

Pencegahan Stunting dengan Konseling 1000 HPK pada Calon Pengantin di Puskesmas Tenggara Kabupaten Bondowoso

Sari Indah Kurniawati^{1,2*}

¹Program Studi Magister Administrasi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan, Universitas Jember

²Puskesmas Tenggara Kabupaten Bondowoso

*Corresponding Author: niacute.indah@gmail.com

Abstrack

Background: Nutrition problems in Indonesia remain a major challenge that impacts the quality of human resources, with one of the main issues being stunting. Stunting occurs as a result of chronic malnutrition that lasts from the pre-pregnancy period to the first 1000 days of life (HPK) so that the preconception period, especially the nutrition of prospective pregnant women, needs to be considered to prepare nutrition during pregnancy. One of the efforts needed to increase the knowledge of pregnant women related to nutrition in 100 HPK is through counseling activities for brides-to-be. **Methods:** Counseling was carried out on 10 couples of brides-to-be who were domiciled in the working area of the Tenggara Health Center of Bondowoso Regency using flip sheet media. The results of the consultation were evaluated using pre-test and post-test questionnaires. **Results:** All prospective surrogates received counseling and there was an increase in knowledge about stunting and 1000 HPK in prospective grooms and prospective brides. **Conclusion:** In general, counseling activities run smoothly and can be one of the efforts to prevent stunting so it is expected to continue to be carried out programmatically.

Keywords: bride-to-be, counseling, 1000 HPK

Abstrak

Latar Belakang: Masalah gizi di Indonesia tetap menjadi tantangan utama yang berdampak pada kualitas sumber daya manusia, dengan salah satu isu utamanya adalah stunting. Stunting terjadi sebagai dampak dari kekurangan gizi kronis yang berlangsung sejak masa sebelum kehamilan hingga periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sehingga masa prakonsepsi terutama gizi calon ibu hamil perlu diperhatikan untuk mempersiapkan gizi saat kehamillan. Salah satu upaya yang diperlukan untuk menambah pengetahuan ibu hamil terkait gizi pada 100 HPK yaitu melalui kegiatan konseling pada calon pengantin. **Metode:** Konseling dilakukan pada 10 pasangan calon pengantin yang berdomisili di wilayah kerja Puskesmas Tenggara Kabupaten Bondowoso dengan menggunakan media lembar balik. Hasil konseling dievaluasi menggunakan kuesioner *pre-test* dan *post-test*. **Hasil:** Semua calon pengantin mengikuti sesi konseling dengan antusias dan terjadi peningkatan pengetahuan tentang stunting dan 1000 HPK pada calon pengantin laki-laki dan calon pengantin perempuan. **Kesimpulan:** Secara umum kegiatan konseling berjalan lancar dan kegiatan tersebut dapat menjadi salah satu upaya pencegahan stunting sehingga diharapkan tetap terus dilakukan secara terprogram.

Kata Kunci: calon pengantin, konseling, 1000 HPK

PENDAHULUAN

Indonesia masih dihadapkan pada tantangan gizi yang serius, salah satunya adalah masalah stunting yang dapat berdampak terhadap kualitas sumber daya manusia (SDM). Upaya menurunkan prevalensi stunting 2024 menjadi 14 % merupakan salah satu target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) tahun 2020- 2024 dan juga menjadi salah

satu dari enam tujuan utama dalam Target Gizi Global 2025 (1). Stunting adalah ketika anak dibawah lima tahun memiliki panjang badan atau tinggi badan anak tidak sesuai dengan usia yang seharusnya atau berada di bawah minus dua standar deviasi dari standar pertumbuhan WHO. Stunting bersifat permanen dan disebabkan oleh asupan nutrisi yang tidak memadai serta infeksi berulang, terutama selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)(2).

Merujuk pada Peraturan Menteri Kesehatan No. 39 Tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga, penurunan angka stunting dilakukan melalui intervensi pada masa kritis 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Periode ini, yang dikenal sebagai masa emas, dimulai dari masa kehamilan hingga anak mencapai usia dua tahun. Ibu hamil dan anak berusia sampai dua tahun dibutuhkan nutrisi yang optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Sasaran program ini meliputi ibu hamil, ibu bersalin, remaja, dan dewasa muda. Karena periode emas dimulai sejak masa prakonsepsi, intervensi yang dilakukan sebelum kehamilan, bahkan sebelum pernikahan, memegang peranan kunci dalam pencegahan stunting (3). Salah satu upaya pencegahan stunting dapat dilakukan pada calon pengantin (catin) yaitu dengan lakukan konseling Pedoman Gizi Seimbang. Konseling pranikah ditujukan untuk mendampingi pasangan calon suami istri dalam memperdalam pemahaman tentang diri sendiri, pasangan, serta berbagai aspek penting yang menjadi panduan dalam membangun kehidupan pernikahan.

