



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
KEMANTREN GONDOKUSUMAN  
KELURAHAN KOTABARU

ꦏꦺꦴꦫꦲꦲꦤ꧀ꦏꦺꦠꦧꦫꦸ

Jl. Juwadi No. 29 Yogyakarta Kode Pos: 55224 Telp.(0274) 520037 Fax (0274) 520037  
EMAIL: [kotabaru@jogjakota.go.id](mailto:kotabaru@jogjakota.go.id)  
HOTLINE SMS: 08122780001 HOTLINE EMAIL: [upik@jogjakota.go.id](mailto:upik@jogjakota.go.id)  
WEBSITE: [www.jogjakota.go.id](http://www.jogjakota.go.id)

Yogyakarta, 10 Mei 2023

Nomor : 800/302  
Sifat : Biasa  
Lamp. : -  
Perihal : **Permohonan Memberikan Penyuluhan**

Kepada Yth :  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum  
Yogyakarta

di Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka meningkatkan pengetahuan Ibu Kelurahan Kota Baru, mengenai pengetahuan tentang kesehatan, sehingga kami mengajukan permohonan kepada Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta untuk dapat memberikan penyuluhan. Adapun waktu, tempat dan materi yang kami minta adalah:

Hari dan Tanggal : Jumat, 19 Mei 2023 dan 7 Juni 2023  
Waktu : 09.00 WIB-Selesai  
Tempat : Gedung Gotong Royong Kelurahan Kota Baru.  
Media : Ceramah  
Materi : Pemenuhan Nutrisi untuk Tumbuh Kembang Janin Menuju *Zero Stunting* Di Indonesia Berdasarkan Aplikasi Skrining dan Edukasi (SEA).

Demikian surat permohonan izin kami sampaikan. Besar harapan kami atas bantuan dari Bapak/Ibu. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami ucapkan terimakasih.

  
URAI BERMAN, S.STP.,M.Ec.Dev.  
NIP. 198012272001121001

**HALAMAN PENGESAHAN  
PENGABDIAN MASYARAKAT DOSEN**

1. Judul:  
Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin Menuju *Zero Stunting* di Indonesia Berbasis Aplikasi Skrining dan Edukasi.
2. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama : Oktalia Damar Prasetyaningrum, S.Kep., Ns., MAN
  - b. NIK : 110081
  - c. Jabatan/Golongan : Dosen
  - d. Program Studi : D3 Keperawatan
  - e. Perguruan Tinggi : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
  - f. Alamat Kantor/Telp : Jalan Johar nurhadi Nomor 6 Yogyakarta (0274) 5177065
3. Anggota Dosen Pengusul
  - a. -
4. Lokasi Kegiatan/Mitra
  - a. Wilayah Mitra : Kelurahan Kota Baru, Kecamatan Gondokusuman.
  - b. Kabupaten/Kota : Kota Yogyakarta
  - c. Propinsi : Daerah Istimewa Yogyakarta
  - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 3,5 km
5. Luaran yang dihasilkan  
Peningkatan pengetahuan Wanita Usia Subur di Kelurahan Kota Baru tentang Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin.
6. Jangka Waktu Pelaksanaa : 1 bulan


Yogyakarta, 15 Agustus 2023

Mengetahui,  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum



Nurda Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.,  
Sp.Kep.MB., Ph.D., NS  
NIDN 0527088101

Dosen Pengabdi,



Oktalia Damar Prasetyaningrum, S.Kep.,  
Ns., MAN  
NIDN 0528108301

Menyetujui,  
Ketua UPPM



Christina Yeni Kustanti, Ns., M.Pall.C., Ph.D  
NIDN 0529017803



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
KEMANTREN GONDOKUSUMAN  
KELURAHAN KOTABARU

ꦏꦺꦭꦸꦫꦲꦲꦺꦴꦏꦠꦧꦫꦸ

Il. Juwadi No. 29 Yogyakarta Kode Pos: 55224 Telp.(0274) 520037 Fax (0274) 520037  
EMAIL:kotabaru@jogjakota.go.id  
HOTLINE SMS: 08122780001 HOTLINE EMAIL: upik@jogjakota.go.id  
WEBSITE: www.jogjakota.go.id

Yogyakarta, 10 Juni 2023

Nomor : 800/303  
Sifat : Biasa  
Lamp. : -  
Perihal : **Ucapan Terima Kasih**

Kepada Yth :  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum  
Yogyakarta

di Tempat

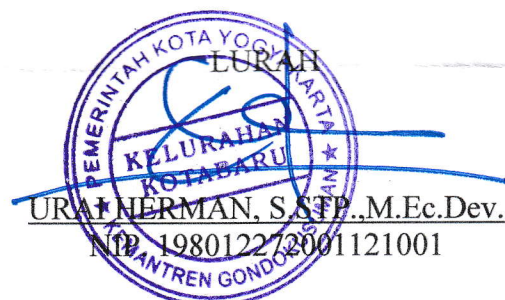
Dengan hormat,

Pada kesempatan ini, kami perwakilan dari Kelurahan Kota Baru, Kematren Gondokusuman Yogyakarta menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta atas waktu dan kesediaannya untuk memberikan penyuluhan pada:

Hari dan Tanggal : Jumat, 19 Mei 2023 dan 7 Juni 2023  
Waktu : 09.00 WIB-Selesai  
Tempat : Gedung Gotong Royong Kelurahan Kota Baru.  
Media : Ceramah  
Materi : Pemenuhan Nutrisi untuk Tumbuh Kembang Janin Menuju *Zero Stunting* Di Indonesia Berdasarkan Aplikasi Skrining dan Edukasi (SEA).  
Oleh : Oktalia Damar P., S. Kep., Ns., MAN.

Semoga apa yang sudah kami terima dapat bermanfaat bagi warga. Informasi kesehatan selanjutnya, sangat kami harapkan untuk meningkatkan kesehatan di masyarakat.

Demikian surat ucapan terima kasih kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama Bapak dan Ibu, kami ucapkan terimakasih.





