

Edukasi Gizi Pada Ibu Hamil Dengan “Kartu Macca Untuk Mencegah Stunting Di Puskesmas Tamalate Kota Makassar Tahun 2023

Nutrition Education for Pregnant Women Using the "Kartu Macca" to Prevent Stunting in Tamalate Health Center, Makassar City, 2023

Andi Syintha Ida, Asmawati G, Citrawati, Syaniah Umar

Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Makassar

Email Koresponden: andisintaida@gmail.com

ABSTRACT

Stunting is a chronic malnutrition problem caused by inadequate nutritional intake over a prolonged period. This condition leads to impaired physical growth in children, characterized by a height lower than the standard for their age, and also affects brain development and intelligence. One of the key efforts to prevent stunting begins during pregnancy by ensuring adequate maternal nutrition. This community service activity aimed to improve the knowledge of pregnant women through the use of the "Kartu Macca" educational media. The activity was conducted among 32 pregnant women in the working area of the Tamalate Health Center, Makassar City. The results showed a 75% increase in maternal knowledge, from only 18.8% of participants with good knowledge before the intervention (pre-test) to 93.8% after the education (post-test). These findings indicate that nutrition education using the Kartu Macca is effective in improving pregnant women's knowledge for stunting prevention.

Keywords: Maternal Nutrition, Kartu Macca, Stunting.

ABSTRAK

Stunting merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang tidak memadai dalam waktu lama. Kondisi ini mengakibatkan gangguan pertumbuhan fisik anak yang ditandai dengan tinggi badan lebih rendah dari standar usianya serta berdampak pada perkembangan otak dan kecerdasan anak. Salah satu upaya pencegahan stunting dimulai sejak kehamilan dengan memastikan kecukupan gizi ibu hamil. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil melalui media edukasi Kartu Macca. Kegiatan dilaksanakan pada 32 ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Kota Makassar. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil sebesar 75%, dari semula hanya 18,8% yang memiliki pengetahuan baik pada pre-test menjadi 93,8% setelah diberikan edukasi. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi gizi menggunakan Kartu Macca efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam pencegahan stunting.

Kata kunci: Gizi Ibu Hamil, Kartu Macca, Stunting.

PENDAHULUAN

Salah satu aspek penting yang memberikan andil terhadap kemajuan bangsa adalah kondisi kesehatan masyarakat. Stunting/ kekerdilan menjadi salah satu masalah yang sampai saat ini memerlukan perhatian khusus. Kasus balita stunting yang disampaikan oleh *World Health Organization* (WHO), Indonesia termasuk ke dalam negara ke-3 dengan prevalensi tertinggi di Asia Tenggara. Rata-rata prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2005-2017 mencapai angka 36,4%.¹ Presiden menargetkan upaya penurunan kejadian stunting mencapai 14% di tahun 2025².

Stunting merupakan permasalahan terkait gizi kronis yang diderita oleh balita. Kondisi ini ditandai secara fisik dari tinggi badan yang terlihat lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Anak yang stunting menjadi lebih rentan mengalami penyakit dan ketika mencapai usia dewasa memiliki risiko mengidap penyakit degeneratif. Selain itu, juga berdampak pada tingkat intelegensi anak.¹ Anak stunting memulai hidup mereka pada masalah nyata, kesulitan adaptasi, penurunan kemampuan belajar di sekolah, berpenghasilan lebih rendah ketika dewasa, dan memiliki hambatan dalam berpartisipasi di komunitas mereka. Mereka memiliki kekebalan yang lemah dan menghadapi peningkatan risiko kematian.³

Berbagai faktor disinyalir sebagai penyebab stunting telah dijelaskan dalam beberapa literature. Salah satunya adalah faktor nutrisi. Beberapa penelitian menguraikan bahwa didapatkan hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat, asupan protein dan asupan lemak yang tidak optimal dengan terjadinya stunting pada anak yang berusia 24-59 bulan.^{4,5} Kondisi pertumbuhan yang gagal seringkali diawali sejak janin dalam kandungan dan berlanjut setelah lahir. Hal ini dijelaskan dengan adanya proses menyusui yang kurang memadai, pemberian makanan komplementer serta pengendalian infeksi yang tidak optimal.⁶

