

Penyuluhan Dan Pelatihan Bagi Ibu Hamil Tentang Pengolahan Makanan Tambahan Berbahan Pangan Lokal Untuk Mencegah Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul Martapura

Education and Training for Pregnant Women on Preparing Supplementary Foods Using Local Ingredients to Prevent Stunting in the Astambul Martapura Community Health Center (Puskesmas) Working Area

Yasir Farhat^{1*}, Aprianti¹, Niken Pratiwi¹

¹ Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

*Korespondensi: yasirfarhat@gmail.com

ABSTRAK

Stunting (kondisi tubuh pendek atau sangat pendek dibandingkan usia) tetap menjadi masalah gizi kronis yang berdampak signifikan terhadap kesehatan anak di Indonesia, khususnya di Kalimantan Selatan. Kondisi ini merupakan indikator status gizi kronis yang mencerminkan hambatan pertumbuhan akibat kekurangan gizi jangka panjang. Data terkini dari Puskesmas Astambul di Martapura per 16 April 2025 menunjukkan prevalensi stunting sebesar 33,98% pada balita. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Farhat dkk. pada Maret 2025 menemukan tingkat stunting sebesar 39% pada balita di beberapa Posyandu. Salah satu strategi pencegahan stunting pada anak usia dini adalah memberikan penyuluhan kepada ibu hamil mengenai cara yang tepat dalam menyiapkan makanan tambahan berbahan dasar pangan lokal. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu hamil dalam menyiapkan makanan tambahan yang berbahan dasar pangan lokal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari sesi penyuluhan melalui presentasi/ceramah dan tanya jawab yang dilanjutkan dengan pelatihan praktik. Sebanyak dua puluh lima ibu hamil berpartisipasi dalam kegiatan ini. Tingkat pengetahuan dievaluasi menggunakan metode pre-test dan post-test. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta; nilai rata-rata meningkat dari 89,2 sebelum pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan menjadi 95,6 setelahnya. Penyuluhan dan pelatihan ini berhasil meningkatkan pengetahuan ibu mengenai stunting serta keterampilan mereka dalam menyiapkan makanan tambahan berbahan pangan lokal, sehingga kegiatan ini sangat bermanfaat dalam mengatasi tantangan program gizi, khususnya terkait stunting pada balita.

Kata kunci: Stunting, Edukasi, Pelatihan, Pangan Lokal, Ibu Hamil

ABSTRACT

Stunting (being short or severely short for one's age) remains a chronic nutritional issue significantly impacting child health in Indonesia, particularly in South Kalimantan. It serves as an indicator of chronic nutritional status, reflecting growth retardation caused by long-term malnutrition. Updated data from the Astambul Community Health Center (Puskesmas) in Martapura as of April 16, 2025, showed a stunting prevalence of 33.98% among children under five. Additionally, research conducted by Farhat et al. in March 2025 found a stunting rate of 39% among children under five across several integrated health posts (Posyandu). One strategy for preventing early childhood stunting is educating pregnant women on the proper preparation of supplementary foods using local ingredients. This activity aimed to enhance the knowledge and skills of pregnant women regarding the preparation of supplementary foods made from local ingredients. The community service activity consisted of educational sessions—utilizing presentations/lectures and Q&A—followed by practical training. Twenty-five pregnant women participated. Knowledge levels were evaluated using pre-tests and post-tests. The results demonstrated an improvement in participants' knowledge; the average score rose from 89.2 before the education and training to 95.6 afterward. The education and training successfully improved the mothers' knowledge regarding stunting and their skills in preparing supplementary foods using local ingredients, making this activity highly valuable for addressing nutritional program challenges, specifically stunting among children under five.

Keywords: Stunting, Education, Training, Local Food, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Stunting (pendek dan sangat pendek) masih menjadi masalah gizi kronis yang berdampak signifikan pada kesehatan anak-anak di Indonesia, khususnya di Kalimantan Selatan dan merupakan indikator status gizi kronis, yang menggambarkan perlambatan pertumbuhan akibat malnutrisi jangka panjang. Salah satu strategi pencegahan stunting pada anak usia dini adalah Pengolahan Makanan Tambahan berbahan pangan lokal yang tepat pada ibu-ibu hamil.

