

Pendampingan Ibu Hamil Banjar Tandang Tri Buana, Desa Batur Tengah, Kintamani dalam Gerakan Peduli Stunting

Dewa Ayu Agung Alit Suka Astini^{1*}, A.A.Made Semariyani², Ni Putu Diah Witari¹, Fransiscus Fiano Anthony Kerans¹, A A Ayu Asri Prima Dewi¹, Luh Gde Evayanti¹, Ida Kurniawati¹, Komang Trisna Sumadewi¹

¹Bagian Anatomi-Histologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

²Fakultas Pertanian, Universitas Warmadewa, Denpasar, Bali, Indonesia

*Email: sukesukaastini@gmail.com

Abstrak

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Kabupaten Bangli memiliki angka stunting tertinggi di Provinsi Bali, yaitu sebesar 43,2%. Banjar Tandang Tri Buana, Desa Batur Tengah, termasuk di antara lokasi yang terdampak. Kondisi ekonomi keluarga yang buruk dan kurangnya pemahaman ibu sangat erat kaitannya dengan stunting. Melalui pelatihan pembuatan minuman herbal kunyit tradisional (loloh kunyit), pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberdayakan ibu hamil secara ekonomi dan meningkatkan kesadaran mereka tentang pencegahan stunting dengan menekankan pentingnya pemberian ASI eksklusif. Strategi yang diterapkan meliputi pendidikan kesehatan, pengembangan keterampilan, dukungan berkelanjutan, serta pemantauan dan penilaian bulanan. Sembilan ibu hamil berpartisipasi dalam kegiatan ini. Rata-rata skor pretest meningkat dari 5,4 menjadi 7,1 pada posttest, yang menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan. Berdasarkan hasil ini, pelatihan dan edukasi yang diberikan kepada para ibu meningkatkan pengetahuan mereka tentang cara mencegah stunting dan memberikan peluang untuk meningkatkan pendapatan keluarga melalui pembuatan produk herbal.

Kata kunci : Stunting, ibu hamil, ASI eksklusif, minuman herbal kunyit, pemberdayaan masyarakat

Abstract

[Empowering Pregnant Women in Banjar Tandang Tri Buana, Batur Tengah Village, Kintamani in the Stunting Prevention Movement]

According to the 2018 Basic Health Research (Riskesdas), Bangli Regency had the highest stunting rate in Bali Province, reaching 43.2%. Banjar Tandang Tri Buana, Batur Tengah Village, is among the affected locations. Poor family economic conditions and limited maternal knowledge are strongly associated with stunting. Through training in the preparation of traditional turmeric herbal drinks (loloh kunyit), this community service program aimed to economically empower pregnant women and increase their awareness of stunting prevention by emphasizing the importance of exclusive breastfeeding. The strategies implemented included health education, skill development, continuous support, as well as monthly monitoring and evaluation. Nine pregnant women participated in this program. The average pretest score increased from 5.4 to 7.1 in the posttest, indicating an improvement in knowledge. Based on these findings, the training and education provided to the mothers enhanced their knowledge of stunting prevention and created opportunities to increase family income through the production of herbal products.

Keywords: Stunting, pregnant women, exclusive breastfeeding, turmeric herbal drink, community empowerment.

PENDAHULUAN

Bagian pendahuluan terutama berisi: (1) analisis situasi; (2) permasalahan mitra; (3) solusi yang ditawarkan; dan (4) target luaran.

Di Indonesia, masalah kesehatan masyarakat yang cukup besar adalah stunting, termasuk juga di Provinsi Bali. Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, Kabupaten Bangli menduduki posisi pertama dengan angka stunting tertinggi di Bali, yaitu 43,2% ⁽¹⁾. Hal ini menunjukkan adanya masalah mendasar yang belum diatasi dengan baik, baik dari pengetahuan masyarakat tentang gizi dan kesehatan ibu hamil, maupun dari sisi sosial ekonomi yang berdampak pada ketahanan pangan keluarga.

