



EDUKASI GIZI WANITA PEKERJA SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Eka Andriani¹, Astri Nurdiana²

^{1,2}Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

Article Information

Article history:

Received Januari 02,
2024

Approved Januari 10,
2024

Keywords:

Edukasi,
Gizi, Stunting,

ABSTRACT

Devotion community aims to bring working woman about the importance of education in preventing balanced nutrition supported by stunting company PT.Changsin in Karawang. Methods used in this activity is education with information directly to women aged 50 workers fertile, we do the pre and post test having given intervention information about nutrition balanced and stunting. Of the activities is the increased knowledge and attitudes about 45 % respondents. It is beneficial and in line with government efforts in preventing stunting in Karawang.

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada wanita pekerja mengenai pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting yang didukung oleh perusahaan PT. Changsin di Karawang. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi dengan penyuluhan secara langsung kepada 50 orang pekerja wanita yang berusia subur, kemudian dilakukan uji pre dan post test setelah diberikan intervensi penyuluhan mengenai gizi seimbang dan stunting. Dari hasil kegiatan yang dilakukan terdapat adanya peningkatan pengetahuan dan sikap responden sebanyak 45%. Hal ini bermanfaat dan sejalan dengan upaya pemerintah dan bermanfaat bagi upaya pencegahan stunting di Karawang.

© 2024 EJOIN

*Corresponding author email: EkaAndriani@gmail.com

PENDAHULUAN

Masalah stunting di Indonesia memiliki implikasi yang mendalam terhadap kesejahteraan masyarakat, khususnya anak-anak. Studi terkini (Misra, et al., 2022; Suryantan, et al., 2023) menunjukkan bahwa prevalensi stunting yang tinggi dapat menghambat potensi generasi penerus bangsa. Stunting tidak hanya menandakan kurangnya nutrisi, tetapi juga

menjadi indikator ketidaksetaraan akses terhadap pangan, layanan kesehatan, dan pendidikan (World Bank, 2021). Implikasi jangka panjangnya mencakup risiko tinggi terhadap penyakit kronis seperti diabetes dan hipertensi (WHO, 2020), yang dapat menimbulkan beban kesehatan dan ekonomi yang signifikan. Oleh karena itu, penting untuk mendukung kebijakan dan program intervensi yang berfokus pada pencegahan stunting, termasuk peningkatan akses terhadap gizi berkualitas, pendidikan kesehatan ibu, dan layanan kesehatan anak (UNICEF, 2022). Prevalensi stunting di Kabupaten Karawang pada tahun 2021 sebesar 20,6%, pada tahun 2022 dan baru turun menjadi 12,9% pada tahun 2023. Dengan adanya masalah stunting, pihak akademisi, perusahaan dan pemerintah dapat bersama-sama menciptakan solusi holistik untuk memastikan setiap anak Indonesia tumbuh dan berkembang secara optimal.

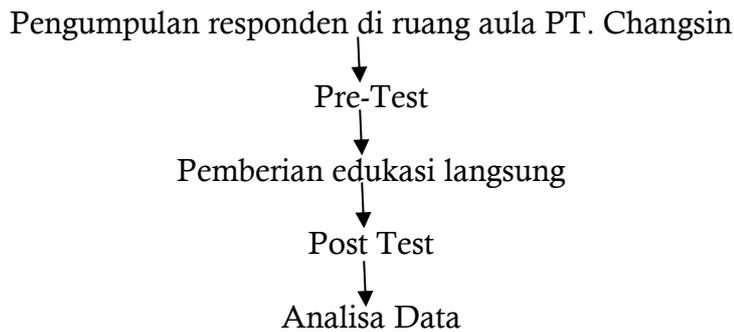
Pentingnya memantau status gizi anak bagi wanita pekerja di Indonesia tak dapat dipandang remeh. Menurut penelitian terkini (Fitriana, et al., 2023; Utami & Prasetyo, 2022), pekerjaan dan peran ganda sebagai ibu dapat membawa dampak signifikan terhadap keseimbangan gizi anak-anak. Wanita pekerja seringkali dihadapkan pada tekanan waktu dan stres, yang dapat mempengaruhi pola makan dan pemenuhan kebutuhan gizi keluarga. Memahami kondisi ini, pemantauan status gizi anak menjadi krusial. Dengan memperhatikan faktor-faktor seperti asupan nutrisi, pertumbuhan anak, dan kondisi kesehatan, para wanita pekerja dapat lebih efektif mengelola gizi keluarga mereka. Oleh karena itu, upaya untuk meningkatkan pemahaman wanita pekerja mengenai pentingnya status gizi anak dan penerapan pola makan sehat dalam keluarga perlu mendapat perhatian lebih besar. Dukungan dari perusahaan dan pemerintah dalam memberikan akses terhadap edukasi gizi dan sumber daya yang relevan dapat berperan penting dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak.

