

PENINGKATAN PENGETAHUAN PEMILIHAN MAKANAN BAGI
CALON PENGANTIN SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN
STUNTING DI WILAYAH BEKASI

Afrinia Eka Sari, Arindah Nur Sartika, Tri Marta Fadhilah, Guntari Prasetya, Mujahidil Aslam
Prodi S1 Gizi STIKes Mitra Keluarga
Afrinia_nutri@yahoo.com

ABSTRAK

Pemberian pengetahuan pemilihan makanan kepada calon pengantin diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan calon pengantin tentang makanan yang diperlukan dalam persiapan kehamilan sehingga mendapatkan keturunan yang sehat dan unggul dan dapat mencegah terjadinya stunting pada anak. Kegiatan PKM ini bekerjasama dengan KUA di wilayah Bekasi, diantaranya : KUA Rawa lumbu, KUA Mustika Jaya dan KUA Bekasi Timur. Kegiatan ini diikuti oleh 55 pasangan calon pengantin. Kegiatan ini meliputi Pre test, kemudian dilakukan penyuluhan dan di akhir kegiatan dilakukan post test. Hasil peningkatan pengetahuan calon pengantin cukup signifikan setelah diberikan penyuluhan.

Kata kunci : Catin, Pemilihan Makanan, stunting

PENDAHULUAN

Calon pengantin merupakan salah satu sasaran yang turut mendapat perhatian dalam pengentasan masalah *stunting*, dimana para pasangan catin merupakan pasangan usia subur yang akan mendapatkan keturunan sehingga diharapkan keturunan yang diperoleh sehat jasmani, memiliki kecerdasan yang tinggi dan tidak *stunting* (pendek). Beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa status gizi anak dapat disebabkan oleh karakteristik orang tua seperti ukuran antropometri ibu dan ayah, seperti tinggi badan orang tua memungkinkan anak memiliki risiko gagal pertumbuhan serta mengalami *underweight* (Yang *et al.*, 2010). Ibu dengan tinggi badan di bawah 150 cm, 74,5% mempunyai anak yang pendek, ibu dengan tinggi badan <150 cm sebesar 3,4 kali mempunyai anak pendek dan tinggi badan ayah <162 cm berpeluang untuk mempunyai anak pendek sebesar 3,2 kali (Zottarelli *et al.*, 2007; Hanum *et al.*, 2014). Kondisi KEK pada wanita sebelum hamil juga dapat mempengaruhi resiko terjadinya stunting, persentase Wanita Usia Subur (WUS) yang berisiko KEK di Indonesia tahun 2017 adalah 10,7%, sedangkan persentase ibu hamil berisiko KEK adalah 14,8%. Asupan gizi WUS yang berisiko KEK harus ditingkatkan sehingga dapat memiliki berat badan yang ideal saat hamil (Kemenkes, 2018). Program penyuluhan/konseling/edukasi terhadap calon pengantin telah dilakukan oleh pemerintah melalui Kantor Urusan Agama (KUA) dan merupakan satu dari pelibatan 11 lintas sektor dalam rangka 'Intervensi Gizi Sensitif: Pengarustamaan Pembangunan Gizi pada Lintas Sektor' yang diatur berdasarkan