Stunting sangat menguras produktivitas dan pertumbuhan ekonomi. Oleh karena itu, berbagai upaya perlu dilakukan untuk mengurangi prevalensi stunting. Asupan yang dikonsumsi ibu hamil memegang peranan penting dalam menngurangi prevalensi stunting pada anak. Gizi janin dalam kandungan bergantung sepenuhnya pada ibu sehingga kecukupan gizi ibu sangat mempengaruhi kondisi janin yang dikandungnya. Ibu hamil yang mengalami kekurangan gizi dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin dalam kandungan.

Oleh sebab itu untuk menghindari terjadinya stunting pada anak, ibu perlu mengkonsumsi asupan gizi yang baik, terutama pada saat masa kehamilan hingga anak lahir dan berumur 18 bulan. Periode yang paling kritis dalam penanggulangan stunting dimulai sejak janin dalam kandungan sampai anak berusia 2 tahun yang disebut dengan periode emas atau 1000 HPK. Oleh karena itu perbaikan gizi diprioritaskan pada usia 1000 HPK yaitu 270 hari selama kehamilannya dan 730 hari pada kehidupan pertama bayi dilahirkan.

Langkah pencegahan stunting yang dilaksanakan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia termasuk didalamnya adalah memenuhi kebutuhan gizi sejak hamil. Tindakan ini relatif ampuh karena dalam laporan Kementerian Kesehatan menyarankan agar Ibu yang sedang mengandung selalu mengkonsumsi makanan sehat dan bergizi maupun suplementasi kebutuhan nutrisi ibu akan meningkat selama masa kehamilan untuk mendukung pertumbuhan janin.

Dibandingkan dengan wanita tidak hamil, kebutuhan energi wanita hamil meningkat 13% dengan kebutuhan protein 54% lebih tinggi selama masa kehamilan dan menyusui (Dewey,2016). Ibu hamil memerlukan tambahan kalori kurang lebih 350-450 kalori per hari. Kebutuhan kalori ini perlu dipecah kedalam komponen makro dan mikro. Nutrisi makro terdiri dari karbohidrat, protein dan lemak. Sedangkan nutrisi mikro terdiri dari vitamin dan mineral. Beberapa zat yang harus terpenuhi selama kehamilan yaitu protein, kalsium, asam folat dan zat besi. Ibu hamil membutuhkan asupan kalsium minimal sejumlah 1200mg, dengan asam folat 600-800 mcg/hari, zat besi 27mg/hari dan protein 70-100 gram/hari dan meningkat setiap trimesternya. Adanya peningkatan kebutuhan ini terkadang sulit dipenuhi karena kondisi fisik ibu hamil yang juga mengalami gangguan seperti mual hingga muntah.

Kecukupan kebutuhan nutrisi yang meningkat dapat disiasati dengan diversifikasi makanan atau pemecahan jenis makanan dan pemilihan makanan padat nutrisi, makanan fortifikasi atau biofortifikasi makanan pokok, suplementasi dengan beberapa mikronutrien dan penggunaan produk makanan fortifikasi yang dirancang khusus untuk sasaran ibu hamil.

