

PENGARUH PENERAPAN TIME TABLE PADA IBU HAMIL DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA KADUAGUNG TIMUR PUSKESMAS MANDALA TAHUN 2024

THE EFFECT OF IMPLEMENTING TIME TABLES ON PREGNANT WOMEN IN STUNTING PREVENTION EFFORTS IN EAST KADUAGUNG VILLAGE MANDALA HEALTH CENTER IN 2024

Nani Yuningsih*¹, Hani Sutioningsih²

Poltekkes Kemenkes Banten

Jurusan Kebidanan Rangkasbitung

*e-mail: adenani.yuningsih@gmail.com¹, hanisutioningsih@gmail.com²

Abstract

Strategy in an effort to increase quality and competitive human resources. Starting from the quality of children, women and youth. Preventing stunting can be done in this cycle. There are still pregnant women who experience CED (Chronic Energy Deficiency), around 17.5%. KEK pregnant women can give birth to babies who have the potential for stunting. Based on the Regent's Decree no. 273 of 2023, the Mandala Health Center in East Kaduagung village was included as a special stunting location for 2024. The results of the monthly nutrition program report at PKM Mandala showed that there were around 42 KEK pregnant women, spread across six villages, including East Kaduagung village.

Solutions, Kesbangpol permits, PKM scheme community service activities in synergy with programs at the Mandala Community Health Center and the Health Service through a class for pregnant women at Posyandu, East Kaduagung village. Firstly, education about balanced nutrition carried out pretest and posttest confirmation measurements for 15 pregnant women, the result was a knowledge score of 3 -7 increased to 6-7, there was a change in knowledge from not knowing to knowing, monitoring the development of a healthy pregnancy through monitoring the nutrition of pregnant women, being given a balanced nutrition booklet by including a time table schedule for 3 weeks for the mother pregnant women are monitored every day, their food is reported to be recorded, monitoring via WhatsApp social media involves 3 cadres and village supervisors to monitor. At the end of the 3rd week, the results were summarized with the majority of pregnant women who participated, there were 13 people who were suitable for following the diet according to the time table menu and there were still 2 people who were not suitable. Monitoring and follow-up is continued with the community health center and health service through a routine class program for pregnant women at the posyandu with cadres and village supervisors as well as nutrition program holders. As an output, there is a mandatory community service article and as an additional output, the IPR booklet time table is used as a tool to monitor nutritional intake in pregnant women and can involve family, cadres and health workers.

Keywords: *time table, pregnant, nutrition*

Abstrak

Strategi dalam upaya meningkatkan sumberdaya manusia yang berkualitas dan berdaya saing. Dimulai dari kualitas anak, perempuan dan pemuda. Cegah stunting dapat dilakukan dalam siklus ini. ibu hamil masih ada yang mengalami KEK (Kekurangan Energi Kronik), sekitar 17,5%. ibu hamil KEK dapat melahirkan bayi yang berpotensi stunting,. Berdasarkan SK Bupati no273 tahun2023 Puskesmas Mandala desa Kaduagung Timur masuk lokasi khusus stunting untuk tahun 2024. Hasil laporan bulanan program gizi di PKM mandala ada sekitar 42 ibu hamil KEK, yang tersebar di enam desa, termasuk desa kaduagung timur. Solusi, perizinan kesbangpol, kegiatan pengabdian masyarakat skema PKM bersinergi dengan program di Puskesmas Mandala dan Dinas kesehatan melalui kelas ibu hamil di Posyandu desa kaduagung timur, pertama edukasi tentang gizi seimbang dilakukan pengukuran penegathuan pretest dan posttest ibu hamil berjumlah 15 orang, hasil skor pengetahuan 3-7 meningkat menjadi 6-7, ada perubahan pengetahuan dari tidak tahu menjadi tahu, memantau perkembangan kehamilan yang sehat melalui pemantauan gizi ibu hamil, diberikan booklet gizi seimbang dengan mencantumkan jadwal time table selama 3 minggu ibu hamil dipantau setiap hari, dilaporkan makanannya dicatat pemantauan melalui media sosial WhatsApp melibatkan 3 orang kader dan pembina desa untuk memantau. Diakhir minggu ke-3 direkap dengan hasil sebagian besar ibu hamil yang mengikuti ada 13 orang yang sesuai menjalankan pola makan mengikuti menu time table dan masih ada 2 orang belum sesuai. Monitoring dan tindaklanjut diteruskan dengan puskesmas dan dinas kesehatan melalui program rutin kelas ibu hamil diposyandu dengan kader dan Pembina desa serta pemegang program gizi. Sebagai luaran wajib adanya artikel pengabdian masyarakat dan luaran tambahannya adanya HKI Booklet time table dijadikan sebagai alat untuk memantau asupan gizi pada ibu hamil dan bisa melibatkan keluarga, kader dan tenaga kesehatan.

