



SOSIALISASI *PREMARITAL CARE* DALAM PENCEGAHAN STUNTING DI KOTA PADANG

Rikayoni^{1*}, Dian Rahmi¹

Akademi Keperawatan Baiturrahmah Padang,
Jln Raya By Pass KM 15 Air Pacah Padang
rika.yoni88@gmail.com
Hp : 081374752092

ABSTRAK

Stunting adalah kondisi tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umunya atau yang seusia (Atikah, Rahayu, 2018). Di Indonesia menurut hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan (Kemenkes), prevalensi balita yang mengalami stunting sebanyak 24,4% pada tahun 2021. Tersebar di beberapa kota. Prevalensi kejadian stunting di Indonesia tahun 2022 adalah sebesar 21,6%. Provinsi Sumatera Barat menduduki peringkat ke-14 dengan prevalensi stunting sebesar 25,2%, dimana untuk Kota Padang memiliki angka kejadian stunting sebesar 19,5% (Jurnal Sumbar, 2022). Puskesmas Anak Air menduduki urutan kedua sebesar 15,5% setelah puskesmas Ikur Koto (Dinkes Padang, 2022). Sementara seperti diketahui pemerintah pusat melalui Peraturan Presiden (Perpres) nomor 72 tahun 2021 menargetkan angka stunting secara nasional pada 2024 hanya di kisaran 14 persen. Solusi dari permasalahan yang akan dilakukan yaitu melakukan penyuluhan *premarital care* atau *premarital chek up* di Kota Padang sebagai upaya pencegahan stunting. Langkah kecil untuk memutus rantai stunting dengan langkah preventif yang dilakukan oleh masyarakat yang sadar akan bahaya stunting. Sosialisasi *premarital care* sebagai salah satu upaya pencegahan stunting ini bertujuan untuk menyadarkan masyarakat akan pentingnya kesehatan dengan melakukan pencegahan akan tidak terjadinya stunting khususnya di wilayah kerja puskesmas. Penyuluhan stunting diawali dengan pembukaan, dan lanjut materi dari dosen Akper Baiturrahmah. Kesimpulan kegiatan berjalan sesuai harapan, jumlah peserta 25 orang dewasa pertengahan.

Kata Kunci : *Premarital Care - Stunting*

ABSTRACT

Stunting is a condition where a person's height is shorter than that of others of the same age (Atikah, Rahayu, 2018). In Indonesia, according to the Indonesian Nutritional Status Study (SSGI) conducted by the Ministry of Health, the prevalence of stunting among toddlers in 2021 was 24.4%. Spread across several cities. The prevalence of stunting in Indonesia in 2022 was 21.6%. West Sumatra Province ranked 14th with a stunting prevalence of 25.2%, while Padang City had a stunting prevalence of 19.5% (Jurnal Sumbar, 2022). Anak Air Community Health Center ranked second with a prevalence of 15.5% after Ikur Koto Community Health Center (Dinkes Padang, 2022). Meanwhile, as is known, the central government, through Presidential Regulation (Perpres) number 72 of 2021, targets a national stunting rate of only around 14 percent by 2024. The solution to this problem that will be implemented is to conduct premarital care counseling or premarital check-ups in Padang City as an effort to prevent stunting. Small steps to break the chain of stunting through preventive measures taken by a community aware of the dangers of stunting. This premarital care outreach, as a stunting prevention effort, aims to raise public awareness of the importance of health by preventing stunting, particularly in the community health center (Puskesmas) work area. The stunting outreach began with an

opening remarks, followed by material from lecturers from the Baiturrahmah Nursing Academy. The event, concluded with a successful outcome, with 25 middle-aged adults participating.

Kata Kunci : Premarital Care – Stunting

PENDAHULUAN

Stunting adalah kondisi tinggi badan seseorang lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umunya atau yang seusia (Atikah, Rahayu, 2018). Kasus *stunting* merupakan permasalahan global dan tidak hanya terjadi di Indonesia. *Stunting* merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) akibat akumulasi ketidak cukupan nutrisi yang berlangsung lama mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan (Mustika & Syamsul, 2018).

