



Edukasi pencegahan stunting melalui produk nugget sayur ayam untuk ibu hamil dan anak balita serta upaya pengelolaan hipertensi sedari dini

Darini Kurniawati^{2*)}, Mutia Octavia¹, Munawarah Fuaddah¹

Published online: 12 Agustus 2024

ABSTRAK

Tingkat pengetahuan sangat berpengaruh pada perilaku, terutama pengetahuan tentang kesehatan. Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Sungai Tandipah, kecamatan Sungai Tabuk kabupaten Banjar, berfokus pada penyuluhan pemberian edukasi terkait hipertensi kepada Masyarakat lanjut usia dan edukasi materi stunting kepada ibu dan balita, sekaligus demo pembuatan nugget sayur ayam untuk pencegahan stunting dan dilaksanakan juga pemeriksaan tekanan darah gratis. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan agar masyarakat dapat mengetahui dan memahami apa itu hipertensi serta dapat mencegah hipertensi sedari dini, juga dapat memahami apa itu stunting serta dapat mengolah produk tinggi gizi yang disukai semua kalangan sebagai salah satu upaya pencegahan stunting. Dengan penyampaian materi edukasi melalui penyuluhan, masyarakat menjadi mengerti dan terjadi perubahan sikap serta perilaku berdasarkan pengetahuan yang didapat melalui penyuluhan secara sadar dan mandiri.

Kata kunci: edukasi, hipertensi, stunting

Abstract: The level of knowledge has a great influence on behavior, especially knowledge about health. This community service was carried out in Sungai Tandipah Village, Sungai Tabuk District, Banjar Regency, focusing on counseling on providing education related to hypertension to the elderly community and education on stunting materials to mothers and toddlers, as well as a demonstration of making chicken vegetable nuggets for stunting prevention and also free tension checks. This community service aims to make people know and understand what hypertension is and can prevent hypertension from an early age, can also understand what stunting is and can process high-nutrition products that are liked by all people as one of the efforts to prevent stunting. By delivering educational materials through counseling, the community becomes aware and changes in attitudes and behaviors based on the knowledge gained through counseling consciously and independently

Keywords: education, hypertension, stunting

PENDAHULUAN

Stunting dan hipertensi merupakan dua masalah kesehatan utama yang memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup masyarakat, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Stunting, atau kondisi tubuh yang pendek akibat kurangnya asupan gizi dalam periode penting pertumbuhan, terutama pada seribu hari pertama kehidupan. Anak yang mengalami stunting tidak hanya berisiko memiliki postur tubuh pendek, tetapi juga dapat mengalami gangguan perkembangan kognitif dan peningkatan risiko penyakit kronis di masa dewasa, seperti hipertensi (1).

¹ Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Sari Mulia, Banjarmasin, Indonesia

² Program Studi Profesi Apoteker, Universitas Sari Mulia, Banjarmasin, Indonesia

*) *corresponding author*

Darini Kurniawati
Program Studi Profesi Apoteker, Universitas Sari Mulia,
Banjarmasin, Indonesia

Email: darinikurniawati@gmail.com

Hipertensi, atau tekanan darah tinggi, adalah salah satu penyakit tidak menular yang paling umum di seluruh dunia, dan merupakan faktor risiko utama untuk penyakit kardiovaskular,

termasuk stroke dan serangan jantung (2). Hubungan antara stunting pada masa kanak-kanak dan peningkatan risiko hipertensi di kemudian hari semakin mendapat perhatian, karena stunting dapat mengakibatkan perubahan metabolik dan fisiologis yang predisposisi seseorang terhadap penyakit ini (3). Dalam konteks pengabdian kepada masyarakat, pentingnya edukasi dan intervensi pencegahan stunting dan hipertensi tidak dapat diabaikan. Masyarakat yang sadar akan dampak jangka panjang dari stunting cenderung lebih proaktif dalam mencegah dan mengatasi masalah ini melalui peningkatan asupan gizi, pola makan yang seimbang, dan pengawasan kesehatan secara berkala. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang stunting dan hipertensi, serta memberikan panduan praktis untuk pencegahan kedua kondisi tersebut melalui pendekatan yang berbasis komunitas (4).