Kata kunci: *time table, ibu hamil, gizi*

1. PENDAHULUAN

Berdasarkan Perpres no.18 tahun 2020 tentang RPJMN 2020 – 2024 isu strategi dalam upaya meningkatkan sumberdaya manusia yang berkualitas dan berdaya saing. Ada enam isu strategi salah satunya adalah pont ke 4 yaitu peningkatan kualitas anak, perempuan dan pemuda. Sehingga cegah stunting salah satunya dapat dilakukan dalam siklus ini, pada pada periode kehamilan janin mulai dibentuk sampai bayi dilahirkan dalam keadaan sehat atau mengalami kondisi tubuh yang mempunyai ancaman terjadinya stunting. (Sesneg RI, 2020)

Kejadian stunting bisa dimulai sejak pembuahan sehingga seorang wanita perlu melakukan upaya mencegahnya sedini mungkin apalagi saat ibu dalam kondisi hamil tujuannya agar dapat melahirkan anak sehat dengan tumbuh kembang yang baik. Stunting masih menjadi salah satu permasalahan di Indonesia. Stunting yang terjadi pada awal kehidupan terutama pada 1000 hari kehidupan pertama sejak pembuahan sampai dua tahun bisa mempunyai dampak terjadinya stunting dimasa yang akan datang. Masalah kesehatan dalam siklus kehidupan dapat dilihat dari adanya stunting di Indonesia saat ini masih melebihi WHO dengan gambaran bahwa anak dengan kondisi stunting ada 12,8% dengan kondisi ibu hamil mengalami KEK (Kekurangan Energi Kronik) ada sekitar 17,5%, kondisi inilah sebagai pemicu terjadinya stunting. Karena ibu hamil dengan KEK mempunyai peluang lebih besar terjadi stunting pada bayi yang dilahirkannya dibandingkan dengan ibu hamil tidak KEK. Di propinsi Banten anak dengan kondisi stunting ada 8,7% berdasarkan SSGI (Studi Status Gizi Indonesia) di kabupaten lebak 5561 tahun 2022 (26,2%) di PKM Mandala pada bulan agustus tahun 2022 data PPGM (Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi) berbasis masyarakat ada sekitar 246 (8,43%), sedangkan ibu hamil dengan KEK di PKM mandala ada sekitar 42 ibu hamil yang tersebar di enam desa salah satunya ada didesa kaduagung timur dan pada tahun 2024 lokasi khusus stunting menurut SK Bupati tahun 2023 no 476 adalah desa Kaduagung Timur

Tri Dharma Perguruan tinggi melalui kegiatan pengabdian masyarakat dengan Program Kemitraan Masyarakat perlu adanya kegiatan yang terjun langsung dimasyarakat dengan peran serta dosen, mahasiswa, puskesmas, desa dan masyarakat kegiatan ini diharapkan mempunyai dampak pada kesinambungan program di Puskesmas dalam kegiatan kelas ibu hamil, Posyandu dan sebagainya dalam memantau perkembangan kehamilan yang sehat melalui pemantauan gizi ibu hamil lebih terfokus. booklet gizi seimbang pada menu *time table* dapat dipantau asupan gizi ibu hamil

2. METODE

Kegiatan ini dilakukan dari bulan agustus – November 2024. Langkah – langkah yang ditempuh dalam kegiatan sebagai berikut:

1. Melakukan perizinan melalui Dinas Kesehatan dan Kesbangpol Kabupaten Lebak
2. Melakukan koordinasi dengan pihak terkait untuk membahas kegiatan yang akan dilakukan sehingga selaras dengan program kerja Puskesmas mitra. Pembahasan sampai kepada teknis pelaksanaan berikut jadwal dan tempat kegiatan. Termasuk didalamnya menentukan narasumber yang akan mengisi kegiatan .
3. Memberikan pre test pada kelompok ibu hamil berjumlah 15 orang dengan memberikan kuisioner sebelum penyuluhan dan sosialisasi penerapan *time table* nilai yang didapatkan 3-7
4. Melakukan penyuluhan kepada kelompok sasaran . Materi penyuluhan terdiri dari:
 - a. Gizi seimbang pada ibu hamil dan takarannya serta cara mengolahnya
 - b. Memberikan Postest setelah penyuluhan didapatkan rentang nilai 6-7
 - c. Cara pemantuan makanan ibu hamil dengan *time table* untuk dilakukan dirumah selama 3 minggu dengan menggunakan media sosial WA para ibu hamil

dipantau oleh tim dan dalam prosesnya sharing dan pendampingan. Setiap 1 minggu para bumil memberikan foto pelaksanaan penggunaan *time table* dirumah. Setiap minggu kumpul dikelas ibu hamil dan dihari terakhir minggu ke 3 booklet *time table* dikumpulkan. Dan di evaluasi kendala dan permasalahannya beserta tim dan para ibu hamil.

