

Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Cara Pemenuhan Nutrisi Selama Hamil Untuk Mencegah Stunting pada Bayi di Puskesmas Perawatan Satui

Selly Morsa Khansa Aulia^{1*}, Meldawati², Ika Mardiatul Ulfa³

¹⁻²Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

³Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

Open  Access Freely
Available Online

Dikirim: 27 Agustus 2023

Direvisi: 14 Oktober 2023

Diterima: 25 Oktober 2023

*Penulis Korespondensi:

E-mail: morsaselly@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Menurut *The Global Nutrition Report* (2020) Indonesia peringkat ke 4 di Asia Tenggara memiliki masalah stunting. Berdasarkan Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2021, angka *Stunting* nasional sebesar 24,4%. Sedangkan proporsi balita *Stunting* tahun 2021 Kalsel masih melebihi angka nasional, yaitu sebesar 30%. Salah satu faktor terjadinya peningkatan angka kejadian *Stunting* adalah pengaruh dari pemenuhan nutrisi pada saat kehamilan. **Tujuan:** Penelitian ini secara umum bertujuan untuk menganalisis pengetahuan ibu hamil tentang cara pemenuhan nutrisi selama kehamilan untuk mencegah stunting pada bayi di Puskesmas Satui. **Metode:** Rancangan penelitian yg di gunakan adalah *cross section*. Dalam penelitian ini sampel yang akan diambil adalah sampel minimal yaitu sebesar 30 responden. Sedangkan pengambilan sampel yang digunakan *Accidental Sampling*. Analisa data yang digunakan uji univariat. **Hasil:** Pendidikan Responden paling banyak pada kategori pendidikan tinggi (SMA-PT) sebanyak 17 Orang atau 56,6 %. Umur responden yang paling banyak yaitu berada pada rentang usia ≥ 21 tahun- 35 tahun sebanyak 20 orang (66,7%) yang dimana merupakan masa dewasa awal. Ditinjau dari tingkat pendapatan mayoritas responden ibu hamil di Puskesmas Perawatan satui mempunyai pendapatan tinggi yaitu sebesar 63,3%. Yang di hitung dari UMR kabupaten Tanah Bumbu. **Kesimpulan:** Hasil dari penelitian sebagian besar diperoleh responden yang memiliki pengetahuan baik tentang pemenuhan nutrisi saat hamil sebanyak 13 orang (43,3 %).

Kata kunci: Kehamilan, Nutrisi, Stunting

ABSTRACT

Background: According to *The Global Nutrition Report* (2020) Indonesia ranks 4th in Southeast Asia with a stunting problem. Based on the 2021 Indonesian Toddler Nutrition Status Survey (SSGBI), the national stunting rate is 24.4%. Meanwhile, the proportion of stunted toddlers in 2021 South Kalimantan still exceeds the national figure, which is 30%. One of the factors causing an increase in the incidence of stunting is the influence of nutritional fulfillment during pregnancy **Objective:** This study generally aims to analyze the knowledge of pregnant women about how to fulfill nutrition during pregnancy to prevent stunting in babies at the Satui Nursing Center. **Methods:** The research design used is cross sectional. In this study the sample to be taken is a minimum sample of 30 respondents. While the sampling used *Accidental Sampling*. Data analysis used univariate test. **Results:** Most respondents' education was in the category of higher education (SMA-PT) as many as 17 people or 56.6%. The age of the most respondents was in the age range ≥ 21 years - 35 years as many as 20 people (66.7%) which were early adulthood. Judging from the level of income, the majority of pregnant women respondents at the Satui Nursing Health Center had a high income of 63.3%. Which is calculated from the UMR of Tanah Bumbu distric. **Conclusion:** The results of the study were mostly obtained by respondents who had good knowledge about fulfilling nutrition during pregnancy as many as 13 people (43.3%).

Keywords: Pregnancy, Nutrition, Stunting

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah masa dimulai saat konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya hamil normal 280 hari (40 minggu / 9 bulan 7 hari) di hitung dari triwulan/ trimester pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, 11 trimester/ trimester ke-2 dari bulan ke-4 sampai 6 bulan, triwulan/ trimester ke-3 dari bulan ke-7 sampai ke-9 (Retnaningtyas et al., 2022a). Nutrisi pada ibu hamil berkaitan erat dengan angka kejadian *Stunting*. *Stunting* merupakan salah satu permasalahan global, termasuk di Indonesia yang belum dapat di hilangkan. Namun banyak upaya yang dapat di lakukan untuk mencegahnya. *Stunting* dapat terjadi sebelum kelahiran yang di sebabkan oleh, asupan nutrisi yang kurang saat hamil, kualitas makan yang rendah sehingga tidak mencukupi kebutuhan gizi harian, berjalannya waktu terjadi infeksi. Sehingga menghambat pertumbuhan janin dalam kandungan. (Putri Melati et al., 2021)