# SERTIFIKAT

Nomor: 1629/SB/PM.01/V/2023

Diberikan Kepada

*Oktaalia Damar P., S.Kep, Ns., MAN.*

dalam program Pelatihan dengan Tema: "Pemenuhan Gizi Untuk Perkembangan Janin Menuju Zero Stunting Di Indonesia Berbasis Aplikasi Skrining Dan Edukasi" yang diselenggarakan oleh STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta bekerjasama dengan Kelurahan Kotabaru pada tanggal 19 Mei 2023

**Urai Herman, S.SPT., M. Ec.Dev**  
Lurah Kelurahan Kotabaru

**Nurliana I., S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.MB.,Ph.D.NS.**  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum



# SERTIFIKAT

Nomor: 1873/SB/PM.01/VI/2023

Diberikan Kepada

*Oktaalia Damar P., S.Kep, Ns., MAN.*

dalam program Pelatihan dengan Tema: "Pemenuhan Gizi Untuk Perkembangan Janin Menuju Zero Stunting Di Indonesia Berbasis Aplikasi Skrining Dan Edukasi" yang diselenggarakan oleh STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta bekerjasama dengan Kelurahan Kotabaru pada tanggal

7Juni 2023

**Urai Herman, S.SPT., M. Ec.Dev**  
Lurah Kelurahan Kotabaru

**Nurliana I., S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Kep.MB.,Ph.D.NS.**  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum

**LAPORAN HASIL**  
**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
**PEMENUHAN GIZI UNTUK PERKEMBANGAN JANIN MENUJU**  
***ZERO STUNTING* DI INDONESIA BERBASIS APLIKASI**  
**SKRINING DAN EDUKASI.**

**OLEH :**

**OKTALIA DAMAR P., S.KEP., NS., MAN**

**NIDN 0528108301**



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM**  
**YOGYAKARTA**

**2023**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PENGABDIAN MASYARAKAT DOSEN**

1. Judul:  
Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin Menuju *Zero Stunting* di Indonesia Berbasis Aplikasi Skrining dan Edukasi.
2. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama : Oktalia Damar Prasetyaningrum, S.Kep., Ns., MAN
  - b. NIK : 110081
  - c. Jabatan/Golongan : Dosen
  - d. Program Studi : D3 Keperawatan
  - e. Perguruan Tinggi : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
  - f. Alamat Kantor/Telp : Jalan Johar nurhadi Nomor 6 Yogyakarta (0274) 5177065
3. Anggota Dosen Pengusul
  - a. –
4. Lokasi Kegiatan/Mitra
  - a. Wilayah Mitra : Kelurahan Kota Baru, Kecamatan Gondokusuman.
  - b. Kabupaten/Kota : Kota Yogyakarta
  - c. Propinsi : Daerah Istimewa Yogyakarta
  - d. Jarak PT ke lokasi mitra : 3,5 km
5. Luaran yang dihasilkan  
Peningkatan pengetahuan Wanita Usia Subur di Kelurahan Kota Baru tentang Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin.
6. Jangka Waktu Pelaksanaa : 1 bulan

Yogyakarta, 15 Agustus 2023

Mengetahui,  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Dosen Pengabdi,

Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.,  
Sp.KepMB., Ph.D., NS  
NIDN 0527088101

Oktalia Damar Prasetyaningrum, S.Kep.,  
Ns., MAN  
NIDN 0528108301

Menyetujui,  
Ketua UPPM

Christina Yeni Kustanti, Ns., M.Pall.C., Ph.D  
NIDN 0529017803

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Rahmat dan KaruniaNya sehingga dapat menyelesaikan Laporan Pengabdian Masyarakat dengan judul “Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin Menuju *Zero Stunting* di Indonesia Berbasis Aplikasi Skrining dan Edukasi”. Selesaiannya Laporan Pengabdian masyarakat ini tak lepas dari bantuan banyak pihak baik moril maupun materil. Untuk itu kami mengucapkan terima kasih kepada yang penulis hormati:

1. Ibu Ns. Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Bapak Urai Herman, S.STP., M.Ec.Dev selaku Lurah Kelurahan Kota Baru.
3. Pihak perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta yang banyak membantu dalam peminjaman buku-buku referensi.
4. Semua pihak yang tidak dapat penyusun sebutkan satu-persatu.

Penyusun menyadari dalam penyusunan laporan pengabdian masyarakat ini masih banyak kekurangan, sehingga penyusun berharap kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan laporan ini. Penyusun berharap semoga laporan ini dapat berguna untuk selanjutnya.

Yogyakarta, 10 Agustus 2023

Penyusun

## DAFTAR ISI

Halaman Judul .....	i
Halaman Pengesahan .....	ii
Kata Pengantar .....	iii
Daftar Isi .....	iv
Bab I Pendahuluan .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan .....	4
Bab II Landasan Teori .....	5
Bab III Metode dan Pelaksanaan Kegiatan .....	15
A. Metode .....	15
B. Waktu Kegiatan .....	15
C. Tabel SAP .....	17
D. Sasaran .....	17
Bab IV Hasil dan Pembahasan .....	18
A. Hasil .....	18
B. Pembahasan .....	19
Bab V Penutup .....	22
A. Kesimpulan .....	22
B. Rencana Tindak Lanjut .....	22
Daftar Pustaka	
Lampiran	





## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Surat Permohonan

Lampiran 2. Surat Tugas 19 Mei 2023

Lampiran 3. Surat Tugas 7 Juni 2023

Lampiran 4. Kuesioner Pre dan post test

Lampiran 5. Daftar Hadir

Lampiran 6. Surat Ucapan Terimakasih

Lampiran 7. Tabel umum

Lampiran 8. Materi

Lampiran 9. Dokumentasi



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Angka kematian ibu di Indonesia merupakan tertinggi dari Negara-negara di ASEAN. Kejadian kematian ibu pada tahun 2015 adalah 303 per 100.000 kelahiran hidup (Carcelen et al., 2021; WHO, 2017). Terlepas dari panjang dan lokasi kehamilan, kematian ibu didefinisikan sebagai kematian seorang wanita selama kehamilan atau 42 hari setelah melahirkan yang disebabkan oleh sesuatu yang berhubungan dengan kehamilan atau penatalaksanaan ibu hamil tetapi bukan karena kecelakaan atau insidental (WHO, 2017; WHO et al., 2019). Target SDGs (Sustainable Development Goals) pada tahun 2023 angka kematian ibu menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup (WHO, 2019). Target Rencana Jangka Menengah Negara (RPJMN) pada 2024 angka kematian menjadi 108 per 100.000 kelahiran hidup. Angka kematian disebabkan oleh komplikasi kehamilan. Selain angka kematian ibu yang tinggi, angka kematian neonatal dan anak juga tinggi. Angka kematian neonatal 12,7 kematian 100.000 kelahiran hidup (2018) dan bayi yaitu 24 per 100.000 kelahiran hidup (Rikesda, 2018).

Tingginya angka kematian ibu dan bayi berhubungan dengan status nutrisi. Proporsi angka kurang energi kronis pada wanita usia subur (lingkar lengan < 23cm) pada wanita hamil 17.3 dan tidak hamil 14.5 (Rikesda, 2018).

Angka anemia di Indonesia pada ibu hamil mencapai 48.9% (Rikesda, 2018). Status gizi ibu hamil akan berdampak pada janin yang dilahirkan. Kehilangan dengan status gizi yang tidak baik akan menyebabkan stunting pada bayi yang dilahirkan. Stunting adalah tubuh yang pendek yang mengindikasikan gizi kurang dan berlangsung lama, panjang badan kurang dari -2 SD dari median atau panjang badan lahir laki-laki <46,1 cm dan <45,5 untuk perempuan (Supariasa, Bakri B, Fajar, 2017).

Angka stunting di Indonesia juga masih tinggi. Stunting adalah tinggi badan untuk umur <-3SD (Rikesda, 2018). Stunting pada baduta pendek 17.1 dan sangat pendek 12.8 (Rikesda, 2018). Stunting menimbulkan dampak jangka pendek yakni perkembangan menjadi terhambat, penurunan fungsi kognitif, dan penurunan fungsi kekebalan tubuh. Dalam jangka panjang dapat menurunkan produktivitas pada orang dewasa dan rentan terhadap penyakit degeneratif. Pemerintah memiliki program penanganan stunting dengan 5 pilar yaitu komitmen politik, kampanye dan edukasi, konvergensi program, akses pangan bergizi, dan monitoring program (Permenkes 2022:5). Pemerintah melakukan segala upaya untuk menangani morbiditas dan mortalitas pada ibu dan anak supaya semua lapisan masyarakat menjadi sehat.

World Health Organization (WHO) mendefinisikan kesehatan sebagai suatu keadaan yang sempurna baik secara fisik, mental, dan sosial serta tidak

hanya bebas dari penyakit atau kelemahan (Eliana & Sumiati, 2016). Kesehatan merupakan hal penting bagi setiap individu dalam melangsungkan kehidupan sehingga kita harus memiliki kesadaran untuk memelihara, membangun, mengobati serta mencegah agar tidak sakit. Kesehatan mampu dipengaruhi oleh factor yang berasal dari lingkungan di sekitar kita seperti polusi, radiasi dan sebagainya. Kesehatan yang buruk bisa juga diperoleh dari sahabat, keluarga, dan bahkan komunitas yang memiliki riwayat penyakit yang dapat menularkan dan menurunkan derajat kesehatan serta gaya hidup yang tidak sehat. Manusia tidak dapat hidup sendiri dan membutuhkan orang lain dalam berinteraksi, sehingga manusia perlu lawan bicara dan membentuk kumpulan individu sehingga terbentuk sebuah komunitas.

Berdasarkan studi pendahuluan, didapatkan bahwa kader sudah bisa melakukan pengukuran antropometri pada ibu hamil dan anak serta melakukan pencatatan secara baik di posyandu. Namun belum semua kader memahami status gizi pada ibu akan berdampak stunting pada bayi yang dilahirkan. Pengabdian pada masyarakat ini melibatkan ibu hamil dan kader untuk meningkatkan status kesehatan ibu hamil dan wanita subur.

## **B. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Meningkatkan pemahaman kader dan wanita usia subur tentang Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin Menuju *Zero Stunting* di Indonesia Berbasis Aplikasi Skrining dan Edukasi.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan pengetahuan kader Kesehatan dan Wanita usia subur tentang proses pembuahan dan pertumbuhan janin.
- b. Meningkatkan pengetahuan kader Kesehatan dan Wanita usia subur tentang tahap-tahap embrionik.
- c. Meningkatkan pengetahuan kader Kesehatan dan Wanita usia subur tentang Gizi ibu hamil.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Proses Pembuahan.**

Pembuahan (fertilisasi) merupakan suatu proses penyatuan antar gamet pria (spermatozoa) dan gamet Wanita (ovum), yang terjadi dalam ampulla tuba falopi. Pertemuan ini menghasilkan Zigot. Dalam prosesnya, kemudian Zigot kemudian tumbuh dan berkembang menjadi janin. Pada manusia, proses pertumbuhan janin terdiri dari tiga tahapan waktu, yaitu pertumbuhan trimester pertama, kedua, dan ketiga.

#### **B. Tahap – tahap Embrionik.**

Perkembangan embrio manusia membutuhkan waktu untuk berkembang selama kurang lebih 40 minggu (9 bulan 10 hari). Pada minggu ke-9 setelah pembuahan embrio mulai memasuki periode yang disebut janin. Pada periode janin, pertumbuhan organ terjadi secara pesat.

Tahap perkembangan Embrio.

##### **1. Perkembangan Trimester Pertama.**

Tahapan perkembangan pada trimester pertama merupakan



waktu pembentukan dan perkembangan yang pesat dari berbagai sistem tubuh (Period et al, 2013 dalam Aulia, F 2023). Semua cikal bakal organ terbentuk pada trimester pertama ini. Pada usia 0-2 minggu sejak terjadinya pembuahan, telur yang telah dibuahi mulai membelah dan membentuk bola sel. Pada titik pertumbuhan inilah bola sel disebut dengan “embrio” dengan Panjang sekitar 0,2mm.