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan jumlah balita stunting di Jawa Timur yaitu sebesar 6,8 % dan jumlah balita stunting di Kabupaten Bondowoso yaitu sebesar 6,5 % (3). Kecamatan Tenggarang merupakan salah satu kecamatan di Kabupaten Bondowoso dengan jumlah stunting sebesar 7.96 % pada tahun 2023 dan 5,59% pada tahun 2024, berdasarkan laporan Capaian Indikator Kinerja Gizi. Data jumlah pengantin yang menerima pendampingan kesehatan reproduksi dan edukasi gizi sejak 3 bulan pra-nikah 2024 sebesar 87 dari 122 sekitar 71.3 %, artinya masih ada 29,7% pengantin yang belum menerima pendampingan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan konseling kepada calon pengantin di wilayah kerja Puskesmas Tenggarang sebagai salah satu upaya untuk mencegah stunting sejak dini dengan mempersiapkan 1000 HPK.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Agustus 2024 di Puskesmas Tenggarang kabupaten Bondowoso. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah 10 calon pengantin perempuan dan laki-laki. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini terdiri dari pemberian konseling dengan media lembar balik. Sebelum dilakukan konseling calon pengantin perempuan diminta untuk membawa hasil pemeriksaan laboratorium berupa hasil pemeriksaan Hb, HIV.

HASIL DAN PEMBAHASAN

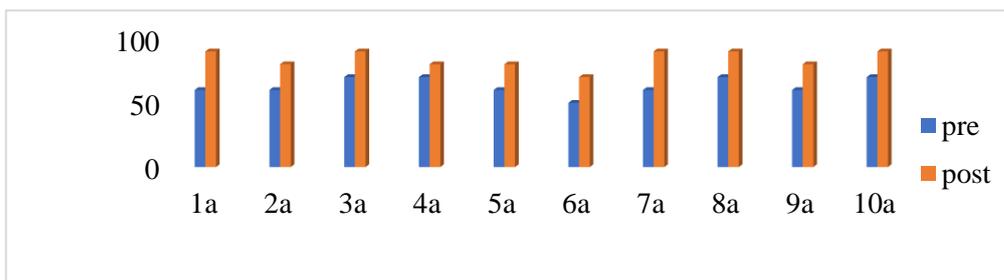
Kegiatan konseling kepada calon pengantin berjalan dengan lancar. Calon pengantin sangat antusias dalam melakukan sesi konseling. Pemberian konseling pada kegiatan ini menggunakan media lembar balik sehingga calon pengantin lebih dapat memahami materi konseling yang diberikan.

Pelaksanaan kegiatan konseling kepada calon pengantin di Puskesmas Tenggarang diawali dengan pendaftaran, peserta yang akan diberikan konseling diminta untuk membawa hasil pemeriksaan kesehatan dasar seperti kadar hemoglobin (Hb) dan status HIV. Sebelum melakukan sesi konseling, petugas gizi memberikan penjelasan kepada peserta tentang tujuan konseling. Sebelum konseling peserta diminta untuk mengisi kuesioner *pre-test*. Sesi konseling kemudian dilaksanakan dengan bantuan media lembar balik yang berisikan informasi pentingnya persiapan kesehatan sebelum menikah dan upaya pencegahan stunting pada masa prakonsepsi dan kehamilan. Kegiatan konseling kepada calon pengantin berjalan dengan lancar. Calon pengantin sangat antusias dalam melakukan sesi konseling. Setelah pelaksanaan konseling calon pengantin mengisi kuesioner *post-test*.



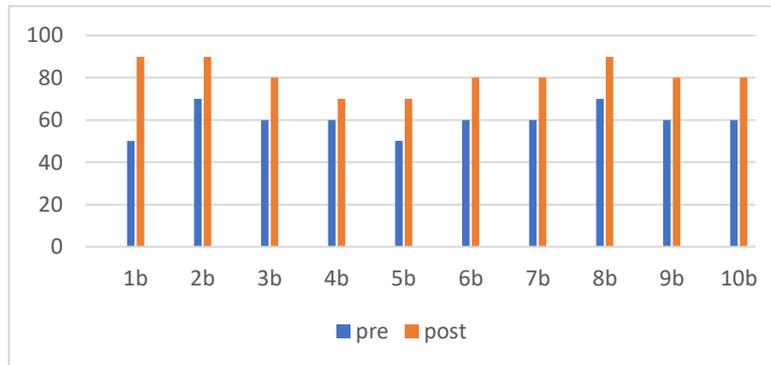
Gambar 1. (A) Penjelasan pengisian Kuesioner; (B) Pelaksanaan Konseling Gizi

Hasil pemberian konseling kepada calon pengantin di wilayah kerja Puskesmas Tenggarang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang 1000 HPK antara sebelum dan sesudah konseling. Nilai terendah dan tertinggi calon pengantin perempuan sebelum diberikan konseling adalah 50 dan 70. Setelah diberikan konseling nilai terendah meningkat menjadi 70 dan nilai tertinggi menjadi 90. Perubahan nilai sebelum diberikan konseling dan setelah diberikan konseling pada calon pengantin wanita dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Pengetahuan Catin Perempuan Sebelum dan Sesudah Konseling

Hasil konseling pada calon pengantin laki-laki antara sebelum dan sesudah konseling juga menunjukkan adanya peningkatan, seperti yang terlihat pada gambar 3. Sebelum konseling, nilai terendah dan tertinggi pada calon pengantin laki-laki adalah 40 dan 70. Setelah konseling, nilai terendah meningkat menjadi 70 dan tertinggi 100.