Sesuai hasil SSGI 2022 diketahui bahwa angka prevalensi balita stunting di Provinsi Kalimantan Selatan menempati urutan ke-15 dengan presentasi sebesar 24,6% dan Kabupaten Banjar angka prevalensinya sebesar 26,4% lebih tinggi dibanding angka provinsi. Hasil e-PPGBM pada bulan Oktober tahun 2023, puskesmas Astambul yang merupakan salah satu puskesmas di kabupaten Banjar diketahui prevalensi balita yang mengalami stunting sebesar 20,89%, jumlah ini meningkat pada bulan Februari 2024 sebesar 27,01%.

Hasil update data stunting di puskesmas Astambul martapura sampai dengan tanggal 16 April 2025, balita yang mengalami stunting sebesar 33,98% dan hasil penelitian yang dilakukan Farhat, dkk pada bulan Maret 2025 ditemukan jumlah balita stunting di beberapa posyandu masih cukup tinggi yaitu sebesar 39%. Sesuai data tersebut baik provinsi Kalimantan Selatan, kabupaten Banjar, dan puskesmas Astambul menurut WHO masih menjadi masalah Kesehatan karena lebih dari 20% dan masih di atas target nasional pemerintah pada tahun 2024 yaitu 14,0%.

Beberapa studi menunjukkan penyebab kejadian stunting pada balita antara lain pengetahuan tentang gizi dan pola konsumsi pada ibu hamil. Dengan melihat penyebab tersebut sebagai solusinya adalah dilakukan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan dan pelatihan pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal bagi ibu-ibu hamil.

Tujuan utama kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu hamil tentang pengolahan Makanan Tambahan berbahan pangan lokal. Metode pelaksanaan adalah penyuluhan dengan metode ceramah dan tanya jawab, dan Pelatihan: berupa praktek tentang pengolahan makanan tambahan. Sasaran utama kegiatan ini adalah ibu hamil yang tinggal di wilayah kerja Puskesmas Astambul Martapura.

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan pada tahun 2026 dan merupakan tindak lanjut dari penelitian Yasir dan kawan-kawan tahun 2025. Pada saat kegiatan akan dilakukan pengumpulan data pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan kuesioner, selanjutnya dilakukan pelatihan berupa praktek pengolahan makanan tambahan Bersama ibu hamil.

Luaran wajib yang ditargetkan adalah publikasi pada media cetak dan video kegiatan sedangkan luaran tambahan adalah publikasi pada jurnal pengabmas.

Hasil yang diperoleh adalah terdapat peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan dan pelatihan yaitu rata-rata pengetahuan sebelumnya adalah 89,2 dan sesudahnya adalah 95,6.

METODE

Bentuk kegiatan yang dilakukan, pertama adalah penyuluhan tentang stunting pada ibu hamil, dampaknya, dan cara pencegahannya. Penyuluhan dilakukan secara

kelompok dengan menggunakan metode ceramah/presentasi dan tanya jawab. Kedua pelatihan tentang pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal.

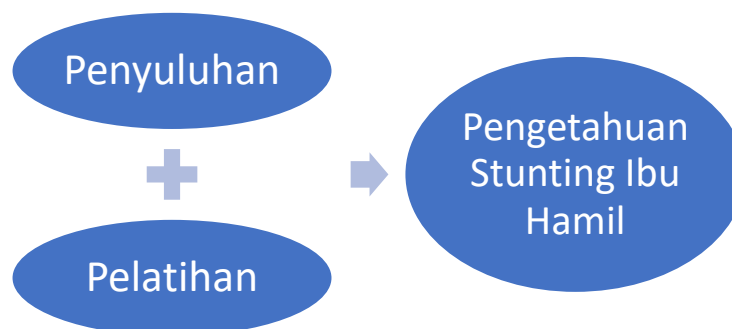
Kegiatan penyuluhan dilakukan selama 1 kali yaitu pada bulan Juni 2026 bertempat di Aula Kecamatan Astambul oleh tim pengabdian kepada masyarakat Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin. Selanjutnya adalah pelatihan selama 2 kali pada bulan Juni dan Juli 2026 oleh Tim Pengabmas.