Menurut standar World Health Organization (WHO), suatu wilayah dikatakan mengalami masalah gizi akut bila prevalensi bayi *Stunting* lebih dari 20% atau balita kurus di atas 5%. Pada tahun 2017, lebih dari setengah balita *Stunting* di dunia berasal dari Asia (55%) sedangkan lebih dari sepertiganya (39%) tinggal di Afrika. Dari 83,6 juta balita *Stunting* di Asia, proporsi terbanyak berasal dari Asia Selatan (58,7%) dan proporsi paling sedikit di Asia Tengah (0,9%). (Kholia Trisyani, 2020.).

Stunting adalah kondisi kurang gizi kronis yang dialami oleh seseorang sejak dalam masa kandungan dan masa awal anak lahir. Hal tersebut menimbulkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek dari standar umurnya. Hal ini dapat disebabkan oleh rendahnya tingkat pengetahuan mengenai kesehatan, rendahnya konsumsi pangan dengan gizi seimbang dan rendahnya tingkat perekonomian masyarakat. (Niswa Samulung et al., 2021).

Data terbaru menunjukkan bahwa wilayah Asia mengalami beban gizi buruk pada anak-anak di bawah usia 5 tahun dengan prevalensi *Stunting* sebesar 21,8%, lebih tinggi dari rata-rata global sebesar 21,3%. Kawasan Asia Tenggara memiliki

prevalensi *Stunting* sebesar 24,7%, menjadikan kawasan di Asian dengan prevalensi *Stunting* tertinggi kedua setelah Asia Selatan (Global Nutrition Report, 2020).

The Global Nutrition Report (2020) melaporkan bahwa prevalensi *Stunting* pada anak di bawah usia 5 tahun di Indonesia masih tinggi dari rata-rata kawasan Asia Tenggara meskipun terjadi kemajuan dalam mencapai target penurunan *Stunting*. Indonesia berada pada peringkat keempat dengan prevalensi tinggi *Stunting* pada anak di bawah usia 5 tahun dikawasan Asia Tenggara setelah Timor Leste (51,7%), Laos (33,1%), dan Kamboja (32,4%). Menurut data Riset Kesehatan Dasar, prevalensi *Stunting* dari tahun ke tahun berturut turut dari tahun 2007, 2010, 2013 dan 2018 adalah 36,8%; 34,6%; 37,2%; dan 30,8% (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 angka *Stunting* Kabupaten Tanah Bumbu mampu berada di bawah angka standar yg di tetapkan WHO yaitu sebesar 18.7 adalah angka paling rendah dari 13 Kabupaten/Kota yang ada di Provinsi Kalsel. (Sujud Mariono, 2022).

Data dari Laporan Puskesmas Perawatan Satui menunjukkan angka prevalensi dari tahun 2020, 2021 dan 2022 adalah 9,4 %, 4,1% dan 7,7 %. Terlihat adanya kenaikan jumlah persentasi *Stunting* di wilayah Puskesmas Perawatan Satui (Profil Puskesmas Satui, 2022). Salah satu factor terjadinya peningkatan angka kejadian *Stunting* adalah pengaruh dari pemenuhan nutrisi pada saat kehamilan. Dalam pemenuhan gizi saat hamil salah satu faktornya di tentukan oleh tingkat pengetahuan dalam pemenuhan nutrisi selama kehamilan (Yani Arbie et al., n.d.).

Upaya perbaikan yang dapat dilakukan untuk mencegah *Stunting* dengan intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitive. Pemerintah menfokuskan pada upaya gizi spesifik pada 1000 hari pertama kelahiran, diantaranya ibu hamil, menyusui dan hingga anak berusia 0-23 bulan. (Wayan Dian Ekayanthi et al., 2019).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang

pengetahuan ibu hamil tentang cara pemenuhan nutrisi selama hamil untuk mencegah *Stunting* di wilayah kerja Puskesmas Perawatan Satu.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif penelitian yang digunakan adalah *cross section*. Rancangan *cross sectional* merupakan rancangan penelitian dengan menggunakan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan atau sekali waktu antara faktor risiko/paparan dengan penyakit. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil di Puskesmas Perawatan Satu sebanyak 876 Orang (Laporan KIA tahun 2022). Sampel yg baik antara 30-500 responden.

