

EDUKASI KEK PADA IBU HAMIL SEBAGAI UPAYA PENURUNAN ANGKA STUNTING DI NAGARI SULIT AIR KABUPATEN SOLOK

Renny Eka Putri^{1*}, Angela Fortuna Sekarini²⁾, Rahmi Dwi Putri³⁾, Alifa Azanisya Azzahra²⁾, Vasya Azzahra Siona¹⁾, Roy Saputa⁵⁾, Gizhella Mulyani Putri⁶⁾, dan Kemal Muhammad Hiero²⁾

¹⁾Fakultas Teknologi Pertanian Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia.

²⁾Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

³⁾Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

⁴⁾Fakultas Ekonomi Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

⁵⁾Fakultas Pertanian Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

⁶⁾Fakultas Teknologi Informasi Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat, Indonesia

*) Email Koresponden: rennyekaputri@ae.unand.ac.id

ABSTRAK

Stunting masih menjadi permasalahan gizi di Indonesia. Faktor risiko utama stunting adalah KEK (Kekurangan Energi Kronik). Edukasi tentang kekurangan energi kronik pada ibu hamil memiliki peran penting dalam upaya penurunan angka stunting. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi terkait Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil sebagai upaya untuk menurunkan angka stunting di Nagari Sulit Air, Kabupaten Solok. Metode penelitian yang digunakan adalah melalui kuesioner, observasi, dan pengukuran antropometri. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik yang sesuai. Hasil penelitian menunjukkan bahwa program edukasi KEK berpotensi untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku ibu hamil terkait gizi, serta mengurangi kejadian KEK dan stunting. Temuan ini menunjukkan pentingnya program edukasi KEK dalam upaya pencegahan stunting di daerah dengan masalah gizi seperti Nagari Sulit Air, Kabupaten Solok. Rekomendasi diberikan untuk melanjutkan dan memperluas program edukasi KEK serta meningkatkan aksesibilitas layanan kesehatan dan gizi di wilayah tersebut guna mengurangi angka stunting dan meningkatkan kesejahteraan ibu hamil dan anak-anak di masa depan. Kegiatan edukasi pada ibu hamil dilakukan menggunakan metode ceramah. Sebelum dipaparkan materi, sasaran terlebih dahulu diberikan pre-test sebanyak 10 soal untuk mengukur pengetahuan awal. Kemudian, diberikan materi edukasi dan dilakukan post-test dimana soalnya sama dengan pre-test yang bertujuan untuk melihat peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Berdasarkan hasil pre dan posttest didapatkan kenaikan tingkat pengetahuan sebesar 17%. Pemahaman yang lebih baik tentang gizi dan KEK pada ibu hamil memiliki dampak dalam membentuk pandangan dan perilaku ibu hamil sebagai salah satu strategi efektif dalam mereduksi kasus kelahiran anak dengan kondisi stunting.

Kata Kunci: Edukasi; KEK (Kekurangan Energi Kronik); Ibu Hamil; Stunting; Nagari Sulit Air

Education of CLE (Chronic Lack of Energy) for Pregnant Women as an Effort to Reduce Stunting Rates in Nagari Sulit Air Kabupaten Solok

ABSTRACT

Stunting is still a nutritional problem in Indonesia. The main risk factor for stunting is CED (Chronic Energy Deficiency). Education about chronic energy deficiency in pregnant women has an important role in efforts to reduce stunting rates. This research aims to evaluate the effectiveness of educational programs related to Chronic Energy Deficiency (KEK) in pregnant women as an effort to reduce stunting rates in Nagari Sulit Air, Solok Regency. The research method used is through questionnaires, observation and anthropometric measurements. Data analysis was carried out using appropriate statistical tests. The research results show that the KEK education program has the potential to increase the knowledge and behavior of pregnant women regarding nutrition, as well as reduce the incidence of KEK and stunting. These findings