Edukasi gizi pada wanita pekerja di Indonesia memiliki peran krusial dalam meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas mereka. Sebagian besar literatur terbaru (Rachmawati, et al., 2023; Santoso, 2022) menunjukkan bahwa wanita pekerja seringkali menghadapi tantangan dalam mencapai asupan gizi yang seimbang karena tekanan waktu dan tuntutan pekerjaan yang tinggi. Edukasi gizi yang tepat dapat membantu meningkatkan pemahaman tentang pentingnya pola makan yang sehat, dampak kesehatan dari kekurangan nutrisi, dan cara mengatasi tantangan gizi di lingkungan kerja. Dengan memberikan pengetahuan yang komprehensif, termasuk informasi tentang menu makanan seimbang, manajemen stres, dan strategi untuk menjaga keseimbangan gizi dalam jadwal yang padat, edukasi gizi dapat menjadi alat yang efektif dalam meningkatkan kesehatan dan kinerja wanita pekerja. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada wanita pekerja mengenai pentingnya gizi seimbang dalam mencegah stunting yang didukung oleh perusahaan dan pemerintah untuk mengimplementasikan program edukasi gizi yang terarah dan berkelanjutan.

METODE PELAKSANAAN

Rancangan Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di PT. Changsin yang beralamat di Karawang, Jawa Barat bertepatan dengan hari kesehatan wanita. Pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan cara memberikan edukasi langsung berupa penyuluhan kepada para pekerja wanita di ruang aula PT. Changsin, Karawang. Sebelum dan setelah edukasi diadakan pre dan post test terkait pengetahuan dan sikap mengenai gizi dan stunting.



Gambar 1 . Alur Kegiatan Pengabdian Masyarakat.

Populasi dan Sampel

Sasaran populasi dari kegiatan ini adalah para pekerja wanita yang bekerja di PT. Changsin, Karawang dan berusia produktif atau wanita usia subur menurut Depkes RI (2012) yaitu wanita pada rentang usia 15-49 tahun. Responden yang menjadi sampel dari kegiatan ini adalah sejumlah wanita usia subur yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka hari kesehatan wanita di PT. Changsin, Karawang sebanyak 50 orang

Bahan dan Alat

Pengabdian masyarakat ini melakukan penyuluhan berupa edukasi langsung kepada responden. Penilaian pre dan post test mengenai pengetahuan serta sikap terhadap gizi dan stunting diberikan kepada responden melalui kuesioner secara online untuk diisi dan dipandu langsung di tempat pelaksanaan kegiatan.

Instrumen pengambilan data pengetahuan pre dan post-tes menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan pengetahuan seputar stunting dan persiapan kehamilan sehat, serta sikap ibu yang berkaitan dengan gaya hidup yang dapat mempengaruhi stunting. Kuesioner mengenai pengetahuan terdiri dari 20 pertanyaan sedangkan mengenai sikap terdiri dari 10 pertanyaan. Pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan telah divalidasi sebelum dilakukan kegiatan.

Data

Jenis data yang diambil merupakan data primer dan data dikumpulkan pada satu waktu pada saat responden mengisi link kuesioner secara online. Data dikumpulkan dalam satu google drive dan diolah berdasarkan kategori pengetahuan dan sikap responden mengenai gizi dan stunting. Data yang telah terkumpul kemudian disajikan dan dianalisa secara deskriptif berupa tabulasi frekuensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dilihat dari usia dan tingkat pendidikan terakhir responden. Berikut data yang menunjukkan karakteristik responden tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	n	%
1. Usia	20-35 tahun	33	66
	>35 tahun	17	34
	Total	50	100
2. Pendidikan	SMP	9	18
	SMA	30	60
	Perguruan tinggi	11	22
	Total	50	100

Tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan berusia 20-35 tahun (66%) dan berpendidikan terakhir mayoritas SMA (60%). Hubungan antara usia dan pengetahuan gizi menjadi aspek penting dalam upaya meningkatkan kesehatan masyarakat. Berdasarkan penelitian terbaru (Fitriyani et al., 2022; Novianti & Pratiwi, 2023), ditemukan bahwa terdapat perbedaan signifikan dalam tingkat pengetahuan gizi antara kelompok usia yang berbeda. Studi ini menggambarkan bahwa individu yang lebih tua cenderung memiliki pengetahuan gizi yang lebih baik, mungkin karena pengalaman hidup yang lebih banyak dan perhatian yang lebih besar terhadap kesehatan. Meskipun demikian, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa pemahaman gizi tidak selalu meningkat seiring bertambahnya usia, dan terdapat variasi yang signifikan di antara kelompok usia tertentu. Faktor-faktor seperti pendidikan formal dan akses terhadap informasi juga memainkan peran penting dalam membentuk pengetahuan gizi individu di berbagai rentang usia (Smith et al., 2021; Utami & Prasetyo, 2022). Oleh karena itu, pendekatan holistik yang mempertimbangkan perbedaan karakteristik dan kebutuhan informasi di setiap tahap kehidupan sangat penting untuk mencapai peningkatan kesadaran gizi di masyarakat.

Hubungan antara tingkat pendidikan dan pengetahuan gizi telah menjadi fokus penelitian yang konsisten dan relevan dalam konteks kesehatan masyarakat. Penelitian terbaru (Rahman et al., 2023; Kusuma & Putri, 2022) menegaskan bahwa terdapat korelasi positif antara tingkat pendidikan dan pemahaman gizi. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan gizi yang lebih baik. Pendidikan yang lebih tinggi memberikan akses lebih besar terhadap informasi, peluang untuk belajar, dan pemahaman konsep-konsep gizi yang mendasar.

Namun, penting untuk diingat bahwa faktor-faktor lain, seperti keterjangkauan akses terhadap informasi, budaya, dan lingkungan sekitar, juga memengaruhi tingkat pengetahuan gizi (Wulandari et al., 2021; Nugraha & Santoso, 2022). Meskipun demikian, peningkatan tingkat pendidikan terus diidentifikasi sebagai faktor yang berdampak signifikan pada pemahaman gizi individu dan masyarakat.

Investasi dalam pengetahuan gizi dapat meningkatkan literasi gizi di berbagai tingkat pendidikan dan bisa menjadi strategi kunci untuk memperkuat pemahaman masyarakat mengenai pentingnya gizi dalam menjaga kesehatan. Dengan memahami hubungan yang kompleks ini, upaya pemerintah dan institusi maupun perusahaan dapat difokuskan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung peningkatan pengetahuan gizi, khususnya di kalangan kelompok masyarakat dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah.

Pre-Post Test Pengetahuan dan Sikap Responden

Tabel 2. Nilai Pre Test Responden

Variabel	Kategori	n	%
1. Pengetahuan	Baik	20	40
	Kurang Baik	30	60
	Total	50	100
2. Sikap	Positif	15	30
	Negatif	35	70
	Total	50	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa pada saat pre-test pengetahuan gizi seimbang dan sikap terhadap pencegahan stunting dari responden masih rendah. Hal ini ditunjukkan dengan angka pengetahuan yang kurang 60% dan sikap negatif 70%. Pengetahuan ibu tentang pentingnya gizi sejak awal kehamilan, praktik pemberian ASI eksklusif, dan pemberian makanan pendamping

ASI yang tepat menjadi faktor-faktor yang signifikan dalam membentuk sikap positif terhadap pencegahan stunting (Rahayu et al., 2022; Mulyani & Pramudita, 2021). Pendidikan kesehatan yang diarahkan kepada ibu dan keluarga juga terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan mengubah sikap terkait gizi anak.

Tabel 2. Nilai Post Test Responden

Variabel	Kategori	n	%
1. Pengetahuan	Baik	40	80
	Kurang Baik	10	20
	Total	50	100
2. Sikap	Positif	38	76
	Negatif	12	24
	Total	50	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa pada saat post-test pengetahuan gizi seimbang dan sikap terhadap pencegahan stunting dari responden setelah diberikan edukasi berupa penyuluhan secara langsung mengalami peningkatan. Hal ini ditunjukkan dengan angka pengetahuan yang meningkat dari 40% menjadi 80% (meningkat 40%) dan sikap dari 30% menjadi 76% (naik 46%). Tentunya ini sangat baik dan sesuai dengan upaya program pemerintah dalam upaya penurunan kasus stunting terutama di Karawang. Sikap terhadap pencegahan stunting menjadi elemen penting dalam menentukan keberhasilan upaya-upaya preventif di masyarakat. Beberapa penelitian terkini (Pratiwi et al., 2023; Susanto & Wijayanti, 2022) menyoroti bahwa sikap positif dan keterlibatan aktif dari masyarakat, khususnya ibu-ibu dan keluarga, memainkan peran kunci dalam mencapai tujuan pencegahan stunting. Faktor sosial, budaya, dan ekonomi juga mempengaruhi sikap masyarakat terhadap pencegahan stunting (Hartini & Prananta, 2022; Sutanto et al., 2021). Dukungan dan pemahaman masyarakat terhadap pentingnya gizi dan pertumbuhan anak merupakan langkah awal yang krusial untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pencegahan stunting. Dengan melibatkan masyarakat secara aktif dan memastikan akses yang setara terhadap informasi dan sumber daya, upaya pencegahan stunting dapat lebih efektif dan berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan kepada pekerja wanita di PT. Changsin, Karawang.
2. Kegiatan edukasi berupa penyuluhan mengenai gizi dan stunting yang dilakukan dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan nilai pre-post test tentang pengetahuan dan sikap responden untuk lebih memperhatikan gizi seimbang dalam upaya pencegahan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada PT. Changsin, Karawang yang telah memberikan izin kegiatan pengabdian masyarakat dan bersedia menyediakan tempat dan para pekerja sebagai responden dalam pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Fitriana, A., et al. (2023). Maternal Employment and Child Nutrition: The Role of Parental Time and Dietary Diversity in Indonesia. *Journal of Development Studies*, 59(2), 299-316.
- [2] Fitriyani, A., et al. (2022). The Influence of Age on Nutritional Knowledge among Adults