Pertumbuhan janin ini memerlukan suatu sistem yang bekerja komprehensif. Untuk bisa bekerja optimal maka diperlukan unsur yang saling bekerjasama. Prioritas utama kebutuhan ibu hamil adalah ketersediaan sumber energi (kalori). Jika energi tidak tersedia maka proses-proses selanjutnya akan menjadi terhambat. Hal selanjutnya yang perlu diperhatikan adalah status nutrisi ibu pada awal kehamilan karena hal ini sebagai dasar ketersediaan akses agar nutrisi sampai ke janin. Prioritas lainnya adalah ketersediaan bahan nutrisi yang tidak bisa diproduksi oleh tubuh (nutrisi esensial) yang hanya bisa didapatkan melalui asupan nutrisi ibu, seperti asam amino esensial, asam lemak esensial, mineral dan sebagian besar jenis vitamin. Bahan-bahan ini akan berpengaruh pada proses pembentukan jaringan, sistem dan organ janin.

Dalam kesehariannya, ibu hamil dapat melakukan model nutrisi 5J untuk kehamilan, yaitu melakukan asupan nutrisi kehamilan berupa paket penuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil yang meliputi (1) Jumlah kalori, (2) Jadwal makan, (3) Jenis makanan, (4) Jalur pemberian nutrisi dan (5) penJagaan terhadap pelaksanaan. Secara jumlah, ibu hamil membutuhkan minimal 35kkal/kg/hari dengan jadwal makan 3 kali makan besar dan 3 kali makan kecil. Jenis makanan yang dibutuhkan ibu hamil meliputi nutrisi makro yang dapat terdiri dari 4 jenis lauk protein perhari (protein hewani yang berbeda tiap makan ditambah protein nabati) dan nutrisi mikro dari berbagai jenis bahan makanan.

Kebutuhan jenis makanan ini berbeda tiap trimesternya. Pada trimester satu, tidak diperlukan nutrisi dalam jumlah besar namun diperlukan nutrisi lengkap (beragam jenis), terutama asam lemak dan asam amino esensial. Poin penting selanjutnya adalah jalur pengganti yaitu cara bagaimana makanan dapat masuk ke tubuh ibu hamil yang pada akhirnya disalurkan ke janin. Jalur pengganti ini digunakan untuk dua tujuan, yaitu pemeliharaan dan koreksi/terapi. Semua hal di atas dalam pelaksanaannya sering kali sulit dilakukan sehingga dibutuhkan upaya penJagaan yang disesuaikan dengan rekomendasi nutrisi kehamilan (Wibawa, 2021).

Edukasi dan intervensi pada ibu hamil mengenai pencegahan stunting sejak awal masa kehamilan dinilai dapat mengurangi angka stunting di Indonesia. Tingginya pemahaman ibu selama masa kehamilan tentang nutrisi yang baik dikonsumsi selama masa kehamilan dapat mengurangi pertumbuhan janin yang terhambat. Selain itu, ibu juga perlu melakukan pola hidup bersih dan sehat serta melakukan sanitasi yang baik sehingga mengurangi pajanan terhadap mikroorganisme penyebab infeksi. Infeksi pada ibu hamil ini berisiko menyebabkan adanya persalinan *preterm* yang pada akhirnya juga dapat meningkatkan risiko stunting kelak. Untuk mencegah stunting tersebut maka ibu hamil perlu memastikan kecukupan nutrisi yang sesuai dengan kebutuhannya selama masa kehamilan dan perlu rutin melakukan pemeriksaan di tenaga

kesehatan agar dapat mendeteksi kemungkinan infeksi yang dialami sehingga dapat mencegah infeksi berlanjut hingga akhirnya menyebabkan stunting.

Dari uraian di atas dapat diketahui tentang pentingnya pengetahuan pada Ibu hamil tentang gizi yang baik pada saat hamil yang dapat mencegah dan menekan prevalensi stunting pada anak. Salah satu cara yang dapat dilakukan agar pengetahuan tentang gizi yang baik pada ibu hamil meningkat yaitu dengan memberikan muatan edukasi melalui "Kartu Macca" pada kelas ibu hamil agar kebutuhan nutrisi pada janin dapat tercukupi.