Salah satu daerah yang terkena dampak dan menjadi mitra dalam aktivitas pengabdian ini adalah Banjar Tandang Tri Buana, yang terletak di Desa Batur Tengah, Kabupaten Bangli. Warga di daerah ini masih kurang informasi tentang betapa pentingnya memenuhi kebutuhan gizi sejak masa kehamilan, termasuk pemahaman yang rendah tentang manfaat pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif untuk mencegah stunting. Padahal, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan anak telah terbukti secara signifikan mengurangi risiko terjadinya stunting ⁽²⁾. Terdapat korelasi yang jelas antara rendahnya prevalensi stunting pada anak dan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama. Sebuah meta-analisis yang dilakukan di Indonesia mengungkapkan bahwa kemungkinan stunting sekitar 2,90 kali lebih tinggi pada bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif ⁽³⁾. Selain itu, studi *cross-sectional* yang dilakukan di Indonesia menunjukkan adanya korelasi kuat antara pemberian ASI eksklusif dengan rendahnya kejadian stunting pada balita ⁽⁴⁾. Nutrisi terbaik, komponen imunologis (seperti faktor pertumbuhan dan antibodi) yang mencegah infeksi, dan peningkatan pematangan usus merupakan mekanisme

yang mendasari perlindungan ini. Pemberian ASI eksklusif membantu menjaga lintasan pertumbuhan anak karena infeksi dan malabsorpsi memperburuk gangguan pertumbuhan. Jika digabungkan, hasil-hasil ini menyoroti pentingnya pemberian ASI eksklusif sebagai pendekatan kesehatan masyarakat yang berdampak tinggi untuk mencegah stunting.

Selain itu, aspek finansial juga menjadi tantangan bagi ibu hamil dan keluarga mereka dalam mendapatkan pilihan makanan bergizi dan beragam. Keterampilan dalam mengolah produk lokal seperti loloh kunyit, minuman tradisional Bali, dapat menjadi bentuk pemberdayaan ekonomi keluarga dan upaya promosi kesehatan berbasis kearifan lokal ^(5,6). Mengingat bahan baku yang mudah diakses dan teknik pengolahan yang sederhana, pengembangan usaha kecil berbasis produk herbal tradisional dapat menjadi alternatif untuk mendukung perekonomian rumah tangga.

Kandungan utama loloh kunyit (*Curcuma longa*), mengandung zat bioaktif dengan sifat antiinflamasi, antioksidan, dan antibakteri, terutama kurkuminoid. Dengan mengurangi peradangan, infeksi, atau stres oksidatif, yang semuanya normalnya dapat menghambat produksi ASI atau kenyamanan menyusui, manfaat ini dapat membantu meningkatkan kesehatan ibu setelah melahirkan. Secara spesifik, sebuah studi terkontrol acak menemukan bahwa mengonsumsi kombinasi suplemen herbal, termasuk kunyit, fenugreek, dan jahe, meningkatkan jumlah ASI yang diproduksi oleh ibu menyusui sekitar 49% setelah dua minggu dan lebih dari 100% setelah empat minggu, tanpa menimbulkan efek samping negatif ^(7,8). Lebih jauh lagi, penggunaan kunyit dalam masakan dalam jumlah sedang dianggap aman selama menyusui, karena tidak ada bukti ekskresi negatif ke dalam ASI ⁽⁹⁾. Dengan demikian, mengonsumsi minuman berbahan dasar kunyit seperti loloh kunyit secara teratur dapat membantu ibu memproduksi ASI lebih banyak, memulihkan diri lebih baik, dan dengan demikian memberikan ASI

eksklusif lebih berhasil.

Ketidaktahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting dan rendahnya sumber daya keuangan keluarga mereka merupakan dua masalah utama yang diidentifikasi oleh komunitas mitra. Pendidikan kesehatan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif sebagai langkah awal pencegahan stunting dan pelatihan keterampilan dalam pembuatan minuman herbal kunyit tradisional (loloh kunyit), yang berpotensi menjadi produk ekonomi keluarga, merupakan dua pendekatan strategis yang ditawarkan oleh kegiatan pengabdian masyarakat ini. Dengan menerapkan strategi-strategi ini, inisiatif ini berupaya untuk memungkinkan ibu hamil mencapai kemandirian ekonomi dan pengetahuan yang lebih besar.

Setiap langkah kegiatan, termasuk sesi konseling, praktik pengolahan produk, dan evaluasi hasil, membutuhkan keterlibatan aktif dari komunitas mitra. Tugas-tugas tersebut dilaksanakan secara berkelanjutan dan bertahap, dengan pengawasan dan pendampingan yang intensif. Peningkatan pemahaman peserta tentang pencegahan stunting dan pengembangan kemampuan kewirausahaan melalui pemanfaatan produk-produk herbal lokal merupakan salah satu tujuan program.