Dalam penelitian ini sampel yang akan diambil sebesar 30 responden. Sedangkan pengambilan sampel yang digunakan adalah *Sampling Insidental / Accidental Sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dibuat dalam bentuk angket/kuesioner untuk mendapatkan informasi dan data dari responden. Jenis pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis data primer dan sekunder.

HASIL

Tabel 1.

Distribusi Jumlah Penduduk Menurut Desa/Kelurahan dan Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Perawatan Satu tahun 2022

No	Desa/ Kelurahan	Jumlah Penduduk		Jumlah (Jiwa)
		Laki- Laki (Jiwa)	Perem- puan (Jiwa)	
1	Setarap	683	658	1341
2	Satui Timur	1168	1126	2294
3	Sungai Cuka	1652	1934	3586
4	Jombang	831	704	1535
5	Satui Barat	1312	1104	2416
6	Sekapuk	1187	1192	2379
7	Sungai Danau	3192	2928	6120
8	Wonorejo	941	907	1848
9	Sumber Makmur	1039	993	2032
10	Tegal Sari	320	302	622
11	Sumber Arum	321	259	580
12	Sejahtera Mulia	1340	1198	2538

No	Desa/ Kelurahan	Jumlah Penduduk		Jumlah (Jiwa)
		Laki- Laki (Jiwa)	Perem- puan (Jiwa)	
13	Al Kautsar	1072	1019	2091
14	Makmur Mulia	2264	2814	5078
15	Sinar Bulan	2574	2562	5136
16	Pandamaran Jaya	328	315	643
17	Persiapan Sidorejo	710	690	10400

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Hamil di Puskesmas Perawatan Satu

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
≥ 21 tahun – 35 Tahun	20	66,7
< 21 Tahun >35 Tahun	10	33,3
Total	30	100

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil di Puskesmas Perawatan Satu

Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
SD- SMP	13	43,3
SMA- PT	17	56,6
Total	30	100

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendapatan Ibu Hamil di Puskesmas Perawatan Satu

Pendapatan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
>2.900.000	18	63,3
≤2.900.000	12	36,7
Total	30	100

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu hamil di Puskesmas Perawatan Satu

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	13	43,3
Cukup	10	33,3
Kurang	7	23,3
Total	30	100

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengumpulan data sampel ibu hamil yang dilakukan di Puskesmas Perawatan Satu didapatkan distribusi pengetahuan Ibu hamil tentang cara pemenuhan nutrisi selama hamil untuk mencegah stunting yang menjadi sampel berjumlah 30 orang. Sebagian besar ibu hamil termasuk dalam kategori berpengetahuan Baik, yaitu sejumlah 43,3 % (13 orang) dan ibu hamil dengan pengetahuan cukup dengan jumlah 33,3 % (10 orang). Tingkat pengetahuan cukup yang dimaksud adalah jika seseorang mempunyai 56-75% pengetahuan, sedangkan yang termasuk tingkat pengetahuan baik yaitu jika seseorang mempunyai 76-100% pengetahuan. Kategori berpengetahuan kurang dengan jumlah 23,3% (7 Orang). Tingkat pengetahuan kurang mempunyai <56% pengetahuan. Data yang didapatkan oleh peneliti yaitu umur responden yang paling banyak yaitu berada pada rentang usia ≥ 21 tahun- 35 tahun sebanyak 20 orang (66,7%).

Usia ibu merupakan salah satu faktor secara tidak langsung yang dapat mempengaruhi status gizi pada balita. Umur akan memengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang terhadap informasi yang diberikan (Puspasari, 2017). Dalam teorinya, usia mempengaruhi perkembangan daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik (Notoatmodjo, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh (Pratiwi, 2017) dalam penelitiannya yaitu pengetahuan ibu tentang gizi seimbang balita didapatkan bahwa mayoritas ibu memiliki pendidikan SMA yang sejalan dengan penelitian peneliti. Ditinjau dari tingkat pendapatan mayoritas responden ibu hamil di Puskesmas Perawatan satu mempunyai pendapatan tinggi yaitu sebesar 63,3%. Secara langsung pendapatan keluarga sangat berpengaruh terhadap konsumsi makan sehari-hari.