Usia 3-4 minggu sejak pembuahan, embrio berubah dari cakram datar menjadi bentuk melengkung berbentuk C, organ – organ mulai terbentuk. Sebuah tabung terbentuk disepanjang embrio, yang nantinya akan tumbuh menjadi otak dan sumsum tulang belakang. Jantung dimulai dari sebuah tabung, yang berdenyut seiring pertumbuhannya. Struktur sederhana terbentuk di sisi kepala yang akan menjadi mata dan telinga seiring berjalannya waktu. Tunas tangkai seperti benjolan mulai terbentuk yang akan menjadi lengan dan kaki. Embrio tumbuh hingga Panjang 6mm.

Pada usia 5-6 minggu sejak pembuahan, sekitar setengah dari Panjang embrio adalah kepala, karena pertumbuhan otak yang cepat. Jantung mulai membentuk 4 bagian normal dan detak jantungnya dapat terdeteksi pada ultrasound. Panjang embrio sekitar 14mm. pada usia 7- 8 minggu setelah pembuahan embrio

berubah bentuk saat wajah terbentuk. Semua organ penting termasuk bagian dasar otak dan jantung telah terbentuk. Pada usia ini Panjang embrio sekitar 31mm.

Pada usia 9-10 minggu semua bagian tubuh utama sudah terbentuk. Embrio pada fase ini mulai disebut dengan “janin”. Pertumbuhan menjadi yang paling penting. Berbagai kelenjar mulai bekerja dan ginjal mulai membentuk urin. Berat janin berkisar 14 gram. Pada usia 11-12 minggu setelah pembuahan seringkali jenis kelamin sudah bisa terlihat.

## 2. Perkembangan Trimester Kedua.

Pertumbuhan janin pada trimester kedua ditandai dengan adanya percepatan pertumbuhan dan pematangan fungsi dari seluruh jaringan dan organ tubuh. Pada usia 13-14 minggu setelah pembuahan kepala janin masih besar saat tubuh diluruskan. Lengan dan kaki sudah mulai terbentuk serta dapat bergerak dan menekuk. Genitalia sepenuhnya terbentuk. Pertumbuhan kuku kaki dan tangan sudah dimulai. Wajah sudah terbentuk dengan baik, tunas gigi dapat mulai muncul pada gigi susu. Berat janin sekitar 110 gram.

Pada usia 15-16 minggu setelah pembuahan beberapa ibu mulai merasakan Gerakan janin pertama. Pertumbuhan mulai dipercepat. Mulut janin mulai melakukan Gerakan menghisap. Tulang memperoleh kalsium dengan kecepatan tinggi. Berat janin sekitar 200 gram. Pada usia 17-18 minggu setelah pembuahan pergerakan janin semakin terasa. Rambut yang sangat halus yang disebut “Lanugo” menutupi tubuh janin. Berat janin sekitar 320 gram.

Pada usia 19-20 minggu setelah pembuahan kulit janin berwarna merah dan keriput, pembuluh darah bisa terlihat sangat jelas. Berat janin sekitar 460 gram. Pada usia 21-22 minggu setelah pembuahan janin mengalami penambahan berat badan yang cepat, berat janin sekitar 630 gram. Pada usia 23-24 minggu setelah pembuahan, paru-paru terus bertumbuh. Janin dapat menghisap jari atau tangan. Janin mulai menyimpan lemak di bawah kulit. Berat janin sekitar 820 gram.

### 3. Perkembangan Trimester Ketiga.

Tahapan pada trimester ketiga, setiap fungsi organ tubuh semakin matang. Janin bergerak semakin kuat dengan intensitas semakin sering. Selain itu, denyut jantungnya semakin mudah terdengar. Pada usia 25-26 minggu setelah pembuahan, janin terus

bertambah berat. Otak tumbuh dan mulai melakukan tugas yang lebih kompleks. Berat janin pada usia ini mencapai 1000 gram.

Pada usia 27-28 minggu setelah pembuahan, otak janin dapat mengontrol suhu tubuh dan mengarahkan pernapasan teratur.

Janin dapat memegang benda dengan lemah. Tingkat pertumbuhan yang berbeda dari janin satu janin ke janin lainnya menjadi jelas. Beberapa tumbuh lebih cepat daripada yang lain.

Berat janin sekitar sekitar 1300 gram.

Pada usia 29-30 minggu setelah pembuahan, muncul lebih banyak lemak menumpuk di bawah kulit. Kulit mulai menebal.

Janin mulai terlihat lebih seperti bayi yang baru lahir, beratnya sekitar 1700 gram.

Pada usia 31-32 minggu setelah pembuahan, paru-paru terus tumbuh dan menghasilkan lebih banyak surfaktan. Surfaktan membantu paru-paru tetap terbuka jika janin akan dilahirkan pada usia ini. Berat janin sekitar 2100 gram. Pada usia 33-34

minggu setelah pembuahan, paru-paru dan sistem saraf terus berkembang. Lebih banyak lemak menumpuk di bawah kulit.

Janin mulai terlihat gemuk. Rambut di kepala mulai terlihat normal. Testis pada janin laki-laki mulai bergerak dari abdomen ke dalam skrotum. Labia pada janin perempuan mulai menutupi klitoris. Janin bergerak ke posisi kepala di bawah untuk

mempersiapkan persalinan. Berat janin sekitar 2500 gram.

Pada usia 35-36 minggu setelah pembuahan, pada hampir semua kasus paru-paru janin sudah matang pada saat ini. Janin turun lebih rendah ke panggul ibu. Sang ibu mungkin memperhatikan peningkatan tekanan pada kandung kemih. Rambut lanugo hampir semua hilang kecuali sekitar bahu dan lengan atas.