METODE

Sembilan ibu hamil menjadi penerima manfaat utama dari proyek pengabdian masyarakat ini, yang dilaksanakan di Banjar Tandang Tri Buana, Desa Batur Tengah, Kabupaten Bangli, Provinsi Bali. Dimulai dengan persiapan perlengkapan, alat, dan perizinan, proses pelaksanaan berlanjut melalui sesi pelatihan dan konseling, pendampingan, dan penilaian akhir.

Tahap persiapan meliputi: (1) membuat materi edukasi tentang pentingnya ASI eksklusif yang disajikan menggunakan PowerPoint; (2) membuat materi pelatihan tentang pembuatan loloh kunyit, minuman herbal tradisional Bali yang terbuat dari kunyit, termasuk resep dan panduan pengemasan; (3) menyediakan peralatan

dan perlengkapan yang diperlukan, termasuk kompor, panci rebus, sendok pengaduk, baskom, baki, blender, pisau, talenan, kain saring, botol, alat ukur, dan corong; (4) mendapatkan izin resmi untuk pengabdian masyarakat dari Kepala Desa Batur Tengah; dan (5) membuat alat evaluasi, seperti kuesioner pretest dan posttest untuk mengukur pengetahuan dan formulir daftar periksa untuk mengukur keterampilan praktis dalam mengolah loloh kunyit untuk keuntungan finansial.

Untuk menjelaskan tujuan, manfaat, alur kegiatan, dan rencana monitoring/evaluasi, pertemuan pendahuluan diadakan dengan para peserta sebelum implementasi dimulai. Sesi konseling tentang manfaat ASI eksklusif dilanjutkan dengan presentasi menggunakan alat peraga PowerPoint. Setelah itu, para peserta menerima instruksi praktis tentang cara membuat dan mengemas loloh kunyit menggunakan peralatan dan perlengkapan yang diberikan.

Selama fase pendampingan dua bulan, para peserta menerima sesi pendampingan virtual bulanan untuk membantu mereka berlatih membuat loloh kunyit di rumah. Peserta diberikan perlengkapan dasar untuk memulai usaha yang berisi peralatan dan perlengkapan yang diperlukan untuk mendukung produksi berkelanjutan sebagai sumber pendapatan keluarga demi mendukung keberlanjutan.

Perbandingan skor pretes dan postes terkait pemberian ASI eksklusif digunakan untuk mengevaluasi pengetahuan peserta, dan checklist berdasarkan observasi digunakan untuk mengevaluasi keterampilan mitra dalam mengolah dan mengemas loloh kunyit. Selama dua bulan, penilaian ini dilakukan setiap bulan. Selanjutnya, evaluasi tingkat institusi dilakukan oleh Unit Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (UP2M) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Warmadewa, dan hasilnya dipresentasikan sebagai laporan akhir program.

Implementasi program pelibatan masyarakat ini menghasilkan sejumlah hasil yang dapat diamati dan diukur.

Pertama, terlihat dari peningkatan skor pasca-tes dibandingkan skor pra-tes, pemahaman peserta tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif meningkat secara signifikan. Kedua, hasil observasi berbasis daftar periksa yang dilakukan selama sesi pendampingan menunjukkan bahwa peserta telah meningkatkan kemampuan praktis dalam membuat dan mengemas loloh kunyit. Ketiga, dengan memberikan peralatan starter kit kepada peserta, mereka dapat mulai membuat loloh kunyit dalam skala kecil di rumah, yang dapat meningkatkan pendapatan dan pemberdayaan ekonomi keluarga. Lebih lanjut, program ini mempromosikan perilaku berkelanjutan dalam kewirausahaan dan pemberian ASI eksklusif, yang dipantau melalui pendampingan bulanan selama dua bulan, sehingga mendorong perubahan perilaku. Terakhir, penilaian yang dilakukan oleh Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (UP2M) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa memverifikasi bahwa tujuan program telah tercapai dan menghasilkan laporan berbasis bukti yang dapat direplikasi dan diperluas di komunitas lain di masa mendatang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sembilan ibu hamil berpartisipasi dalam proyek pengabdian masyarakat ini, yang dilaksanakan di Banjar Tandang Tri Buana, Desa Batur Tengah, Bangli. Para peserta berpartisipasi aktif dalam setiap tahapan kegiatan, termasuk pelatihan langsung pembuatan minuman herbal kunyit (loloh kunyit), penyuluhan tentang pentingnya ASI eksklusif, sosialisasi pertama, dan pendampingan (Gambar 1).