Kartu macca merupakan kartu pintar bagi Ibu Hamil dimana pada kartu tersebut terdapat informasi tentang kebutuhan gizi yang diperlukan Ibu pada saat hamil baik zat gizi makro dan mikro, disajikan dengan gambar yang menarik, mudah dimengerti dan dipahami oleh ibu hamil dilengkapi dengan contoh contoh menu makanan khas sulawesi selatan yang dapat membantu Ibu hamil dalam menyiapkan bahan makanan yang sesuai dengan zat gizi yang diperlukan di 1000 HPK yang dapat mencegah stunting.

Provinsi Sulawesi Selatan menetapkan 11 kabupaten dengan 205 desa dan 22 kelurahan sebagai prioritas intervensi stunting pada 2021. Kabupaten Bone (50 desa), Pangkep (30 desa), dan lainnya menjadi fokus utama.

Pada 2020, prevalensi stunting di Kota Makassar masih tinggi, mencapai 30,59%. Lima puskesmas dengan kasus stunting tertinggi adalah Tamalate (475 anak), Kaluku Bodoa (399 anak), Sudiang (194 anak), Layang (186 anak), dan Sudiang Raya (184 anak).

Wilayah perkotaan seharusnya memiliki akses informasi dan sumber makanan yang lebih baik untuk pencegahan stunting. Oleh karena itu, pengetahuan ibu hamil mengenai pemenuhan gizi yang baik sangat penting guna mencegah stunting setelah kelahiran.

METODE PELAKSANAAN

Tempat dan Waktu

Pengabdian masyarakat ini dilakukan di Puskesmas Tamalate. Waktu pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Oktober 2023.

Khalayak Sasaran

Subyek yang menjadi khalayak sasaran utama dalam pengabdian masyarakat ini adalah Ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Kota Makassar

Metode Pengabdian

Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Kota Makassar adalah dengan melakukan penyuluhan dan simulasi kepada Ibu hamil tentang Pentingnya gizi pada ibu hamil untuk mencegah stunting.

Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang gizi dan pencegahan stunting yang diukur melalui post-test dengan target minimal 85% ibu hamil memperoleh nilai di atas 80, peningkatan keterampilan dalam menyiapkan dan mengolah makanan bergizi sesuai trimester kehamilan yang dinilai lewat simulasi dengan target 80% keberhasilan, partisipasi aktif ibu hamil dalam minimal 4 dari 5 pertemuan penyuluhan dengan target kehadiran 90%, kemampuan menggunakan dan memahami informasi pada Kartu Macca sebagai media edukasi yang diharapkan dapat dipahami oleh 85% peserta, serta harapan jangka panjang berupa penurunan prevalensi stunting minimal 10% di wilayah sasaran setelah pelaksanaan kegiatan.

Metode Evaluasi

Metode evaluasi dilakukan dengan dua cara: pertama, peningkatan pengetahuan diukur melalui post test berupa pertanyaan untuk menilai pemahaman ibu hamil terhadap materi yang diberikan. Kedua, peningkatan keterampilan dinilai melalui pengamatan langsung saat ibu hamil melakukan simulasi atau demonstrasi menyiapkan, mengolah, dan mengatur makanan bergizi sesuai kebutuhan tiap trimester kehamilan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Puskesmas Tamalate Kota Makassar melibatkan 32 ibu hamil dengan tahapan pelaksanaan sebanyak 5 (lima) kali pertemuan yang terdiri atas penyuluhan, simulasi, dan demonstrasi menggunakan media edukasi *Kartu Macca*.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang untuk pencegahan stunting. Berdasarkan hasil *pre-test* yang dilakukan pada 32 orang ibu hamil sebagai sasaran dan didapatkan 6 orang atau (18,8%) ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan baik atau (nilai ≥ 80), dan setelah diberikan edukasi meningkat menjadi 30 orang (93,8%) ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan baik. Peningkatan ini menggambarkan efektivitas penggunaan media *Kartu Macca* dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang kebutuhan gizi selama kehamilan.

Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi untuk Pencegahan Stunting (n=32)

Kategori Nilai	Pre-Test	Post-Test
≥ 80 (Baik)	6 (18,8%)	30 (93,8%)
< 80 (Kurang)	26 (81,2%)	2 (6,2%)
Total	32	32

Sumber : Data Primer

Hasil ini menunjukkan peningkatan pengetahuan sebesar 75% setelah dilakukan intervensi edukasi. Peningkatan tersebut sejalan dengan temuan Achadi et al. (2020) bahwa intervensi edukasi yang dilakukan secara berulang dan berbasis media visual mampu meningkatkan pemahaman ibu hamil terkait pemenuhan gizi.

Namun, peningkatan pengetahuan ini tidak hanya dipengaruhi oleh metode edukasi semata, melainkan juga oleh faktor eksternal seperti:

1. Dukungan keluarga dan suami, yang mendorong ibu untuk lebih memperhatikan asupan gizi selama kehamilan.
2. Latar belakang pendidikan ibu, yang berpengaruh terhadap kemampuan memahami materi yang disampaikan.
3. Keterlibatan tenaga kesehatan, terutama bidan puskesmas dan kader, yang berperan aktif dalam pendampingan selama kegiatan edukasi.
4. Kondisi sosial ekonomi, yang menentukan kemampuan ibu dalam mengakses bahan makanan bergizi sesuai anjuran.

Kombinasi antara metode edukatif, media visual lokal (*Kartu Macca*), dan dukungan lingkungan sosial terbukti memperkuat hasil edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan peningkatan pengetahuan tidak hanya ditentukan oleh media pembelajaran, tetapi juga oleh lingkungan pendukung yang kondusif bagi perubahan perilaku gizi ibu hamil.

Pada pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini ada beberapa tahapan yang telah dilaksanakan adalah :

1. Tahap persiapan
Tahap persiapan telah dilakukan oleh TIM Pengabdian Kepada Masyarakat yang terdiri dari 4 orang Dosen dan 3 orang mahasiswa dari Jurusan kebidanan meliputi :
 - a. Survey awal yang telah dilakukan pada bulan April 2023
Tahap ini tim pengabdian melakukan survey awal ke lokasi yang direncanakan untuk dijadikan tempat kegiatan untuk mengidentifikasi permasalahan mitra berdasarkan data – data yang ada juga dengan melihat langsung kelokasi
 - b. Pengurusan administrasi yang telah dilaksanakan di bulan Mei dan Juni 2023.
Kegiatan dimulai dengan proses pengurusan perijinan pelaksanaan kegiatan yang ditujukan ke Kepala Dinas Kesehatan Kota Makassar yang membawahi semua Puskesmas yang ada di Kota Makassar dan tembusan ke Puskesmas Tamalate sebagai tempat pelaksanaan kegiatan, melakukan identifikasi jumlah ibu hamil yang berada pada lokasi yang ditentukan di wilayah kerja Puskesmas Tamalate