Di Indonesia menurut hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan (Kemenkes), prevalensi balita yang mengalami *stunting* sebanyak 24,4% pada tahun 2021. Tersebar di beberapa kota. Prevalensi kejadian *stunting* di Indonesia tahun 2022 adalah sebesar 21,6%. Provinsi Sumatera Barat menduduki peringkat ke-14 dengan prevalensi *stunting* sebesar 25,2%, dimana untuk Kota Padang memiliki angka kejadian *stunting* sebesar 19,5% (Jurnal Sumbang, 2022). Puskesmas Anak Air menduduki urutan kedua sebesar 15,5% setelah puskesmas Ikur Koto (Dinkes Padang, 2022). Sementara seperti diketahui pemerintah pusat melalui Peraturan Presiden (Perpres) nomor 72 tahun 2021 menargetkan angka *stunting* secara nasional pada 2024 hanya di kisaran 14 persen.

Solusi dari permasalahan yang akan dilakukan yaitu melakukan penyuluhan *premarital care* atau

premarital chek up di Kota Padang sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting*. Langkah kecil untuk memutus rantai *stunting* dengan langkah preventif yang dilakukan oleh masyarakat yang sadar akan bahaya *stunting*. Langkah sederhana dimulai *premarital care* atau *premarital chek up* termasuk salah satu upaya penting untuk mencegah dan menurunkan angka *stunting*. *Premarital check up* atau pemeriksaan kesehatan pranikah adalah rangkaian pemeriksaan kesehatan penting yang dilakukan oleh pasangan yang akan menikah. Hal ini dilakukan untuk menguji apakah terdapat penyakit genetik serta penyakit infeksi dan menular pada pasangan. Tujuannya, tentu saja untuk mencegah penularan penyakit kepada pasangan dan calon anak kelak.

METODE

Kegiatan dilaksanakan di salah satu wilayah kerja Puskesmas Dadok yang berada di Kota Padang, kegiatan ini dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2025 Sasaran dari kegiatan ini adalah remaja akhir dan wanita pasangan usia subur.

Tahap dan metode dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan masalah mitra yaitu sebagai berikut :

1. Membentuk masyarakat terutama wanita dari usia remaja sampai dengan wanita usia subur yang berwawasan promosi kesehatan dengan tujuan meningkatkan

pengetahuan wanita, pasangan, dan masyarakat secara keseluruhan tentang *Stunting* dan pencegahan *Stunting*

2. Penyuluhan kesehatan tentang *Premarital Care* dalam pencegahan *stunting* dengan membentuk masyarakat khususnya remaja dan wanita usia suburdengan sebagai berikut;
 - a. Membiasakan diri dengan perilaku hidup bersih dan sehat.
 - b. Melakukan pemeriksaan fisik
 - c. Melakukan pemeriksaan laboratorium
 - d. Mengikuti pemberian imunisasi Tetanus Toxoid (TT)
 - e. Mengikuti pemberian suplementasi gizi (Fe)
 - f. Pemberian Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) pranikah dan prakonsepsi, meliputi: kesehatan reproduksi dan pendekatan siklus hidup, hak reproduksi dan persiapan yang perlu dilakukan dalam persiapan pranikah.