Menurut (Suhardjo, 2003). Dari hasil penelitian didapatkan pemenuhan nutrisi harian ibu sudah memenuhi kebutuhan nutrisi untuk ibu hamil. Namun, untuk ibu hamil yang memiliki keluhan

mual muntah dari kuesioner tersebut diketahui ada 6 orang ibu hamil (20%) mengalami penurunan porsi makan pada kehamilan Trimester I. Maka akan mengalami kekurangan nutrisi mikro maupun makro.

Kecukupan protein yang dikonsumsi ibu dapat ditemukan pada daging sapi, telur, ikan, tahu, tempe, untuk struktur, fungsi, pengaturan jaringan dan organ tubuh, serta sangat penting untuk membangun massa otot. Kecukupan protein setiap harinya 60 gr per hari, setara dengan 2-4 potong (ADMISI HUSADA BORNEO, 2022).

Menurut Herbold dan Edelstein (2012), faktor-faktor yang berhubungan dengan pemenuhan nutrisi salah satunya adalah pengetahuan. Tingkat pengetahuan ibu sangat mempengaruhi pola makannya. Semakin paham ibu mengenai nutrisi pada saat hamil, maka ibu tersebut akan semakin tinggi kesadarannya untuk pentingnya berpola makan yang baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Meldawati, S.ST., M.Keb dan Ika Mardiatul Ulfa, S.S.T., M.Kes yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian penelitian ini.

REFERENSI

- ADMISI HUSADA BORNEO. (2022). *Contoh Makronutrien dan Mikronutrien dan Manfaatnya*.
- Global Nutrition Report. (2020). Launch presentation-12 May 2020 2020 Global Nutrition Report Action on equity to end malnutrition
- Herbold dan Edelstein. (2012). Dasar - Dasar pemenuhan nutrisi (2nd ed.). Bumi Aksara
- Kholia Trisyani1, Y. D. F. A. T. M. A. (n.d.). HUBUNGAN FAKTOR IBU DENGAN KEJADIAN STUNTING.
- Kemendes RI. (2021). PROFIL KESEHATAN INDONESIA.
- Niswa Samulung, Katulistiwa, P., & Palu, ; Pengetahuan Ibu Tentang Pencegahan Stunting Pada Balita Di Kelurahan Tatura Utara Kota. (2021). Pengetahuan ibu tentang pencegahan Stunting pada balita di kelurahan tatura utara kota palu. 2(1)

- Nothoatmodjo, Y. (2017). Konsep Dasar Pengetahuan (Revisi cetakan ke-2). Cipta Graha.
- Puskesmas Satui. (2022). Data Stunting.
- Puskesmas Satui. (2022). Profil Puskesmas Perawatan Satui.
- Putri Melati, I., Anna Nur Afifah, C., Studi, P. S., Pendidikan Kesejahteraan Keluarga, J., Negeri Surabaya, U., Timur, J., & korespondensi Ika Putri Melati Program Studi, P. S. (2021). Nutrition education to prevent stunting by whatsapp group on improving mother's knowledge and attitudes during pregnancy (Vol. 1, Issue 2). <http://journal.binawan.ac.id/JAKAGI>
- Pratiwi, Y. F. , P. D. I. (2017). Efektivitas Penggunaan Media Booklet Terhadap Pengetahuan Gizi Seimbang Pada Ibu Balita Gizi Kurang Di Kelurahan Semanggi Kecamatan Pasar Kliwon Kota Surakarta. *Jurnal Kesehatan*, 58–68.
- Retnaningtyas, E., Retnoningsih, Kartikawati, E., Nuning, Sukemi, Nilawati, D., Nurfajri, & Denik. (2022). UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MELALUI EDUKASI MENGENAI KEBUTUHAN NUTRISI IBU HAMIL. *ADI Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 19–24. <https://doi.org/10.34306/adimas.v2i2.552>
- Suhardjo. (2003). Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Bumi Aksara.
- Sujud Mariono. (2022, August 31). Tanah Bumbu raih penghargaan kinerja aksi konvergensi penurunan stunting. *Antara News Kalsel*. <https://kalsel.antaranews.com/berita/341465/tanah-bumbu-raih-penghargaan-kinerja-aksi-konvergensi-penurunan-stunting>
- Wayan Dian Ekayanthi, N., Suryani, P., Studi Kebidanan, P., Kesehatan Kemenkes Bandung, P., Studi Promosi Kesehatan, P., & Kesehatan Kemenkes Malang, P. (2019). Edukasi Gizi pada Ibu Hamil Mencegah Stunting pada Kelas Ibu Hamil. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 10, Issue 3). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- WHO. (2000). World Health Organization Geneva MANAGEMENT OF SEVERE MALNUTRITION: A MANUAL FOR