Pada usia 37-38 minggu setelah pembuahan, ini merupakan istilah penuh dalam kehamilan. Sebagian besar bayi lahir selama waktu ini. Panjang total menghitung kaki adalah sekitar 20 inci. Rata-rata, bayi cukup bulan memiliki 3400 gram.

### **C. Gizi Ibu Hamil.**

#### **1. Gizi Seimbang.**

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal.

Gizi seimbang di Indonesia divisualisasikan dalam bentuk Tumpeng Gizi Seimbang (TGS) yang sesuai dengan budaya

Indonesia. TGS dirancang untuk membantu setiap orang memilih makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat sesuai dengan berbagai kebutuhan menurut usia dan sesuai keadaan Kesehatan (hamil, menyusui, aktivitas fisik, sakit).

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pemberian Gizi seimbang, antara lain:

- a. Makan aneka ragam makanan.
  - b. Makan makanan yang memenuhi kebutuhan energi.
  - c. Makan sumber karbohidrat setengah dari kebutuhan energi.
  - d. Batasi lemak seperempat dari kecukupan energi.
  - e. Gunakan garam beryodium.
  - f. Makan makanan sumber zat besi.
  - g. Beri ASI pada bayi sampai umur enam bulan.
  - h. Biasakan makan pagi.
  - i. Minum air bersih, aman, dan cukup jumlahnya.
  - j. Beraktifitas fisik dan olah raga secara teratur.
  - k. Hindari minum minuman beralkohol.
  - l. Makan makanan yang aman bagi Kesehatan.
  - m. Baca label pada makanan kemasan.
2. Nutrisi dalam masa kehamilan.

Beberapa jenis nutrisi penting bagi ibu hamil, antara lain:

- a. Asam Folat.

Folat adalah Vitamin B yang berperan penting dalam mencegah cacat tabung saraf pada bayi, sedangkan asam folat merupakan bentuk sintesis folat yang dapat ditemukan dalam suplemen dan makanan yang bergizi.

American College of Obstetrics and Gynecology (ACOG) dalam Kemenkes (2023) merekomendasikan ibu untuk mengonsumsi 600-800mikrogram folat selama kehamilan. Asupan folat dapat diperoleh dengan konsumsi makanan seperti hati, kacang-kacangan, telur, sayuran berdaun hijau tua, serta kacang polong. Vitamin prenatal dengan kandungan asam folat dianjurkan untuk memenuhi kebutuhan asam folat pada masa kehamilan.

b. Kalsium.

Kalsium diperlukan untuk membentuk tulang, gigi, membantu system peredaran sarah, otot, dan saraf. Wanita hamil membutuhkan 1000 miligram kalsium yang dapat dibagi menjadi dua dosis 500 miligram per hari. Sumber kalsium yang baik bisa ditemukan pada susu, yogurt, keju, ikan, lele, sayuran berdaun hijau tua.

c. Vitamun D

Vitamin D membantu membangun tulang dan gigi bayi. Ibu hamil membutuhkan asupan vitamin D sebanyak 600 unit internasional (UI) per hari. Pilihan makanan yang

mengandung Vitamin D antara lain Salmon, Susu, dan Jus Jeruk.

d. Protein.

Fungsi protein pada masa kehamilan adalah mendukung pertumbuhan jaringan pada janin, jaringan payudara dan Rahim ibu, dan meningkatkan suplai darah ibu. Kebutuhan protein ibu meningkat setiap trimester kehamilan. Ibu hamil perlu mengonsumsi 70-100 gram protein per hari.

e. Zat Besi.

Ibu hamil membutuhkan zat besi untuk pembentukan hemoglobin. Selama kehamilan, ibu membutuhkan asupan zat besi dua kali lipat dibandingkan ibu yang tidak hamil. Kekurangan zat besi pada masa kehamilan dapat menyebabkan ibu mengalami anemia defisiensi besi yang menyebabkan ibu mudah Lelah, kelahiran premature, bayi lahir dengan Berat Badan Lahir Rendah, dan depresi pasca partum.

Kebutuhan zat besi ibu hamil adalah sebanyak 27 miligram per hari. Makanan sumber zat besi antara lain sereal, kacang-kacangan dan sayuran berdaun hijau.

3. Bahan makanan yang dihindari dan dibatasi oleh ibu hamil, antara lain:

a. Makanan yang diawetkan.



- b. Makanan mentah atau dimasak tidak matang.
- c. Makanan dengan kadar kafein berlebih.
- d. Makanan dengan kadar gula dan lemak berlebih.
- e. Makanan yang mengandung banyak gas.

## **BAB III**

### **METODE DAN PELAKSANAAN KEGIATAN**

#### **A. Bentuk dan Prosedur Kegiatan**

Bentuk kegiatan yang dilaksanakan dalam PkM ini antara lain dengan pemberian penyuluhan Kesehatan tentang Gizi pada kehamilan kepada kader Kesehatan dan ibu hamil yang hadir di Gedung Gotong Royong Kelurahan Kota Baru.

Kegiatan diatas dilakukan melalui tahapan sebagai berikut:

##### **1. Persiapan**

Pengabdian melaksanakan persiapan dengan mengadakan diskusi lebih dalam dengan Lurah Kelurahan Kota Baru dan kader kesehatan. Tim Pengabdian juga berdiskusi tentang alat pengukuran yang akan digunakan untuk mengevaluasi keberhasilan program.

##### **2. Pelaksanaan**

Pelaksanaan program difokuskan untuk meningkatkan pengetahuan kader dan ibu hamil tentang gizi yang diperlukan pada masa kehamilan, penting untuk pertumbuhan embrio, dan mencegah stunting. Tahap-tahap pelaksanaan kegiatan adalah sebagai berikut:

###### *a. Pre-test*

Test diberikan sebelum pengabdian memberikan penyuluhan Kesehatan. Pengabdian memberikan 5 soal dengan tipe pernyataan.