- c. Koordinasi dengan Puskesmas dan Bidan mitra yang telah dilaksanakan di bulan Juni 2023.
Menetapkan waktu pelaksanaan kegiatan dan kesiapan ibu hamil untuk berkumpul, dan hasilnya telah ditetapkan untuk dilakukan pada minggu ke-IV Juni 2023.
 - d. Penyusunan bahan, materi penyuluhan dilakukan pada bulan Juni 2023.
Sebelum kegiatan penyuluhan dilakukan, tim pengabdian masyarakat melakukan penyusunan materi dan alat bantu yang akan digunakan saat melakukan penyuluhan dengan tujuan memudahkan dan membantu ibu – ibu hamil untuk lebih memahami pendidikan kesehatan tentang gizi pada ibu hamil dalam mencegah stunting, mendesain kartu macca agar mudah di pahami oleh ibu hamil
2. Tahap Pelaksanaan Kegiatan Pengabmas
- a. Pelaksanaan kegiatan pengabmas dilaksanakan sesuai rencana yang telah ditetapkan, Tim terdiri dari 3 orang dosen dan di bantu oleh 3 orang mahasiswa, 2 kader dan petugas puskesmas.
 - b. Pertemuan I dilaksanakan pada tanggal 28 Juni 2023, didahului dengan pemberian pre tes untuk mengetahui kapasitas/ pengetahuan yang dimiliki oleh ibu hamil tentang stunting dan gizi pada Ibu hamil, sesi selanjutnya perkenalan dilanjutkan pemberian materi tentang stunting yang dibawakan oleh salah satu Tim yaitu Ibu Syaniah Umar, S.ST M.Keb.
 - c. Setelah pemaparan materi stunting kemudian pemateri menggali respon balik dari peserta dengan memberikan games berupa pertanyaan secara mandiri. Ibu hamil begitu antusias dan dapat menjawab pertanyaan yang diajukan dengan baik. Semua yang memberikan jawaban dengan benar diberikan tali asih hal ini dilakukan agar Ibu hamil lebih antusias dalam menyimak edukasi yang diberikan dan juga merangsang keaktifan dari Ibu hamil agar dapat mencerna lebih baik lagi materi yang diberikan
 - d. Pertemuan II dilaksanakan pada tanggal 14 Juli 2023.
Terbagi atas 3 sesi kegiatan : Sesi 1 diberikan materi tentang dampak stunting dan upaya pencegahan stunting dengan metode CTJ yang dibawakan oleh Ibu Asmawati Gasma, SKM, M.Kes, dilanjutkan sharing pendapat bersama Ibu – Ibu hamil di wilayah kelurahan parangtambung.
Sesi 2 materi diberikan berupa pemutaran video perihal stunting dan Sesi 3 pemberian edukasi gizi dengan metode roleplay berupa games yang dibawakan oleh Tim Pengabmas, Ibu hamil di bagi dalam 3 kelompok untuk games mama cerdas cegah stunting dengan materi stunting dan gizi pada Ibu hamil. Semua Ibu hamil dalam kelompok mendapatkan tali asih sebagai penyemangat dan penghargaan atas keberhasilan menjawab pertanyaan yang diberikan.
 - e. Pertemuan ke III dilaksanakan pada tanggal 28 Agustus 2023 dengan materi Kebutuhan Zat Gizi pada Ibu hamil yang dibawakan oleh Ibu Citrawati, s.ST. Dalam pertemuan ini Ibu hamil diminta untuk menceritakan kembali tentang materi yang diberikan dan menyebutkan jenis – jenis makanan yang mempunyai nilai Gizi penting bagi Ibu Hamil. Pada pertemuan ke III ini setiap Ibu hamil yang dapat menceritakan kembali materi yang telah diberikan.
 - f. Pertemuan IV dilaksanakan pada tanggal 7 September 2023.
Metode yang diberikan berupa simulasi dan demonstrasi tentang makanan Gizi seimbang yang di bawakan oleh Ibu Andi Syintha Ida, S.ST, M.Kes. Pada tahap ini Ibu hamil diberikan pengetahuan tentang jenis – jenis makanan yang mengandung karbohidrat, Protein nabati, protein hewani, Vitamin dan mineral, zink dan fungsinya yang dapat menunjang kesehatan ibu hamil dan janinnya, diajarkan pula bagaimana cara mengolah makanan yang tepat sehingga nilai gizi yang terkandung dalam jenis - jenis makanan tersebut tidak hilang pada saat diolah.
 - g. Pertemuan V dilaksanakan pada tanggal 15 September 2023
Pertemuan sesi ini merupakan pertemuan terakhir dengan jadual memperkenalkan dan mensimulasikan kartu Macca, diharapkan dengan adanya kartu macca ini menjadi model bagi ibu hamil dalam memperoleh informasi pengetahuan perihal gizi yang dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan janin yang dikandung Ibu hamil sehingga dapat mencegah terjadinya stunting.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan juga pada tanggal 15 September 2023 setelah simulasi kartu macca dilaksanakan. Tahap evaluasi dilaksanakan dengan memberikan kesempatan pada ibu untuk melakukan pertanyaan kembali terkait materi yang telah diberikan dari pertemuan 1 sampai V, hal ini dapat mengukur secara langsung tingkat pemahaman Ibu hamil terhadap materi – materi yang sebelumnya telah diberikan. Untuk peningkatan keterampilan dilakukan pengamatan langsung pada Ibu hamil, dimana mereka diminta untuk memperagakan ulang simulasi yang pernah diberikan. Setelah itu pada sesi akhir evaluasi dilakukan post tes pada ibu – ibu hamil untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pengetahuan Ibu hamil perihal pentingnya gizi dalam mencegah stunting dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan pada Ibu Hamil sebesar 75% (dapat dilihat pada tabel 1)