5. Memberian lembar *time table* untuk digunakan oleh ibu hamil sebagai pemantau makanan yang dikonsumsi oleh ibu hamil setiap hari selama 1 minggu dengan bantuan bidan desa setelah 1 minggu lembar *cek lest time tabel* diserahkan saat kegiatan kelas ibu hamil.
6. Melakukan monitoring implementasi kegiatan di lapangan
Melalui kegiatan kelas ibu hamil dilihat hasil rekap dari lembar ceklist *time table* yang sudah dilakukan oleh ibu hamil melalui 1 pembina desa dan kader 3 orang dalam kegiatan monitoring diadakan sharing dengan para ibu hamil, kader dan Pembina desa terkait gizi seimbang dan kendala serta permasalahan yang dihadapi
7. Melakukan pertemuan akhir dengan seluruh stakeholder yang bersangkutan. Untuk Evaluasi Pelaksanaan Program dan Keberlanjutan. Kegiatan ini mencakup pemantauan dalam kegiatan dikelas ibu hamil diwilayah puskesmas mandala khususnya di desa kadu agung timur RT 01/ RW 02 Kapung Dalem wilayah kecamatan Cibadak
 - a. Laporan kegiatan (kegiatan pengabdian masyarakat yang sudah dilaksanakan dibuat oleh ketua tim pengabdian masyarakat dalam skema PKM)
 - b. Evaluasi Kegiatan (Hasil kegiatan pengabdian masyarakat) dilakukan evaluasi setelah kegiatan pengabdian masyarakat berakhir dengan melakukan pertemuan dengan bidan desa dan tim terkait di Puskesmas yang diinsertkan dalam kegiatan program KIA dengan bentuk implementasi kelas ibu hamil yang ada di Posyandu.
 - c. Rencana Tindak lanjut sehingga program selalu berkelanjutan, tindak lanjut bersinergi dengan pemegang program gizi di dinkes kabupaten Lebak sebagai bentuk *follow up* dari pihak dinkes menyambut dengan akan terus dilakukan secara berkesinambungan dengan penguatan program Posyandu dimasyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Kaduagung Timur RT 01/02 Kp. Daleum. Kecamatan Cibadak dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.1 Pengetahuan Pada Ibu Hamil tentang Gizi Seimbang

Pengetahuan	Median	Min – Maks	ρ
Sebelum (n=15)	6	3-7	0,000
Sesudah (n=15)	7	6-7	

Tabel diatas menunjukkan bahwa skor pengetahuan pada kelompok ibu hamil berjumlah 15 orang yang mengikuti pembinaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat sebelum dan sesudah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang Gizi Seimbang terdapat perubahan skor pengetahuan dari sebelumnya rentang nilai yang didapat 3-7 sesudah diberikan edukasi rentang nilai yang dicapai adalah 6 – 7 dari hasil ini menujukan

pengetahuan para ibu hamil ada peningkatan dari tidak tahu menjadi tahu. Hasil ini sejalan dengan beberapa kegiatan pengabdian masyarakat yang sudah dilakukan oleh Pratiwi tahun 2020 yang setelah dilakukan edukasi selama 40 menit didapatkan peningkatan pengetahuan ibu hamil dengan nilai rata – rata sebelum 46.25 dan sesudah 76.25 demikian pula pada kegiatan pengabdian masyarakat oleh Retnaningtyas tahun 2022 yang menyatakan bahwa dari 10 ibu hamil yang diberikan penyuluhan tentang nutrisi untuk ibu hamil sudah terjadi perubahan sebelum dilakukan penyuluhan ada 3 (30%) dengan pengetahuan baik dan setelah dilakukan penyuluhan ada 8 (80%) ibu dengan pengetahuan baik. (Pratiwi, 2020; Retnaningtyas *et al.*, 2022)

Tabel 4.1.2 Penerapan Time Table Pada Ibu Hamil

<i>Time table</i>	Jumlah	Persentase (%)
Sesuai	13	87%
Tidak sesuai	2	13%
	15	100%