(a)



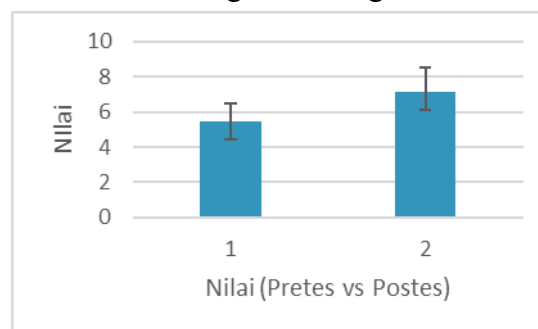
(b)



(c)

Gambar 1. a. Penyuluhan tentang pentingnya ASI eksklusif kepada mitra. b. Penyuluhan dan pelatihan pengolahan minuman loloh kunyit untuk meningkatkan ekonomi keluarga. c. Produk loloh kunyit yang telah dibuat.

Peningkatan pemahaman peserta tentang pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu indikator utama efektivitas program. Pendekatan pretes-postes digunakan untuk menilai hal ini. Skor rata-rata pretes adalah 5,4, dan skor postes meningkat menjadi 7,1 (Gambar 2). Peningkatan ini menunjukkan keberhasilan program edukasi kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan peserta tentang bagaimana pemberian ASI eksklusif membantu mencegah stunting.



Gambar 2. Nilai pretes dibandingkan dengan postes pada mitra. Terlihat adanya peningkatan pengetahuan mitra.

Fayasari et al. (2024) menemukan hasil serupa, yang menunjukkan bahwa program edukasi secara signifikan meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang menyusui dan gizi⁽¹⁰⁾.

Karena ASI mengandung nutrisi penting dan zat bioaktif yang mendukung fungsi imunologis dan perkembangan otak yang optimal pada bayi baru lahir, pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu terapi paling efektif untuk mencegah stunting^(2,11). Peningkatan pemahaman para peserta dapat mendorong kemajuan di masa mendatang dalam hal kesehatan anak di masyarakat.

Keterlibatan dan pembelajaran peserta semakin ditingkatkan melalui penggunaan teknik interaktif selama sesi pelatihan, seperti presentasi PowerPoint dan demonstrasi praktik langsung. Literasi kesehatan ibu telah terbukti ditingkatkan melalui inisiatif pendidikan berbasis masyarakat yang menggunakan media visual dan pengalaman praktis^(12,13).

Meskipun sukses, sejumlah kendala muncul, terutama saat melaksanakan sesi mentoring virtual akibat infrastruktur digital yang belum memadai. Namun, salah satu faktor utama keberhasilan program ini adalah motivasi dan keterlibatan aktif para ibu hamil. Sepanjang sesi, antusiasme mereka menunjukkan kesiapan untuk menyerap informasi baru dan menerapkan keterampilan yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan mempertimbangkan semua aspek, program ini berhasil meningkatkan pemahaman dan kemahiran peserta dalam hal kesehatan dan pemberdayaan ekonomi. Temuan ini konsisten dengan penelitian lain yang menunjukkan efektivitas pendekatan terpadu, yang menggabungkan kegiatan ekonomi lokal dengan pendidikan, dalam menangani akar penyebab stunting^(14,15).

SIMPULAN

Rata-rata skor pemahaman ibu hamil terhadap manfaat ASI eksklusif meningkat dari 5,4 pada ujian awal menjadi 7,1 pada postes. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat di Banjar Tandang