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Sungai Tandipah, kecamatan Sungai Tabuk, kabupaten Banjar dengan materi hipertensi dan stunting. Materi hipertensi dengan sasaran masyarakat lanjut usia, sedangkan materi stunting dengan sasaran para ibu dan anak balita. Pelaksanaan dalam kegiatan ini meliputi dosen farmasi serta mahasiswa fakultas kesehatan Universitas Sari Mulia.

Penyuluhan kesehatan dilakukan dengan pemberian materi edukasi dasar tentang hipertensi dan stunting serta penerapannya pada kehidupan sehari-hari. Materi penyuluhan disampaikan melalui media ppt (*power point*) dan leaflet berisi tentang pengertian, faktor resiko serta pencegahan penyakit hipertensi dan stunting. Setelah pemaparan materi, dilakukan sesi tanya jawab antara masyarakat Desa Sungai Tandipah dan para mahasiswa fakultas kesehatan Universitas Sari Mulia. Kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan nugget sayur ayam sebagai salah satu upaya pencegahan stunting, ditutup dengan kegiatan pemeriksaan tensi gratis.

Tabel 1. Kegiatan PKM Edukasi Pencegahan Stunting dan Pengelolaan Hipertensi

No	Kegiatan	Tujuan	Metode	Output
1	Edukasi hipertensi dan stunting	- Meningkatkan pengetahuan tentang hipertensi, factor resiko dan cara pencegahan serta pengelolaan hipertensi - Meningkatkan pengetahuan tentang stunting, factor resiko, dan cara pencegahan	Ceramah	Leaflet
2	Diskusi dan tanya jawab terkait materi hipertensi dan stunting	- Tujuannya agar terjadi proses interaksi - Melihat Tingkat pemahaman masyarakat terkait materi hipertensi dan stunting	Ceramah dan tanya jawab	Leaflet
3	Demonstrasi pembuatan nugget sayur ayam	- Meningkatkan pengetahuan ibu tentang pemberian makanan bergizi cukup pada anak usia dini sebagai upaya mencegah stunting	Ceramah dan demonstrasi	Resep olahan nugget sayur ayam
4	Pemeriksaan tekanan darah	- Melihat derajat tekanan darah Masyarakat Desa Sungai Tandipah	Mengecek langsung tekanan darah yang dilakukan oleh mahasiswa keperawatan Uiniversitas Sari Mulia	Hasil tekanan darah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan di Desa Sungai Tandipah, kecamatan Sungai Tabuk, kabupaten Banjar. Kegiatan yang dihadiri sebanyak 27 orang ini berfokus pada pemberian edukasi kepada masyarakat mengenai penyakit hipertensi dan stunting. Sebelum pemberian materi, mahasiswa membagikan leaflet yang berisi tentang hipertensi dan stunting kepada masyarakat. Pemberian materi dilaksanakan oleh mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Sari Muia menggunakan media ppt (*power point*) dan leaflet yang diakhiri dengan sesi tanya jawab dan diskusi antara pemateri dan masyarakat yang hadir. Hal ini dimaksudkan agar terjadi interaksi dan dapat melihat pemahaman masyarakat setelah diberikannya materi.



Gambar 1. Leaflet Stunting



Gambar 2. Pemberian Materi

Menurut Notoatmodjo, dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi memungkinkan tercapainya proses perubahan perilaku ke arah yang diinginkan melalui peran aktif subjek dalam pendidikan kesehatan dan pertukaran pengalaman dengan subjek lain (5). Oleh karena itu metode ceramah dan diskusi dipilih pada kegiatan pengabdian masyarakat ini. Dengan membagikan leaflet kepada peserta, kami berharap peserta dapat memperdalam ilmunya dan membawa pulang informasinya. Keunggulan leaflet dalam promosi kesehatan adalah memberikan informasi yang lebih detail dan komprehensif.