Setelah dilakukan pemantuan selama 3 minggu pada kelompok ibu hamil menggunakan *time table* didapatkan sejumlah 15 ibu hamil dengan hasil ada 13 (87%) menu makanan yang dikonsumsi sesuai dengan *time table* memenuhi gizi seimbang dan 2 (13%) ibu hamil yang tidak sesuai dengan menu gizi seimbang dari hasil ini menunjukkan bahwa selama diberikan pemantauan dengan menggunakan *time table* ibu hamil mulai mengikuti menu makanan yang sesuai dengan standar gizi yang baik. Hasil ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku sejalan dengan peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan penyuluhan . namun masih ada beberapa ibu hamil yang belum memenuhi kebutuhan gizi seimbangnya. Kondisi ini dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah alasan ekonomi meskipun makanan srandar gizi tidak harus mahal. Hasil ini sejalan dengan beberapa kegiatan pengabdian masyarakat yang sudah pernah dilakukan oleh Aisah tahun 2010 yang menyatakan pada kelompok wanita usia subur yang diberikan perlakuan edukasi terhadap kejadian anemia bersikap lebih peduli dibandingkan dengan kelompok usia subur yang tidak mendapatkan edukasi. Sejalan dengan penelitian hadiani tahun 2019 yang menyatakan ada peningkatan yang bermakna pada kelompok ibu hamil terhadap mengkonsumsi tablet Fe setelah diberikan lembar panduan atau lembar cek list kepatuhan minum tablet Fe. (Hadiyani and Yunidha, 2019; Aisah, Sahar and Hastono, 2022)



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 2. Proses Kegiatan (a) Edukasi Gizi Seimbang (b) Penerapan *Time table* (c) Evaluasi Penerapan *Time Table* media *WhatsApp*



Gambar 3. *Time Table* Pemantauan Menu Gizi Seimbang

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah

- Terjadi peningkatan pengetahuan pada kelompok ibu hamil yang dilakukan pembinaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat sebelum diberikan edukasi
- dan sesudah diberikan edukasi
- Sebagian besar ibu hamil yang diberikan *time table* menu gizi seimbang selama 3 minggu dilakukan pemantauan terjadi perubahan dalam mengkonsumsi makanan sesuai dengan menu gizi seimbang

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak Dinas Kesehatan Kabupaten Lebak dan Puskesmas Mandala atas kesempatan yang telah diberikan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Ucapan terimakasih juga pada Poltekkes Kemenkes Banten atas dukungan dana pengabdian masyarakat, skema kemitraan masyarakat serta civitas akademika Poltekkes Kemenkes Banten yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina W and Fathurrahman (2022) 'Ibu Hamil KEK, Berat Bayi Lahir Rendah dan Tidak ASI Eksklusif sebagai Faktor Risiko Terjadinya Stunting', *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 3(1), pp. 263–270.
- Aisah, S., Sahar, J. and Hastono, S.P. (2022) 'Pengaruh Edukasi Kelompok Sebaya terhadap Perubahan Perilaku Pencegahan Anemia Gizi Besi pada Wanita Usia Subur di Kota Semarang', *Prosiding Seminar Nasional*, pp. 119–127. Available at: <http://jurnal.unimus.ac.id>.
- Anemia, P. (no date) 'M o d u l P e l a t i h a n'.
- Hadiyani, W. and Yunidha, V. (2019) 'Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Terhadap Kadar Haemoglobin Ibu Hamil', *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 5(1), pp. 7–13. Available at: <https://doi.org/10.33023/jikep.v5i1.206>.
- KemenKes RI (2021) *Profil Kesehatan Indonesia 2020, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Available at: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) 'Rapor Kesehatanku Seri Buku Catatan Kesehatan SMP_MTs_SMA_SMK_MA', p. 68.
- Kesehatan, D., Lebak, K. and Banten, P. (2021) *Kabupaten Lebak Tahun 2021*.
- Pratiwi, I.G. (2020) 'Edukasi Tentang Gizi Seimbang Untuk Ibu Hamil Dalam Pencegahan Dini Stunting', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sasambo*, 1(2), p. 62. Available at: <https://doi.org/10.32807/jpms.v1i2.476>.
- Rangkasbitung, J.K., Banten, P.K. and Seimbang, G. (2019) 'PENERAPAN TIME TABEL PADA LANSIA DM DALAM', (1), pp. 1–6.
- Retnaningtyas, E. *et al.* (2022) 'Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil', *ADI Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), pp. 19–24.
- Saleh, A.S., Hasan, T. and Saleh, U.K. (2023) 'Edukasi Penerapan Gizi Seimbang Masa Kehamilan Berbasis Pangan Lokal Sebagai Pencegahan Stunting', *Ahmar Metakarya: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(2), pp. 49–53. Available at: <https://doi.org/10.53770/amjpm.v2i2.129>.
- Sesneg RI (2020) 'Peraturan Presiden Republik Indonesia No. 18/2020: Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020-2024', *Sekretariat Presiden Republik Indonesia*, pp. 1–7.
- 'SK Penetapan Desa Lokus Stunting.pdf' (no date).