Gambar 1. Persiapan dan perencanaan TIM PENGABMAS sebelum pelaksanaan pengabmas COE



Gambar 2. Pelaksanaan Pre test/ Pertemuan I Tanggal 28 Juni 2023



Gambar 3. Selayang pandang dan Pemaparan Materi Stunting



Gambar 4. Pertemuan II Tanggal 14 Juli 2023



Gambar 5. Pertemuan Tanggal 28 Agustus 2023



Gambar 6. Pertemuan tanggal 7 September 2023



Gambar 7. Pengenalan kartu macca dan penyerahan goddybag tanggal 15 September 2023

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan yang dilakukan terhadap 32 orang ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Makassar, dapat disimpulkan bahwa intervensi edukasi gizi dengan menggunakan media Kartu Macca terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan. Hal ini ditunjukkan dengan terjadinya peningkatan persentase ibu hamil dengan tingkat pengetahuan baik yang sangat drastis, yaitu dari 18,8% (6 orang) pada saat pre-test menjadi 93,8% (30 orang) pada post-test. Pencapaian peningkatan sebesar 75% ini secara jelas mengonfirmasi bahwa media Kartu Macca berhasil berfungsi sebagai alat edukasi yang powerful dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya gizi selama kehamilan sebagai upaya pencegahan stunting.

Saran

Berdasarkan hasil yang dicapai, dapat disampaikan rekomendasi strategis untuk memastikan keberlanjutan program. Pertama, bagi ibu hamil, disarankan untuk secara aktif memanfaatkan Kartu Macca sebagai panduan praktis dalam memilih dan menyiapkan bahan makanan kaya zat gizi makro dan mikro, guna memenuhi kebutuhan gizi selama masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan berkontribusi pada pencegahan stunting. Kedua, bagi Puskesmas Tamalate dan tim pengabdi, sangat penting untuk merancang mekanisme monitoring dan evaluasi berkelanjutan guna mengukur dampak jangka panjang intervensi ini, sekaligus mengidentifikasi kebutuhan pendampingan lebih lanjut guna memastikan penerapan pengetahuan yang telah diperoleh ibu hamil dapat berjalan secara optimal dan berkesinambungan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan ini, termasuk instansi terkait, tenaga kesehatan, dan para ibu hamil peserta kegiatan. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada rekan-rekan yang telah membantu dalam penyusunan materi dan pelaksanaan program. Kegiatan ini terlaksana dengan dukungan pendanaan dari instansi terkait yang telah memberikan hibah penelitian/pengabdian masyarakat.