Pilihan jawaban untuk masing-masing soal adalah benar dan salah. Pilihan benar diberi skor 1, dan salah diberi skor 0. Total nilai terendah adalah 0 dan nilai tertinggi adalah 5. Peserta diberikan waktu 7 menit untuk mengerjakan soal.

b. Penyuluhan

Penyuluhan dilakukan selama 60 menit dengan mengacu pada Satuan Acara Penyuluhan.

c. *Post-test*

Test diberikan setelah pengabdian memberikan penyuluhan Kesehatan. Pengabdian memberikan 5 soal dengan tipe pernyataan. Pilihan jawaban untuk masing-masing soal adalah benar dan salah. Pilihan benar diberi skor 1, dan salah diberi skor 0. Total nilai terendah adalah 0 dan nilai tertinggi adalah 5. Peserta diberikan waktu 7 menit untuk mengerjakan soal.

3. Evaluasi

Tahap ini bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh keberhasilan program yang telah direncanakan.

**B. Waktu Kegiatan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan pada Bulan Mei-Juni 2023 di Kelurahan Kota Baru, Yogyakarta.

### C. Tabel Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

<b>Tahap Kegiatan</b>	<b>Kegiatan Penyuluhan</b>	<b>Waktu</b>
Pembukaan	Memberikan salam Memperkenalkan diri Melakukan <i>brainstorming</i>	5 menit
Isi	Penyampaian Materi : a. Tahap – tahap Embrionik. b. Gizi ibu hamil	50 menit
Penutup	Melakukan evaluasi Mengucapkan terimakasih Berdoa Foto Bersama	5 menit

### D. Sasaran

Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ibu hamil dan kader Kesehatan di Kelurahan Kota Baru, Yogyakarta.

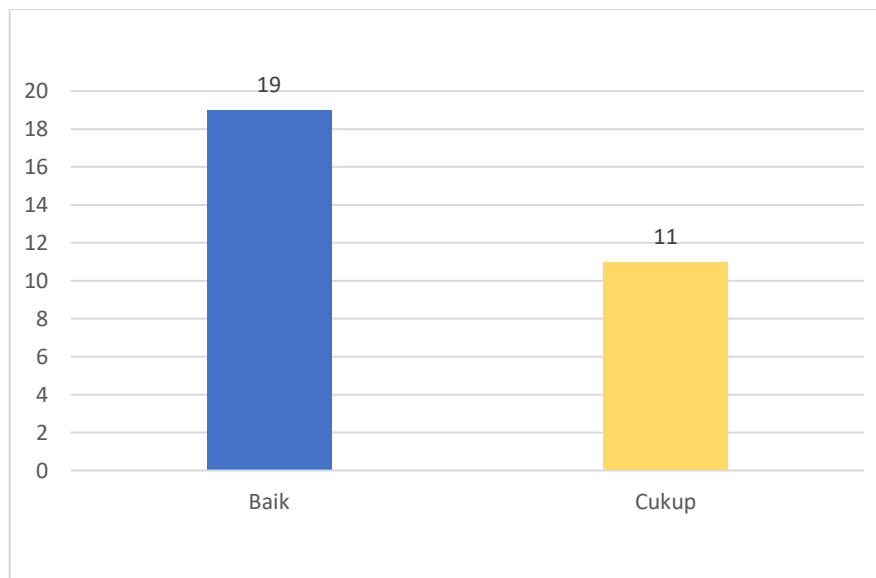
## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. HASIL

Secara keseluruhan kegiatan telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. Adapun hasil penilaian tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah kegiatan dapat dilihat pada grafik 1 dan 2 berikut:

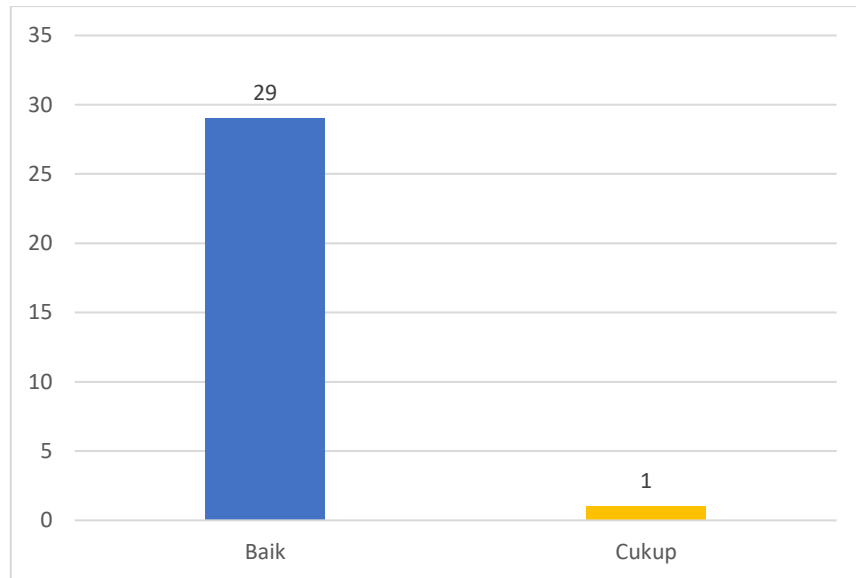
Grafik 1  
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil dan Kader tentang  
“Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin Menuju  
*Zero Stunting* di Indonesia Berbasis  
Aplikasi Skrining dan Edukasi”  
sebelum penyuluhan



Analisis:

Graik 1 diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan, pengetahuan Ibu Hamil dan Kader paling banyak adalah kategori Baik yaitu sebanyak 19 orang dari total 30 orang (63.33%).

**Grafik 2**  
**Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil dan Kader tentang**  
**“Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin Menuju**  
***Zero Stunting* di Indonesia Berbasis**  
**Aplikasi Skrining dan Edukasi”**  
**sesudah penyuluhan**



**Analisis:**

Graik 2 diatas menunjukkan bahwa sebelum diberikan penyuluhan, pengetahuan Ibu Hamil dan Kader paling banyak adalah kategori Baik yaitu sebanyak 29 orang dari total 30 orang (96,7%).