Sasaran kegiatan adalah ibu-ibu hamil sebanyak 25 orang dan narasumber kegiatan pengabdian kepada masyarakat baik penyuluhan dan pendampingan adalah tim Pengabdian kepada Masyarakat yang terdiri dari dosen, mahasiswa, dan tenaga Puskesmas.

Hari pertama acara pengabdian kepada masyarakat diawali dengan acara pembukaan oleh pihak Puskesmas dan sambutan dari Ketua Tim Pengabmas. Acara ini dihadiri oleh tim Pengabmas, Staf Puskesmas, dan para Ibu Hamil bertempat Aula Kecamatan Astambul.

Setelah pembukaan dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang stunting dan setelah selesai dilanjutkan tanya jawab berkaitan dengan materi yang disampaikan.

Hari berikutnya adalah pelatihan tentang cara pengolahan makanan berbasis pangan lokal untuk balita stunting oleh Tim Pengabmas Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, selanjutnya hari berikutnya dilakukan praktek dan demo oleh tim Pengabmas dan diikuti peserta.



Gambar 1. Konsep kegiatan

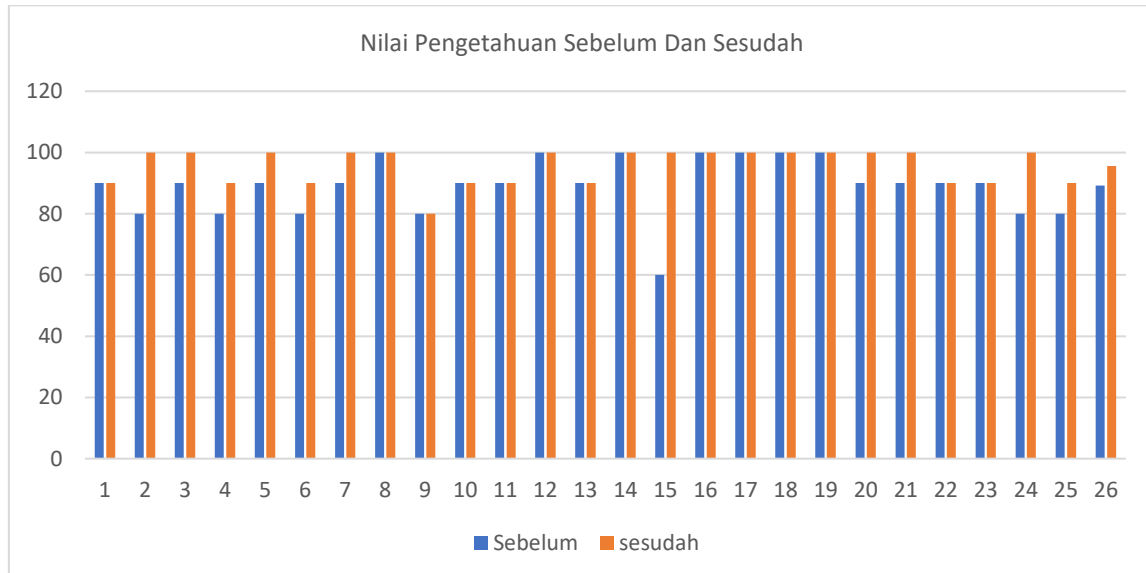
Alat bantu yang digunakan adalah brosur/leaflet, materi bentuk PPT, LCD, lapotop dan Kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan kepada para ibu hamil telah terlaksana dengan baik. Kegiatan ini diadakan di Aula Kecamatan Astambul yang dihadiri oleh 25 orang ibu hamil dan tim pengabdian kepada masyarakat yang terdiri dari dosen, mahasiswa, dan tenaga puskesmas. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu-ibu hamil tentang stunting dan pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal.