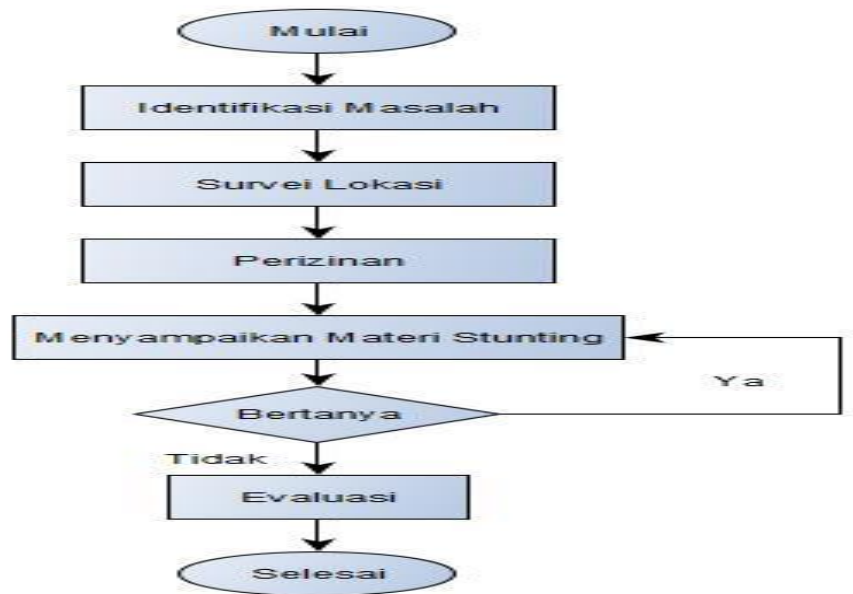
HASIL DAN PEMBAHASAN

Salah satu bentuk upaya dalam pencegahan *stunting*, adalah melalui

pendidikan kesehatan yang ditujukan kepada remaja akhir dan ibu muda dalam perubahan perilaku peningkatan kesehatan (Kemenkes RI,2018). Usaha kami untuk membantu pemerintah dalam mencegah *stunting* di kelurahan wilayah kerja puskesmas Dadok ini adalah dengan mengadakan kegiatan penyuluhan dan sosialisasi *premarital care* dalam upaya pencegahan *stunting* yang dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 12 Oktober 2025 yang bertempat di rumah warga wilayah kerja Puskesmas Dadok. Sasaran kegiatan ini adalah Ibu ibu muda dan remaja akhir serta perwakilan warga masyarakat.

Kegiatan ini sangat diterima serta didukung secara positif oleh pemerintahan kota serta kader yang memfasilitasi kegiatan guna mengajak masyarakat untuk menyadari akan pentingnya penyuluhan ini.

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan *stunting* didukung oleh pemerintah Kota, RT dan RW yang bekerja sama dengan Universitas Baiturrahmah dalam mengadakan pengabdian Kepada Masyarakat. Alur Pelaksanaan yang terlihat pada *flowchart* dibawah ini.



Gambar 1. *Flowchart* di atas Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Metode pengabdian kepada masyarakat dimulai dengan melakukan identifikasi masalah *stunting* yang terjadi di tengah-tengah masyarakat. Setelah menemukan suatu permasalahan, dilanjutkan dengan melakukan survei di tempat yang memiliki permasalahan terkait *stunting*. Setelah tempat yang disurvei tepat sasaran, selanjutnya mengajukan perizinan kepada pihak-pihak yang terkait. Kemudian penyuluhan *stunting* dapat dilakukan dan setelah selesai penyuluhannya ada sesi tanya jawab antara peserta dengan narasumber. Evaluasi dilakukan agar untuk kedepannya pengabdian kepada masyarakat jauh lebih baik dari yang sebelumnya.

Sosialisasi *premarital care* sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting* ini bertujuan untuk menyadarkan masyarakat akan pentingnya kesehatan dengan melakukan pencegahan akan tidak terjadinya *stunting* khususnya

diwilayah kerja puskesmas Sijunjung. Penyuluhan *stunting* diawali dengan pembukaan, sambutan dari lurah, serta sambutan dari salah satu dosen Akper Baiturrahmah. Kegiatan inti dari pengabdian kepada masyarakat ini yaitu penyampaian materi dari narasumber tentang sosialisasi *premarital care* sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting* dan sesi tanya jawab, kemudian diakhiri dengan penutup.

Terkait dengan sosialisasi *premarital care* sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting* beberapa hal yang disampaikan oleh narasumber ialah tentang kesadaran akan pentingnya kesehatan serta pentingnya perkembangan sejak awal sebelum menikah dan awal kehamilan seorang ibu hingga tumbuh kembang anak untuk mencegah generasi emas supaya tidak terjadinya suatu kondisi atau permasalahan yang disebut dengan *stunting*. Adapun *stunting* adalah sebuah kondisi dimana tinggi badan

seseorang ternyata lebih pendek dibanding tinggi badan orang lain pada umumnya atau seusianya (Kementerian Desa, 2017).

Stunting dapat diakibatkan oleh gizi buruk, infeksi berulang, dan kekurangan stimulasi psikososial. Secara lebih rinci materi yang disampaikan adalah maksud dari stunting, dampak kurang gizi pada awal kehidupan terhadap kualitas sumber daya manusia, dampak terjadinya stunting, faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting, penyebab stunting di Indonesia multi-dimensional, langkah-langkah yang harus dilakukan untuk mencegah stunting, menjelaskan periode emas, 1000 hari pertama kehidupan yang terjadi jika bayi tidak mendapatkan cukup gizi di periode emas, macam bentuk kegiatan gerakan masyarakat hidup sehat, berbagai perbedaan anak pendek dan anak

normal, serta fenomena *stunting* yang terjadi saat ini.