## **B. PEMBAHASAN**

Kegiatan pemberdayaan kader kesehatan dan ibu hamil seperti saat ini sangatlah penting untuk dilakukan dengan beberapa alasan. Pertama, kader kesehatan adalah seseorang yang paling dekat dengan masyarakat. Kedua, kader kesehatan adalah seseorang yang paling memahami situasi dan kondisi yang terjadi di masyarakat. dan yang ketiga, kader kesehatan adalah seseorang yang dapat dengan segera

terjun ke lapangan jika terdapat situasi darurat yang terjadi di tengah-tengah masyarakat. Kegiatan pengabdian ini memiliki tujuan untuk mengoptimalkan peran kader kesehatan tersebut.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di Kelurahan Kota Baru, Kota Yogyakarta pada bulan Mei-Juni 2023. Keseluruhan peserta berjumlah 60 orang kader kesehatan dan ibu hamil. Seluruh kegiatan bertempat di Gedung Gotong Royong Kelurahan Kota Baru. Dalam pelaksanaannya kegiatan dari Sesi Pertama sampai dengan Sesi Kedua berjalan dengan lancar tanpa hambatan yang berarti. Peserta tampak antusias dan bersemangat saat mengikuti kegiatan. Hasil pre-test dan post test menunjukkan bahwa terjadi peningkatan jumlah peserta yang memiliki pengetahuan baik, dan terjadi penurunan jumlah peserta yang memiliki pengetahuan cukup (dari 19 orang ke 29 orang).

Pendidikan kesehatan pada dasarnya adalah tentang meningkatkan derajat (kesejahteraan), mengurangi kecanduan, dan meningkatkan peluang bagi individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat untuk mencapai diri mereka sendiri untuk mempertahankan kesehatan yang optimal (Nursalam dan Efendi, 2014). Pendidikan kesehatan menambah pengetahuan dan keterampilan individu melalui pembelajaran latihan keterampilan dan pengajaran yang bertujuan

untuk mengubah dan mempengaruhi perilaku individu, kelompok dan masyarakat serta meningkatkan kesadaran akan nilai kesehatan yang secara sadar mengubah perilakunya menjadi perilaku hidup sehat (Machfoed & Suryani, 2016).

Tujuan jangka pendek adalah untuk mencapai perubahan pengetahuan, dan tujuan jangka menengah adalah untuk meningkatkan pemahaman, sikap dan keterampilan untuk mengubah perilaku menuju perilaku yang sehat. Berdasarkan teori diatas, pengabdian berasumsi bahwa peningkatan jumlah peserta dengan pengetahuan baik mengalami peningkatan terjadi karena pemberian intervensi berupa Pendidikan Kesehatan.



## DAFTAR PUSTAKA

- Bari, A., Sultana, N., Mehreen, S., Sadaqat, N., Imran, I., & Javed, R. (2020). Patterns of maternal nutritional status based on mid upper arm circumference. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(3), 382–386. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.3.1331>
- Bhattacharya, A., Pal, B., Mukherjee, S., & Roy, S. K. (2019). Valoración del estado nutricional mediante variables antropométricas mediante análisis multivariado. *BMC Public Health*, 19(1), 1045.
- Hu, Y., Li, M., Wu, J., Wang, R., Mao, D., Chen, J., Li, W., Yang, Y., Piao, J., Yang, L., & Yang, X. (2019). Prevalence and risk factors for anemia in non- pregnant childbearing women from the chinese fifth national health and nutrition survey. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph16071290>
- KBBI. (2020). Kamus Besar Bahasa Indonesia. In *KBBI*. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/aplikasi>
- Kemenkes. (2018). Riset Kesehatan Dasar 2018. *Laporan Nasional Riskesdas 2018*, 53(9), 181–222. [http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf](http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20tentang%20PTRM.pdf)
- Kemenkes RI. (2015). *Permenkes RI Nomor 97 Tahun 2014 Tentang Pelayanan Kesehatan Masa Sebelum Hamil, Masa Hamil, Persalinan, dan Masa Sesudah Melahirkan, Penyelenggaraan Pelayanan Kontrasepsi, Serta Pelayanan Kesehatan Seksual*. Pelayanan Kesehatan Masa.

Khanam, R., Lee, A. S. C. C., Ram, M., Quaiyum, M., Begum, N., Choudhury, A., Christian, P., Mullany, L. C., & Baqui, A. H. (2018). Levels and correlates of nutritional status of women of childbearing age in rural Bangladesh. *Public Health Nutrition*, 21(16), 037–3047. <https://doi.org/10.1017/S1368980018001970>

3

Lee, A., Newton, M., Radcliffe, J., & Belski, R. (2018). Pregnancy nutrition knowledge and experiences of pregnant women and antenatal care clinicians:

# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat Permohonan Memberikan Materi



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
KEMANTREN GONDOKUSUMAN  
KELURAHAN KOTABARU

ꦏꦺꦴꦫꦩꦠꦺꦤ꧀ꦏꦺꦴꦧꦫꦸ

Bl. Juwadi No. 29 Yogyakarta Kode Pos: 55224 Telp.(0274) 520037 Fax (0274) 520037  
EMAIL:kotabaru@jogjakota.go.id  
HOTLINE SMS: 08122780001 HOTLINE EMAIL: upik@jogjakota.go.id  
WEBSITE: www.jogjakota.go.id

Yogyakarta, 10 Mei 2023

Nomor : 800/302  
Sifat : Biasa  
Lamp. : -  
Perihal : **Permohonan Memberikan Penyuluhan**

Kepada Yth :  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum  
Yogyakarta  
di Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka meningkatkan pengetahuan Ibu Kelurahan Kota Baru, mengenai pengetahuan tentang kesehatan, sehingga kami mengajukan permohonan kepada Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta untuk dapat memberikan penyuluhan. Adapun waktu, tempat dan materi yang kami minta adalah:

Hari dan Tanggal : Jumat, 19 Mei 2023 dan 7 Juni 2023  
Waktu : 09.00 WIB-Selesai  
Tempat : Gedung Gotong Royong Kelurahan Kota Baru.  
Media : Ceramah  
Materi : Pemenuhan Nutrisi untuk Tumbuh Kembang Janin Menuju *Zero Stunting* Di Indonesia Berdasarkan Aplikasi Skrining dan Edukasi (SEA).