Tri Buana, Desa Batur Tengah, Bangli, telah membuahkan hasil yang bermanfaat. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi berbasis penjangkauan dan konseling interaktif berhasil meningkatkan kesadaran ibu hamil tentang pentingnya ASI eksklusif sebagai strategi pencegahan stunting. Selain itu, pelatihan pengolahan sirup kunyit meningkatkan kemampuan praktis peserta dan menciptakan peluang bagi pemberdayaan ekonomi keluarga. Meningkatkan literasi kesehatan dan memperkuat keuangan rumah tangga secara bersamaan merupakan cara berkelanjutan untuk mempromosikan ASI eksklusif sekaligus meningkatkan kesejahteraan. Pengembangan program diperlukan melalui pelatihan yang lebih intensif, pendampingan bagi usaha herbal daerah, dan kerja sama dengan tenaga medis profesional, pemerintah daerah, serta lembaga akademik untuk menjamin keberlanjutan dan dampak yang lebih luas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa atas fasilitasi kelembagaan dan bantuan dana, sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan sukses dan memberikan kontribusi yang signifikan bagi masyarakat setempat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Riset Dinas Kesehatan. Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. *Lemb Penerbit Balitbangkes*. Published online 2018:179.
2. World Health Organization. Infant and Young Child Feeding. *WHO Libr Cat Data*. Published online 2009:127-127. doi:10.5005/jp/books/11894_132
3. Simbolon D, Putri N. Stunting Prevention through Exclusive Breastfeeding in Indonesia: A Meta-Analysis Approach. *Amerta Nutr*. 2024;8(1SP):105-112. doi:10.20473/amnt.v8i1SP.2024.105-112
4. Ode Novi Angreni W, Arda D, Setyawati A, Sasmita A, Aris Tyarini I,

- Nordianiwati N. Exclusive breastfeeding in preventing stunting in toddlers. *J Edukasi Ilm Kesehatan*. 2024;2(1):07-13. doi:10.61099/junedik.v2i1.29
5. Fahmida U, Pramesthi IL, Kusuma S, Wurjandaru G, Izwardy D. GW: Directorate of Productive and Elderly Health, Indonesian Ministry of Health. *Matern Pediatr Nutr*. Published online 2022:1-16. doi: 10.1093/cdn/nzac028. PMID: 35542385; PMCID: PMC9071569.
6. Anjarwani S, Ernawati, Atrianingsih M, Rahman FA. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Pemanfaatan Jamu Sebagai Minuman Herbal Pada Masyarakat Desa Badrain Kabupaten Lombok Barat. *Aksi J Pengabdian Masy*. 2025;2(1):51-59. doi:10.71024/aksi.2025.v2i1.78
7. Hidayani YD, Maolinda W, Mahdiyah D. The effectiveness of providing complementary therapy of turmeric and kencur herbal medicine to postpartum mothers to increase breast milk volume in the working area of North Tapin Health Center. *Heal Sci Int J*. 2023;1(1):12-21. doi:10.71357/hsij.v1i1.6
8. Bumrungpert A, Somboonpanyakul P, Pavadhgul P, Thaninthranon S. Effects of fenugreek, ginger, and turmeric supplementation on human milk volume and nutrient content in breastfeeding mothers: A randomized double-blind controlled trial. *Breastfeed Med*. 2018;13(10):645-650. doi:10.1089/bfm.2018.0159
9. Drugs and Lactation Database. Turmeric. *Natl Inst Child Heal Hum Dev*. Published online 2025.
10. Fayasari A, Egy Saputri A, Nur Allifiya B, Diani D, Afraihana N, Studi Gizi P, Ilmu Kesehatan dan Teknologi F, Binawan U. Edukasi Gizi mengenai ASI Eksklusif pada Ibu Hamil dan Menyusui di Bogor Tengah. *J Abdimas Kesehat*. 2024;6(3):422-428. doi:10.36565/jak.
11. Kurniawati D, Hardiani RS, Rahmawati I. *Buku Saku Air Susu Ibu*. Vol 42.; 2020.
12. Qamariah N, Handayani R, Novaryatiin S. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Rumah Tangga dalam Pengolahan Tanaman Obat Keluarga (TOGA) sebagai Ramuan Obat Tradisional. *PengabdianMu J Ilm Pengabdian Kpd Masy*. 2019;4(1):50-54. doi:10.33084/pengabdianmu.v4i1.692
13. Manshur A, Saputri RK, Izza YP, Sofiyatun S, Fauziyah I. Peningkatan Keterampilan Ibu-Ibu Pkk Melalui Pelatihan Pembuatan Jamu Antihipertensi. *JMM (Jurnal Masy Mandiri)*. 2023;7(6):5745. doi:10.31764/jmm.v7i6.18307
14. Wahyuni D, Fitrayuna R. Pengaruh sosial ekonomi dengan kejadian stunting di desa kulau tambang kampar. *Preportif J Kesehatan Masy*. 2020;4(1):25.
15. Ahnafani MN, Ariani M, Fetriyah UH, Nito PJB. Hubungan status ekonomi dan tingkat pendidikan ibu dengan kejadian stunting pada balita. *Holistik J Kesehat*. 2024;18(8):988-1000. doi:10.33024/hjk.v18i8.485