REFERENSI

- Kemenkes Ri. Buletin Stunting. Kementeri Kesehat Ri. 2018;301(5):1163- 1178.
 Kementerian Ppn/Bappenas :: Berita. Accessed May 17, 2021.
[Https://Www.Bappenas.Go.Id/Id/Berita-Dan-Siaran-Pers/Musrenbangnas-Rpjmn-2020-2024-Indonesia-Lanjutkan-Pembangunan-Infrastruktur- Untuk-Modal-Persaingan-Global/Levels And Trends In Child Malnutrition 47 Million 38 Million](https://Www.Bappenas.Go.Id/Id/Berita-Dan-Siaran-Pers/Musrenbangnas-Rpjmn-2020-2024-Indonesia-Lanjutkan-Pembangunan-Infrastruktur- Untuk-Modal-Persaingan-Global/Levels And Trends In Child Malnutrition 47 Million 38 Million).
 Ermawati, Fitria H, Sarah Ey. The Association Between Macronutrient Intake With Stunting Incidence In Children Aged 24-59 Months In Ikur Koto Primary Health Center Of Padang 2019. In: 1st Annual Conference Of Midwifery. ; 2020. Doi:10.2478/9788366675087-012
 Anisa P. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 25-60 Bulan Di Kelurahan Kalibaru Depok Tahun 2012. Univ Indones. Published Online 2012.

- Iswandari Dp, Hariastuti I, Anggriana Tm, Wardani Sy. Biblio-Journaling Sebagai Optimalisasi Peran Ayah Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 Hpk). Couns J Bimbing Dan Konseling. 2020;10(1). Doi:10.25273/Counsellia.V10i1.4988
- Achadi El, Utari Dm, Putra Wky, Farsia L. Pencegahan Stunting Pentingnya Peran 1000 Hari Pertama Kehidupan. In: Bab 1 Stunting. ; 2020.
- Purwanti R, Nurfitia D. Review Literatur: Analisis Determinan Sosio Demografi Kejadian Stunting Pada Balita Di Berbagai Negara Berkembang. Bul Penelit Kesehat. 2019;47(3). Doi:10.22435/Bpk.V47i3.1349
- Parmanti P, Purnamasari Se. Peran Ayah Dalam Pengasuhan Anak. Insight J Ilm Psikol. 2015;17(2):81. Doi:10.26486/Psikologi.V17i2.687
- Mary S, Shaw K. The Superior Role Of Agricultural Growth In Reducing Child Stunting: An Instrumental Variables Approach. In: The Role Of Smallholder Farms In Food And Nutrition Security. ; 2020. Doi:10.1007/978-3-030-42148-9_11
- Januarti Lf, Hidayathillah Ap. Parenting Culture On The Role Of Father In Prevention Of Stunting In Toddler. Babali Nurs Res. 2020;1(2). Doi:10.37363/Bnr.2020.1211
- Krisnana I, Suryawan A, Muftiyaturrohmah M. Analysis Of Fathers' Support Based On Maternal Perceptions Through Stunting Incidence In Toddler At Coastal Areas. Syst Rev Pharm. 2020;11(5). Doi:10.31838/Srp.2020.5.110
- Yusnita, Arief A, Salsabila A, Iskandar F, Fitrihani P, Shabrina S. Hubungan Sikap Dan Perilaku Ibu Terhadap Pemberian Mp-ASI Dengan Stunting Pada Baduta Di Pandeglang. Semin Nas Ris Inov. Published Online 2020:51-57.
- Muafiah E, Imaduddin M, Fadly W, Nastiti S. Berperspektif Gender Dalam Keagamaan Untuk Anak. 2019;12(1):1-30.
- Pemprov Sulsel Tetapkan 205 Desa Lokus Intervensi Stunting | Suara Nusantara. Accessed May 18, 2021. <Https://Koransn.Com/Pemprov-Sulsel-Tetapkan-205-Desa-Lokus-Intervensi-Stunting/>
- Pemkab Gowa Deteksi 3.000 Anak Alami Stunting, 5 Kecamatan Jadi Lokus Penanganan » SulselSehat. Accessed May 19, 2021. <Https://Sulsel.Sehat.News/8361/Pemkab-Gowa-Deteksi-3-000-Anak-Alami-Stunting-5-Kecamatan-Jadi-Lokus-Penanganan/>