show the importance of the KEK education program in efforts to prevent stunting in areas with nutritional problems such as Nagari Tulis Air, Solok Regency. Recommendations are given to continue and expand the KEK education program and increase the accessibility of health and nutrition services in the area to reduce stunting rates and improve the welfare of pregnant women and children in the future. Educational activities for pregnant women are carried out using the lecture method. Before being presented with the material, the target is first given a pre-test of 10 questions to measure initial knowledge. Then, educational material is given and a post-test is carried out where the questions are the same as the pre-test which aims to see the increase in knowledge after being given education. Based on the pre and post-test results, it was found that the level of knowledge increased by 17%. A better understanding of nutrition and CED in pregnant women has an impact in shaping the views and behavior of pregnant women as an effective strategy in reducing cases of births of children with stunting conditions.

Keywords: *Education; SEZ (Chronic Energy Deficiency); Pregnant mother; Stunting; Nagari Sulit Air*

PENDAHULUAN

Kesehatan ibu hamil memiliki dampak signifikan pada perkembangan janin yang dikandungnya. Salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan adalah asupan energi yang cukup selama masa kehamilan. Kekurangan energi kronik pada ibu hamil dapat berdampak buruk pada pertumbuhan dan perkembangan janin yang dapat menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang seperti stunting. Stunting atau pertumbuhan terhambat adalah masalah serius di banyak negara berkembang termasuk Indonesia.

Menurut SSGI pada tahun 2022 menunjukkan bahwa status gizi balita stunting secara nasional mengalami penurunan dari 24,4% menjadi 21,6%. Akan tetapi, untuk angka stunting di Provinsi Sumatera barat pada tahun 2022 mengalami kenaikan dari 23,3% di tahun 2021 menjadi 25,2% pada tahun 2022. Berdasarkan data stunting di Kabupaten Solok menurut SSGI tahun 2022 menunjukkan bahwa persentase 24,2% yang sudah berada di bawah persentase nasional dan untuk Nagari Sulit Air di angka 19,6%. Angka stunting pada anak mesti di intervensi karena stunting pada anak-anak dapat berakibat dampak jangka panjang pada kesehatan dan tumbuh kembangnya (Putri dkk., 2023). Anak-anak yang mengalami stunting memiliki risiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan seperti penurunan fungsi kognitif, penurunan daya tahan tubuh, dan risiko penyakit kronis di kemudian hari. Hal ini bukan hanya menjadi masalah kesehatan individu, tetapi juga memiliki dampak sosial dan ekonomi pada masyarakat secara keseluruhan.

Kekurangan energi kronik pada ibu hamil menjadi faktor risiko utama terjadinya stunting pada anak (Fikri dan Akbar, 2023). Oleh karena itu, intervensi stunting secara spesifik akan difokuskan pada pencegahan di masa sebelum kelahiran anak dan anak usia 6-23 bulan. Data SSGI tahun 2022 menggambarkan bahwa intervensi spesifik pada sebelum lahir dan usia 6-23 bulan mampu mencegah kejadian stunting pada anak. Intervensi sebelum lahir difokuskan pada ibu hamil melalui pemeriksaan rutin kehamilan, konsumsi TTD, dan pemantauan KEK pada ibu hamil. Sejak awal kehamilan ibu hamil diberikan edukasi yang tepat tentang pentingnya asupan nutrisi yang cukup agar terhindar dari kekurangan energi. Jika ibu hamil mengalami KEK maka dilakukan intervensi pemberian makanan tambahan bagi ibu hamil KEK.