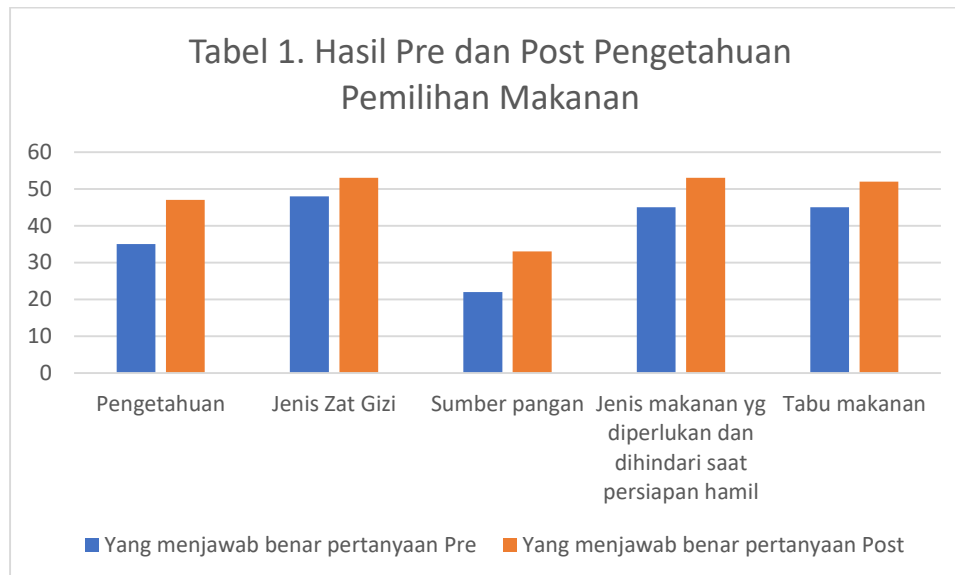
Peraturan Presiden Nomor 42 Tahun 2013 tentang Pelaksanaan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi (Kemenkes 2017).

METODE

Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan pada bulan Agustus sampai dengan September 2019 di KUA Rawalumbu, Mustika Jaya dan Bekasi Timur. Jumlah peserta penyuluhan sebanyak 55 pasang calon pengantin. Metode yang diberikan melalui penyuluhan kepada para calon pengantin. Pengambilan data dilakukan melalui *pre* dan *post test*. Pertanyaan *pre* dan *post* meliputi zat gizi dan sumber makanannya, seputar tabu makanan selama kehamilan, dan jenis makanan dan zat gizi apa yang sangat diperlukan pada masa kehamilan.

HASIL DAN CAPAIAN

Dari hasil penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan calon pengantin dalam pemilihan makanan, metode ini cukup efektif dikarenakan sejalan dengan program yang diadakan oleh departemen agama Bekasi, dimana setiap calon pengantin harus terlebih dahulu mengikuti pembekalan sebagai prasyarat menikah



Dari hasil penyuluhan ini diharapkan akan membawa perubahan pada pola makan calon pengantin, menjadi pola makan yang seimbang dan beragam. Kegiatan ini juga dapat bersifat sustainable karena merupakan program departemen agama yang menjadi suatu bentuk kerjasama pengabdian kepada masyarakat lintas sektor

Gambar 1. Kegiatan penyuluhan di KUA Bekasi Timur



Gambar 2. Kegiatan penyuluhan di KUA Mustika Jaya



Gambar 3. Penutupan kegiatan PKM



KESIMPULAN

Dari kegiatan PKM penyuluhan pemilihan makanan kepada para catin terlihat adanya perubahan tingkat pengetahuan tentang pemilihan makanan sebagai asupan yang harus dipenuhi oleh pasangan catin. Kegiatan PKM ini dapat terus berlanjut dikarenakan sudah deprogramkan oleh departemen agama sebagai program pembekalan catin.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima Kasih kami ucapkan kepada Dinas Departemen Agama Kota Bekasi, KUA Rawalumbu, KUA Mustika Jaya dan KUA Bekasi timur atas kerjasamanya. STIKes Mitra Keluarga yang telah mendukung baik secara moril maupun material, mahasiswa prodi S1 Gizi yang telah terlibat dalam kegiatan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Hanum F, Khomsan A, Heryatno Y. Hubungan asupan gizi dan tinggi badan ibu dengan status gizi anak balita. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 2014; 9(1): 1-6.
- Kemkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2017. Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS): Strategi Penyebarluasan Informasi Gizi dan Gaya Hidup Sehat. Jakarta (ID): Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, Kemkes RI.
- Kemkes] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2017. Jakarta (ID): Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat, Kemkes RI.
- Yang X, Ye R, Zheng J, Ren A. Analysis on influencing factors for stunting and underweight among children aged 3-6 years in 15 counties of Jiangsu and Zhejiang provinces. *Chinese Journal of Epidemiology*. 2010; 31(5): 509-9.