Kegiatan ini dilakukan dengan 2 (dua) metode, pertama adalah penyuluhan yang diawali dengan presentasi atau ceramah tentang stunting, selanjutnya dilakukan tanya jawab untuk lebih memahami materi yang telah diberikan. Kedua adalah pelatihan/praktek pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal untuk ibu hamil..

Sebelum diberikan penyuluhan dan pelatihan oleh tim pengabdian kepada masyarakat dilakukan pre test dan sesudah diberikan penyuluhan dan pelatihan dilakukan post test untuk melihat pengetahuan sebagai bentuk evaluasi ketercapaian atau keberhasilan kegiatan. Hasil pre test dan post test pengetahuan para ibu hamil dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Rekapitulasi Nilai Pengetahuan Ibu-Ibu Hamil sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dan Pelatihan Tahun 2026

Sesuai gambar di atas didapatkan bahwa ada peningkatan nilai rata-rata pengetahuan ibu-ibu hamil dari nilai rata-rata pengetahuan 89,2 sebelum penyuluhan dan pelatihan menjadi nilai rata-rata pengetahuan 95,6 setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan. Sebanyak 44% ibu-ibu mengalami peningkatan nilai, sementara 56% tetap, dan tidak ada peserta yang mengalami penurunan nilai. Dengan melihat data tersebut mengindikasikan bahwa metode kegiatan yang diberikan penyuluhan dan pelatihan efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan, khususnya terkait topik Stunting.

Hasil ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2012) menyatakan bahwa penyuluhan kesehatan berguna untuk meningkatkan pengetahuan, terutama jika dilakukan secara aktif dan komunikatif. Kemenkes (2023) menyatakan bahwa PMT berbahan pangan lokal tidak hanya berupa pemberian makanan, tetapi juga perlu disertai edukasi, penyuluhan, dan konseling gizi untuk mendorong perubahan perilaku ibu dan keluarga dalam pemilihan bahan, penyiapan, dan pemberian makanan. Hasil penelitian Longgupa, dkk (2024) menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan panduan pembuatan PMT pangan lokal dan booklet resep dapat meningkatkan pengetahuan ibu. Pengetahuan kategori baik meningkat dari kondisi sebelum edukasi menjadi 71% setelah edukasi.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat baik dengan penyuluhan maupun pelatihan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil tentang stunting serta memberikan pelatihan untuk meningkatkan ketrampilan ibu hamil

tentang pengolahan Makanan Tambahan berbahan pangan lokal dalam mengelola kondisi stunting telah berhasil dilaksanakan.

Hasil pre tes menunjukkan bahwa sebagian besar pengetahuan para ibu hamil mengenai stunting sudah cukup bagus. Setelah dilakukan penyuluhan dengan ceramah/presentasi dan tanya jawab serta pelatihan dilakukan posttest menunjukkan peningkatan pengetahuan. Penyuluhan dan pelatihan yang dilakukan secara sistimatis terbukti efektif meningkatkan pemahaman tentang stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada para Ibu Hamil yang telah bersedia menjadi mitra kegiatan dan kepada fihak puskesmas Astambul Martapura yang telah bekerjasama dalam kegiatan ini.

REFERENSI

- Dinkes Prov. Kalsel, 2023. Buku Saku Tahun 2023 Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan.
- Direktorat Gizi Masyarakat Kementerian Kesehatan RI. 2017. Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2017. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI .
- Kemenkes RI (2023). Pemberian Makanan Tambahan Berbahan Lokal.
- Kemenkes RI, (2016). *Peraturan menteri kesehatan nomor 39 tahun 2016 tentang pedoman penyelenggaraan program indonesia sehat dengan pendekatan keluarga*. Jakarta:: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI, 2022. Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia 2022.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Longgupa, L. W., Entoh, C., & Kuswanti, F. (2024). Peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal melalui penyuluhan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudikno, dkk, 2019. Laporan Akhir Penelitian Status Gizi Balita Tahun 2019.
- World Health Organization. 2018. *The Double Burden of Malnutrition: Policy Brief*. Geneva: World Health Organization.



This is an open access article under the [CC BY-NC 4.0 license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).