Edukasi tentang kekurangan energi kronik pada ibu hamil memiliki peran penting dalam upaya penurunan angka stunting. Dengan peningkatan kesadaran dan pemahaman

masyarakat tentang dampak KEK pada pertumbuhan janin diharapkan dapat terjadi peningkatan asupan nutrisi seimbang dan bergizi maupun suplementasi selama masa kehamilan. Langkah edukasi ini diharapkan dapat membantu mengurangi risiko stunting dan memberikan generasi masa depan yang lebih sehat dan kuat. Masalah Kesehatan Masyarakat: Stunting merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, terutama pada anak-anak. Kondisi ini dapat menyebabkan dampak jangka panjang terhadap pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan anak. Beberapa hal penting yang menjadi dasar perlunya kegiatan ini adalah 1) gizi ibu hamil memiliki dampak langsung terhadap pertumbuhan janin dan kesehatan bayi yang akan lahir. Edukasi mengenai Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil dapat membantu mengurangi risiko stunting pada anak, 2) untuk mengevaluasi efektivitas program edukasi KEK sebagai salah satu upaya intervensi untuk menurunkan angka stunting. Data dari ini dapat menjadi dasar untuk perencanaan dan pelaksanaan program-program serupa di tempat lain, dan 3) pemberdayaan masyarakat setempat dapat diberdayakan dengan pengetahuan yang lebih baik tentang gizi dan kesehatan. Hal ini dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya nutrisi yang seimbang, serta memberikan kemampuan untuk mengambil tindakan preventif terhadap stunting. Oleh karena itu, untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang KEK selama kehamilan sebagai salah satu upaya mengurangi jumlah angka stunting di Nagari Sulit Air, Kecamatan X Koto Diatas, Kabupaten Solok.

METODOLOGI

Kegiatan ini terkait KEK di Nagari Sulit Air dilaksanakan melalui tiga langkah utama, yakni merencanakan dan melaksanakan kunjungan dengan menyampaikan materi edukasi. Fokus saat kunjungan adalah memberikan edukasi dan pemahaman langsung tentang KEK dan stunting. Sasaran dari program kunjungan adalah ibu hamil pada kelas ibu hamil sebanyak enam ibu hamil yang berasal dari Jorong Gando Nagari Sulit Air, Kecamatan X Koto Diatas, Kabupaten Solok. Sebelum pelaksanaan kunjungan, dilakukan koordinasi dengan tenaga kesehatan bagian promosi kesehatan/promkes Puskesmas Sulit Air terkait jadwal kelas ibu hamil yang akan disampaikan, serta koordinasi dengan kader yang membantu dalam kunjungan ibu hamil di setiap dusun.

Materi yang disampaikan berhubungan dengan KEK pada ibu hamil dan stunting. Sebelum penyampaian materi, dilakukan pengisian pre-test untuk menilai seberapa besar pengetahuan ibu-ibu tersebut terkait KEK pada ibu hamil dan stunting dengan pemberian 10 soal dengan pilihan benar/salah sebagai langkah awal. Selanjutnya, penyampaian materi edukasi oleh narasumber; mahasiswa KKN UNAND yang didampingi oleh ibu tenaga kesehatan bagian KIA Puskesmas Sulit Air. Setelah penyampaian materi, juga dilakukan sesi tanya jawab dengan ibu hamil untuk mengklarifikasi hal-hal yang telah disampaikan serta membahas hal-hal terkait KEK ibu hamil dan stunting dan ditutup dengan pengisian post-test yang memiliki soal yang sama dengan pre-test untuk menilai peningkatan pengetahuan ibu hamil terkait materi yang disampaikan.

Dengan metode ini, diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan ibu hamil tentang KEK dan stunting sehingga dapat membantu dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan program kerja kepada masyarakat dilakukan dalam tiga tahap dimana tahap pertama melakukan perencanaan dan diskusi bersama KIA Puskesmas Sulit Air terkait edukasi yang akan dilakukan. Kemudian, mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu hamil terkait KEK sebelum kegiatan edukasi dilakukan melalui pre-test. Untuk distribusi karakter peserta edukasi pencegahan KEK sebagai upaya penurunan angka stunting berdasarkan usia, pekerjaan, dan tingkat pendidikan adalah sebagai berikut ini;

Tabel 1. Distribusi Karakter Peserta Edukasi Pencegahan KEK Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Penurunan Angka Stunting Berdasarkan Usia, Pekerjaan, Dan Tingkat Pendidikan