Setelah penyampaian materi oleh narasumber, masuk dalam sesi tanya jawab yang berupa penyampaian pertanyaan oleh peserta penyuluhan *stunting*. Diantaranya pertanyaan berupa apabila seorang ibu dengan kondisi stunting apakah anaknya juga akan stunting, kemudian seorang anak yang dilahirkan dengan kondisi normal tetapi ibunya setelah melahirkan meninggal lalu bagaimana cara untuk menghindari terjadinya *stunting*, kemudian yang dimaksud dengan gizi makro dan mikro. Selanjutnya, setelah sesi tanya jawab berakhir masuk ke dalam sesi penutup dari penyuluhan *stunting*. Pada sesi penutup, penyuluhan di tutup dengan membaca doa dan foto bersama dan pembagian *leaflet*.





KESIMPULAN

Dari hasil pelaksanaan kegiatan PKM yang telah dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 12 Oktober 2025 jam

10.00 WIB yang bertempat di Rumah warga dapat ditarik kesimpulan bahwa acara berjalan sesuai dengan rencana dan berlangsung lancar



meskipun jam nya lewat dari waktu yang telah di rencanakan. Peserta yang terdiri dari Ibu ibu muda, Remaja Akhir yang terlihat sangat antusias mengikuti kegiatan ini. Hal tersebut terlihat dari pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan peserta kepada narasumber.

.Saran

Diharapkan keluarga dan kader mampu untuk mencegah terjadinya angka *stunting* di Kota Padang dengan gencar melaksanakan sosialisasi tentang *stunting*. Selain itu juga perlu adanya penyuluhan lanjutan terkait *stunting*. Hal tersebut perlu dilakukan untuk melihat dan mengukur sejauh mana kesadaran dan implementasi dari pencegahan *stunting* masyarakat di Kota Padang ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwi Nastiti Iswarawanti, 2010. *Peranan Dan Tantangan Pemberdayaannya Dalam Usaha Peningkatan Gizi Anak Di Indonesia*, Jurnal Manajemen Pelayanan Kesehatan, Volume 13.
- Femidio, M., & Muniroh, L. (2020). *Perbedaan Pola Asuh dan Tingkat Kecukupan Zat Gizi pada Balita Stunting dan Non-Stunting di Wilayah Pesisir Kabupaten Probolinggo*. 49-57
- Jurnal Sumbar, 2022 . <https://jurnalsumbar.com/2022/06/ditemukan-dilubuktarok-sijunjung-186-balita-stunting-2-127-beresiko-stunting/>
- Kementrian Kesehatan RI. WartaKESMAS. Cegah Stunting Itu Penting. WartaKESMAS edisi 2
- KEMENKES RI.2018;(2):7-49.Diakses pada 21/10/2022. Tersedia di: http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Warta-Kesmas-Edisi-02-2018_1136.pdf
- Olsa ED, Sulastrri D, Anas E. (2017). Hubungan Sikap dan Pengetahuan Ibu terhadap Kejadian Stunting pada Anak Baru Masuk Sekolah Dasar di Kecamatan Nanggalo. *Jurnal Kesehatan Andalas*.
- Parhisgar, O., et all. (2017). *Effect of Premarital Counseling on Marital Satisfaction*. Shiraz E Medicak Journal. 1-7
- Siswati, T., & Olfah, Y. (2020). *Kampanye Cegah Stunting, Bangsa Sehat Sejahtera*. Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia. Vol. 3, No. 1, 92-99
- Soetjiningsih, 2013. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Sulastrri, D. 2012. *Faktor Determinan Kejadian Stunting Pada Anak Usia Sekolah Di Kecamatan Lubuk Kilangan Kota Padang*. Kedokteran Andalas. doi:10.22338/mka.v36.i1.p39-50.2012
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018 <https://www.litbang.kemkes.go.id/menggembirakan-angka-stunting-turun-31-dalam-setahun/> Diakses Oktober 2021
- Tim Indonesiabaik.id. *Bersama Perangi Stunting*, Direktorat Jenderal Informasi dan Komunikasi Publik. ISBN: 978-623-90784-3-0, 2019



Trihono T, Atmarita A, dkk. Pendek (stunting) di Indonesia, masalah dan solusinya. Lembaga Penerbit Badan Penelitian Dan Pengembangan

Kesehatan.2015; 16-25.
Diakses 26/10/2022.
<http://pdgmi.org/wp-content/uploads/2016/08/Stunting-di-Indonesia-A5-rev7.pdf>