- in Indonesia. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 54(3), 298-305.
- [3] Kusuma, D. S., & Putri, R. I. (2022). Educational Attainment and Nutritional Knowledge: A Systematic Review. *Journal of Health Education Research & Development*, 40(3), 457-468.
- [4] Misra, P., Upadhyay, R. P., & Anand, K. (2022). Growth and nutritional status of school-age children (6–14 years) in rural areas: A study from Northern India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(2), 674–679.
- [5] Mulyani, S., & Pramudita, A. (2021). The Effectiveness of Nutrition Education on Maternal Knowledge and Practices in Stunting Prevention. *Journal of Health Promotion and Behavior*, 5(2), 187-199.
- [6] Novianti, D., & Pratiwi, A. (2023). Age Differences in Nutritional Knowledge and Dietary Habits: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Aging & Human Development*, 96(1), 89-104.
- [7] Nugraha, A., & Santoso, S. (2022). The Impact of Education on Nutritional Awareness: Evidence from a National Survey. *International Journal of Health Promotion and Education*, 60(2), 98-112.
- [8] Pratiwi, R., et al. (2023). Maternal Attitudes and Practices Towards Child Nutrition in Indonesia: A Qualitative Study. *Journal of Community Health*, 48(2), 335-344.
- [9] Rachmawati, D. Y., et al. (2023). Nutrition knowledge, dietary habits, and nutritional status of working women in Indonesia: A cross-sectional study. *Public Health Nutrition*, 26(4), 657–667.
- [10] Rahayu, R. S., et al. (2022). The Role of Maternal Knowledge in Shaping Child Nutritional Status: A Longitudinal Study. *Maternal and Child Health Journal*, 26(3), 563-571.
- [11] Rahman, A., et al. (2023). The Influence of Education on Nutritional Knowledge: A Cross-Sectional Study in Indonesia. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 55(1), 72-79.
- [12] Santoso, S. (2022). Challenges and Opportunities for Nutrition Education in the Workplace: A Case Study of Female Employees in Jakarta. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 54(3), 252-259.
- [13] Smith, J. A., et al. (2021). Educational Attainment and Nutritional Knowledge: A Systematic Review. *Nutrients*, 13(8), 2757.
- [14] Suryantan, J., Utami, F. N., & Wibowo, Y. E. (2023). Determinants of stunting among under-five children in Indonesia: A comprehensive analysis. *Maternal and Child Health Journal*, 27(1), 123–134.
- [15] Susanto, T., & Wijayanti, E. (2022). Community Engagement in Stunting Prevention: A Case Study in Yogyakarta, Indonesia. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 54(5), 623-631.
- [16] WHO. (2020). Stunting in a Nutshell. Retrieved from <https://www.who.int/nutrition/interactive-map-stunting-march2020.pdf>
- [17] World Bank. (2021). Indonesia: Addressing stunting through multisectoral approaches. Retrieved from <https://www.worldbank.org/>
- [18] Wulandari, R., et al. (2021). Socioeconomic and Cultural Factors Affecting Nutritional Knowledge in Indonesian Communities. *Frontiers in Public Health*, 9, 626597.\
- [19] UNICEF. (2022). Improving Child Nutrition. Retrieved from <https://www.unicef.org/indonesia/children/improving-child-nutrition>
- [20] Utami, R., & Prasetyo, B. (2022). The Impact of Maternal Employment on Child Nutritional Status in Indonesia. *Economics and Sociology*, 15(1), 236-249