Ibu hamil	Usia (tahun)	Pekerjaan	Tingkat Pendidikan
1. Nur 'Etika	24	Ibu rumah tangga	SMA/ sederajat
2. Radiatul Husnah	35	Guru	S1
3. Elvi Susanti	36	Ibu rumah tangga	SMA/ sederajat
4. Andria Fitri	33	Ibu rumah tangga	SMA/ sederajat
5. Nurjannah	26	Ibu rumah tangga	SMK/ sederajat
6. Yulwita	29	Ibu rumah tangga	SMA/ sederajat

Tabel diatas menunjukkan bahwa usia ibu paling tinggi berada pada usia 36 tahun dan paling rendah 24 tahun. Mayoritas ibu hamil memiliki pekerjaan sebagai ibu rumah tangga. Sementara itu, untuk pendidikan terakhir adalah SMA (Sekolah Menengah Atas). Berdasarkan hasil pre-test didapatkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil sebesar 63%. Kemudian, diberikan edukasi dan dilakukan post-test dengan hasil 80%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil mengalami peningkatan pengetahuan terkait materi edukasi yang diberikan sebesar 17%.



Gambar 1. Pemberian Pre-Test dan kegiatan edukasi



Gambar 2. Pengerjaan Post-Test

Kegiatan edukasi kepada ibu hamil penting dilakukan agar ibu hamil mendapatkan informasi terkait KEK dan upaya penurunan stunting. Selain itu, ibu hamil juga diberikan media berupa leaflet untuk meningkatkan keefektifan terkait pengetahuan yang diperoleh. Pengetahuan ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan gizi berperan penting terhadap sikap dan perilaku ibu hamil selama kehamilan. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi keadaan kesehatan selama kehamilan sehingga janin berkembang dengan baik dan terhindar dari BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) yang dapat menurunkan angka kejadian stunting. Jadi, semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu maka semakin baik persiapan ibu menghadapi kehamilannya. Rahmadani (2024) dan Radifal (2022) melakukan kegiatan di posyandu dan sekolah dalam memberikan edukasi pentingnya kesehatan dan pencegahan stunting.

Stunting ditandai dengan kondisi tinggi badan balita yang kurang dari seusianya. Stunting disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah kondisi ibu selama kehamilan. Ibu hamil yang memiliki ukuran LILA <23,5 cm terindikasi mengalami KEK. Ibu hamil dengan status gizi yang kurang dapat memengaruhi pertumbuhan janin yang dikandungnya, dimana akan melahirkan bayi yang prematur atau bayi BBLR. Bayi yang mengalami BBLR akan berimplikasi terhadap kejadian stunting di kemudian hari. Menurut Ruaida (2018), ibu hamil yang KEK memiliki risiko 4,85 kali menghasilkan bayi stunting.

Penanggulangan stunting dapat dicegah pada 1000 HPK (Hari Pertama Kehidupan) dengan cara mengatur pola makan ibu hamil secara teratur sesuai isi piringku (Kemenkes RI, 2018). Isi piringku terdiri dari makanan pokok, sayuran, lauk pauk, dan buah-buahan, dimana untuk porsi makanan pokok dan sayuran $\frac{1}{3}$ lebih banyak dibandingkan lauk pauk dan buah-buahan. Makan sehat yang sesuai dengan isi piringku dapat menjaga imunitas tubuh dan mencegah obesitas, serta stunting. Oleh karena itu, kesehatan ibu hamil berperan dalam menghasilkan generasi yang sehat melalui penjagaan dan pemantauan status gizi ibu selama kehamilan sehingga dapat terhindar dari KEK dan stunting.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ini menunjukkan bahwa program edukasi KEK pada ibu hamil memiliki dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan perilaku terkait gizi serta mengurangi kejadian KEK dan stunting. Meningkatkan pengetahuan ibu hamil selama masa kehamilan melalui edukasi pentingnya pemenuhan gizi ibu hamil agar terhindar dari KEK memiliki implikasi yang signifikan. Pemahaman yang lebih baik tentang gizi dan KEK pada ibu hamil memiliki dampak yang tidak dapat diabaikan karena memainkan peran sentral dalam membentuk pandangan dan perilaku ibu hamil. Langkah ini merupakan salah satu strategi efektif dalam mereduksi kasus kelahiran anak dengan kondisi stunting. Gizi yang tepat sebelum dan selama kehamilan memiliki dampak yang substansial pada pertumbuhan janin. Keterampilan ibu hamil dalam memahami gizi secara komprehensif dapat berperan dalam mencegah serta mengurangi kemungkinan terjadinya stunting pada generasi mendatang