Setelah selesai pemberian materi, dilanjutkan dengan demonstrasi pembuatan nugget sayur ayam yang dilakukan oleh mahasiswa, dengan mengolah langsung dan membagikan hasil olahan nugget kepada masyarakat. Hasilnya masyarakat menyukai rasa nugget sayur ayam tersebut, diharapkan para ibu dapat meniru dan membuat sendiri nugget sayur ayam tersebut untuk diberikan kepada

keluarga terutama anak-anak balita sebagai salah satu upaya pemenuhan gizi anak untuk pencegahan stunting.



Gambar 3. Leaflet Resep Nugget Sayur Ayam



Gambar 4. Demonstrasi Pembuatan Nugget Sayur Ayam

Setelah dilaksanakannya demonstrasi pembuatan nugget sayur ayam, dilanjutkan dengan kegiatan terakhir yaitu pemeriksaan tensi. Dari 27 orang yang melakukan pemeriksaan tensi, didapatkan rata-rata hasil tekanan darah antara 110/80-120/90 mmHg, yang mana hasil tekanan darah tersebut dalam kisaran batas normal.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan baik dan lancar, dimulai dengan pemberian materi, demonstrasi pembuatan nugget sayur ayam sampai ke pada pemeriksaan tekanan darah dilaksanakan dengan tertib dan baik.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Sungai Tandipah, kecamatan Sungai Tabuk, kabupaten Banjar. Kegiatan yang dilakukan antara lain berupa pemberian materi edukasi terkait hipertensi dan stunting menggunakan media ppt (*power point*) dan leaflet, demonstrasi pembuatan nugget sayur ayam, dan kegiatan pemeriksaan tensi. Seluruh rangkaian acara berjalan dengan sangat baik, dengan adanya kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai Hipertensi dan Stunting seperti pengertian Hipertensi dan Stunting, faktor penyebab Hipertensi dan Stunting, serta cara pencegahan Hipertensi dan Stunting di desa Sungai Tandipah,

Kecamatan Sungai Tabuk sehingga masyarakat dapat menerapkannya dikehidupan sehari-hari dengan selalu menerapkan pola hidup sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing lapangan, Ibu apt. Dra. Hj. Darini Kurniawati, Sp. FRS, teman-teman kelompok XII ICD-IDE 3 dan semua pihak-pihak yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- Barker, D. J. P. (1998). In utero programming of chronic disease. *Clinical Science*, 95(2), 115-128.
- UNICEF. (2022). *The State of the World's Children 2022: Children in a Digital World*. UNICEF.
- Victora, C. G., Adair, L., Fall, C., Hallal, P. C., Martorell, R., Richter, L., & Sachdev, H. S. (2008). Maternal and child undernutrition: consequences for adult health and human capital. *The Lancet*, 371(9609), 340-357.
- World Health Organization. (2021). Hypertension. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>.
- Elfina Yulidar, Dini Rachmaniah, & Hudari Hudari. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Hipertensi Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Grogol Tahun 2022. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(1), 264–274. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i1.1531>
- Victora, C. G., Adair, L., Fall, C., Hallal, P. C., Martorell, R., Richter, L., & Sachdev, H. S. (2008). Maternal and child undernutrition: consequences for adult health and human capital. *The lancet*, 371(9609), 340-357.
- Fakhriyyah, D. D., Fawwaz, N., Karisma, R. Y., & Murid, Y. (2024). Edukasi pencegahan hipertensi, diabetes melitus dan stunting. *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 4(4), 831–838. <https://doi.org/10.33474/jp2m.v4i4.20620>
- Marsanti, A. S., Ramadhanintyas, K. N., & Wibowo, P. A. (2023). Meningkatkan Kesehatan Masyarakat secara Mandiri dengan Memupuk Kesadaran mengenai Hipertensi, Stunting, CTPS dan Kesehatan Reproduksi. *APMa Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 73–78. <https://doi.org/10.47575/apma.v3i2.488>

