majid, Makhrajani, Andi Jusman Tharihk, and Rahmat Zarkasyi. 2022. *Cegah Stunting Melalui Perilaku Hidup Sehat*. Penerbit NEM.
- Mirza, Mira Maria, Sunarti Sunarti, and Lina Handayani. 2023. "Pengaruh Status Gizi Ibu Hamil Terhadap Kejadian Stunting: Studi Literatur." *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia* 18(2):22–27.
- Mu'tafi, Ali, Zakiyah Firdaus, Farid Romadhona, Imam Subhi Mubarak, Amin Hidayatullah Agung, Ayu Nur Wahyuni, Ratih Larasati, Yustisiana Kusuma Hapsari Nurhidayat, Samsul Ma'arif, and Azhar Aufa. 2024. "Membangun Generasi Cerdas Di Desa BINANGUN: Menuju Masa Depan Gemilang Dengan Gizi Seimbang Dan Bebas Stunting." *CENDEKIA: Jurnal Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah* 1(9):589–97.
- Nasir, Mohammad, Rizki Amalia, and Fatimah Zahra. 2021. "Kelas Ibu Hamil Dalam Rangka Pencegahan Stunting." *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara (JPPNu)* 3(2):40–45.
- Purba, Edy Marjuang, Anna Waris Nainggolan, and Saut Purba. 2023. "Edukasi Orang Tua Balita Dalam Pencegahan Kejadian Stunting Di Desa Lau Rempak Kecamatan STM Hilir Kabupaten Deli Serdang." *Jurnal Pengembangan Dan Pengabdian Masyarakat Multikultural* 1(3):115–21.
- TRISYANI, KHOLIYA, Yetty Dwi Fara, and Ade Tyas Mayasari. 2020. "Hubungan Faktor Ibu Dengan Kejadian Stunting." *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)* 1(3):189–97.
- Bima, Awaludin. 2019, Analisis bagaimana mengatasi permasalahan stunting di Indonesia, Berita Kedokteran Masyarakat, Vol 35 No 4, ISSN 2614-8412
- PERSAGI. (2018). Stop Stunting Dengan Konseling Gizi. Jakarta: Penebar Plus.
- Rita, Ramayulis,dkk, 2018, stop stunting dengan konseling gizi, Penebar Plus+ (Penebar swadaya grup, Jakarta Second edition. USA : Mosby, Inc
- Wahida Yuliana, 2019, Darurat Stunting dengan melibatkan keluarga, yayasan Ahmar Cendikia Indonesia, Sulawesi selatan