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim program kerja pencegahan stunting KKN UNAND 2023 mengucapkan terimakasih kepada Puskesmas Sulit Air bagian Kesehatan Ibu dan Anak, kader Posyandu Lubuk Tore Jorong Gando, dan semua pihak yang ikut terlibat dalam program ini dari awal hingga akhir sehingga kegiatan program kerja ini berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Fikri Rachmawan, Dian, & Akbar Novan Dwi Sapu. (2023). Cegah stunting sejak dalam masa kehamilan. Retrieved from https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1092/cegah-stunting-sejak-dalam-masa-kehamilan
- Hudzaifah, H. M., Yulizawati, Y., Lisa, U. F., Rahmi, L., Iffah, U., Wijayanti, F. A., & Sondang, N. (2023). Penyuluhan Kesehatan Menuju Generasi Sehat Di Kelurahan Lambung Bukit Kecamatan Pauh Kota Padang. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 6(3), 206-216.
- Jupri, A., Julianti, A., et al. (2022). Edukasi gizi pada ibu hamil sebagai salah satu upaya mengurangi peningkatan angka stunting. *Jurnal Abdi Insani*, 9(3), 1209-1216.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Hasil survei status gizi di Indonesia (SSGI) 2022. Menteri Kesehatan RI. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan RI. Isi piringku sekali makan. Retrieved from <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/isi-piringku-sekali-makan>
- Lailaturrahmi, L., Badriyya, E., Fauzana, A., & Permatasari, D. (2024). Edukasi Penggunaan Obat Berbasis Kunjungan Rumah Untuk Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat di Nagari Sikukur, Kabupaten Padang Pariaman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 7(1), 74-85.
- Putri, R. E., Rahmatika, N., Ulwafi, D., Saputra, R., Putra, R. A., Prastio, J., & Rahmadenita, S. (2023). Edukasi Masyarakat Sulit Air Menuju Pertanian Organik Melalui Introduksi Pestisida Alami Dan Pupuk Organik Cair. *Jurnal Hilirisasi IPTEKS*, 6(4), 403-409.
- Ruaida, N., & Soumokil, O. (2018). Hubungan status KEK ibu hamil dan BBLR dengan kejadian stunting pada balita di puskesmas Tawiri Kota Ambon. *JKT*, 9(2), 45-51.
- Radifan, M. A., & Hasanbasri, M. (2024). Inisiasi Posyandu Remaja Sebagai Pencegahan Anemia Remaja Putri Di Puskesmas Mlati Ii Kabupaten Sleman. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 7(1), 16-30.

Ramadani, M. (2022). Penguatan peran unit kesehatan sekolah dalam meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 17 Gurun Laweh Kecamatan Nanggalo. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 5(4), 314-321.

ZA, A. F. S., Batubara, F. Z., Budiman, T. S., Muslimah, D., Diyana, A. D., Anggraila, P., & Putri, S. M. (2024). Edukasi Peningkatan Pengetahuan Wali Murid Tentang Imunisasi Pada Siswa Pada SD Negeri 02 Ladang Laweh Di Kabupaten Lima Puluh Kota. *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 7(1).