Gambar 3. Pengetahuan Catin laki-laki Sebelum dan Sesudah Konseling

Hasil yang diperoleh pada kegiatan pengabdian masyarakat ini sejalan dengan penelitian Simanjuntak *et al* (2021) bahwa terdapat peningkatan pengetahuan calon pengantin laki-laki, terutama dalam materi tentang anemia dan inisiasi menyusui dini (IMD) (4). Penelitian lainnya juga menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan calon pengantin laki-laki, namun tidak ditemukan perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan antara calon pengantin pria pada kedua kelompok perlakuan. Aspek pengetahuan yang diukur meliputi pengetahuan tentang Kekurangan Energi Kronis (KEK), anemia, Inisiasi Menyusui Dini (IMD), pemberian ASI eksklusif, MP-ASI, dan isu stunting (5).

Peningkatan pengetahuan calon pengantin didukung oleh tingkat pendidikan calon pengantin dan media yang digunakan. Calon pengantin yang tingkat pendidikannya tinggi lebih mudah menyerap informasi. Peserta dengan tingkat pendidikan SMA/SMK menunjukkan peningkatan pengetahuan yang lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian Melani *et al* (2019) bahwa jumlah calon pengantin yang memiliki pengetahuan yang cukup baik lebih banyak terdapat pada calon pengantin dengan pendidikan yang lebih tinggi dibandingkan pada calon pengantin dengan pendidikan yang lebih rendah (6).

Faktor lain yang mendukung terjadinya peningkatan pengetahuan calon pengantin dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah penggunaan media lembar balik. Media ini memungkinkan calon pengantin untuk lebih mudah dalam memahami materi. Hal ini sejalan dengan penelitian Ayudia *et al* (2024) yang menyebutkan bahwa penyuluhan prakonsepsi yang menggunakan media lembar balik memiliki dampak terhadap peningkatan pengetahuan calon pengantin sebelum dan setelah diberikan intervensi (7)

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat pencegahan stunting dengan konseling pada 1000 HPK di puskesmas Tenggarang Kabupaten Bondowoso telah terlaksana. Terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dilakukan konseling tentang stunting, Gizi Seimbang, 1000 HPK antara sebelum dilakukan diberikan konseling dan sesudah diberikan konseling.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada Dinas Kesehatan Bondowoso, khususnya Puskesmas Tenggarang Kabupaten Bondowoso yang telah mendukung kegiatan ini.

REFERENSI

1. Beal T, Tumilowicz A, Sutrisna A, Izwardy D, Neufeld LM. A Review of Child Stunting Determinants in Indonesia. *Matern Child Nutr.* 2018 Oct 17;14(4).
2. Misrina, Salmiati. Analisis Penyuluhan Menggunakan Leaflet Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Stunting pada Balita di Desa Cot Puuk Kecamatan Gandapura Kabupaten Bireuen. *Journal of Healthcare Technology and Medicine.* 2021;7(2):2615–109.
3. Oktarina M, Jannati Z. Penerapan Konseling Pranikah Sebagai Upaya untuk Mempersiapkan Diri dalam Membangun Keluarga Sakinah pada Calon Pengantin. *ADIBA: JOURNAL OF EDUCATION.* 2023;3(3):304–18.
4. Simanjuntak BY, Wahyudi A. Edukasi tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin Laki-Laki. *AcTion: Aceh Nutrition Journal.* 2021 May 28;6(1):100.
5. Fitriani F, Ramlan, Ayu Dwi Putri Rusman. Efektivitas Kartu Cegah Stunting Terhadap Pengetahuan Kehamilan Calon Pengantin di KUA Kota Parepare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan.* 2021 Sep 25;4(3):332–41.
6. Vitria Melani, Mury Kuswari. Pengetahuan Gizi Seimbang Calon Pengantin di Beberapa Kantor Urusan Agama Jakarta Barat. *Darussalam Nutrition Journal [Internet].* 2019 [cited 2024 Dec 4];3(1):1–6. Available from: <https://ejournal.unida.gontor.ac.id/index.php/nutrition/article/view/3030>
7. Ayudia F, Studi Profesi Bidan P, Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang S, Khatib Sulaiman No J, Padang B, Kebidanan J, et al. Efektifitas Penggunaan Media Lembar Balik Terhadap Perubahan Pengetahuan Kesehatan Prakonsepsi Pada Calon Istri di Kota Padang [Internet]. Vol. 9. 2024. Available from: <https://sinta.kemdikbud.go.id/journals/profile/5436>