Demikian surat permohonan ijin kami sampaikan. Besar harapan kami atas bantuan dari Bapak/Ibu. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami ucapkan terimakasih.

  
URAN BERMAN, S.STP, M.Ec.Dev.  
NIP. 198012420061121001

## Lampiran 2. Surat Tugas 19 Mei 2023



### SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

Jl. Johar Nurhadi No. 6 Yogyakarta 55224 Telp. (0274) 517065 Faks. (0274) 524565  
email : info@stikesbethesda.ac.id Website : http://www.stikesbethesda.ac.id

#### **SURAT TUGAS**

Nomor : 1502/SB/PL.01.00/V/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ns. Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.  
NIK/NIDN : 03-0039/0527088101  
Jabatan : Ketua  
Instansi : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

dengan ini memberikan tugas kepada Dosen STIKES Bethesda Yakkum yang tersebut di bawah ini :

No	Nama	NIDN
1.	Priyani Haryanti, S.Kep., Ns., M.Kep.	0528087902
2.	Oktalia Damar P., S.Kep., Ns., MAN.	0528108301
3.	Marita Kumala Dewi, S.Kep., Ns, MAN.	0512039003
4.	Yullya Permina, S.Kep., Ns., MAN.	0518078104
5.	Antonius Yogi Pratama, S.Kep., Ns., MSN.	0527129001

Untuk memberikan Pelatihan dalam rangka pencegahan stunting bagi warga wilayah Kelurahan Kotabaru, yang dilaksanakan pada :

Hari, Tanggal : Jumat, 19 Mei 2023  
Waktu : Pukul 09.00 – 12.00 WIB  
Tempat : Balai Gotong Royong  
Materi : "Meningkatkan Kesehatan Wanita Usia Subur melalui Aplikasi Skrining dan Edukasi (SEA)"

Demikian surat tugas ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.



Ns. Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

### Lampiran 3. Surat Tugas 7 Mei 2023



#### SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

Jl. Johar Nurhadi No. 6 Yogyakarta 55224 Telp. (0274) 517065 Faks. (0274) 524565  
email : info@stikesbethesda.ac.id Website : http://www.stikesbethesda.ac.id

#### **SURAT TUGAS**

Nomor : 1844/SB/PM.01/VI/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ns. Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.  
NIK/NIDN : 03-0039/0527088101  
Jabatan : Ketua  
Instansi : STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

dengan ini memberikan tugas kepada Dosen STIKES Bethesda Yakkum yang tersebut di bawah ini :

No	Nama	NIDN
1.	Priyani Haryanti, S.Kep., Ns., M.Kep.	0528087902
2.	Oktalia Damar P., S.Kep., Ns., MAN.	0528108301
3.	Marita Kumala Dewi, S.Kep., Ns, MAN.	0512039003
4.	Yullya Permina, S.Kep., Ns., MAN.	0518078104
5.	Antonius Yogi Pratama, S.Kep., Ns., MSN.	0527129001

Untuk memberikan Pelatihan dalam rangka pencegahan stunting di wilayah Kelurahan Kotabaru, yang dilaksanakan pada :

Hari, Tanggal : Rabu, 07 Juni 2023  
Waktu : Pukul 09.00 – 12.00 WIB  
Tempat : Balai Gotong Royong Kelurahan Kotabaru  
Materi : "Meningkatkan Kesehatan Wanita Usia Subur melalui Aplikasi Skrining dan Edukasi (SEA)"

Demikian surat tugas ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 06 Juni 2023

Ketua



*Nurlia Ikaningtyas*  
Ns. Nurlia Ikaningtyas, M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS.

#### Lampiran 4. Kuesioner

Nama :

RW :

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1	Fertilisasi adalah proses bertemunya sel telur dan sel sperma.		
2	Implantasi atau konsepsi normalnya terjadi di uterus atau Rahim.		
3	Pertumbuhan dan perkembangan embrio tidak dipengaruhi oleh gizi ibu.		
4	Zat besi pada ibu hamil diperlukan untuk memproduksi hemoglobin dan mencegah bayi premature.		
5	Ikan laut merupakan salah satu sumber Omega 3.		

**Petunjuk Mengerjakan:**

**Berikan tanda centang (√) pada jawaban yang paling Anda anggap benar dari pernyataan- pernyataan di bawah ini:**

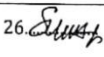




## Lampiran 5. Daftar Hadir Nara Sumber dan Peserta

### DAFTAR HADIR PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DI KOTABARU

Hari, tanggal : Jumat 19 Mei 2023  
Tempat : Kelurahan Kotabaru, Gedung Aqarq - royang

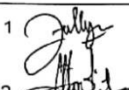
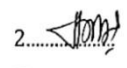


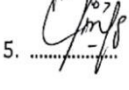
No.	NAMA	TANDA TANGAN
1	Endang Susilawati	1.
2	Eli Lohaningrum	2.
3	Ayu Roca Indah	3.
4	Setya	4.
5	Sri Astuti	5.
6	Rumiyati	6.
7	Anni Nurfitri	7.
8	Umrahul W	8.
9	Buwark	9.
10	Susilati	10.
11	B. DENI YULIANDARI	11.
12	BI KEM JETRYATI	12.
13	PWI NUR SAH	13.
14	Hartatik	14.
15	Ivana Mayinda	15.
16	Ni Luh Juni Antari	16.
17	Dwi Cahyati	17.
18	V. Herman	18.
19	Sakti Rati	19.
20	By. ARAUG	20.
21	Rahmingsya P	21.
22	Vanita S.A	22.
23	Volen	23.
24	Endang	24.
25	Atno	25.



No.	NAMA	TANDA TANGAN	
26	Suratinah	26. 	
27	Puji Susanti		27. 
28	Tijun	28. 	
29	Wandiyana Susi		29. 
30	Ranfari	30. 	
31			31. ....
32		32. ....	
33			33. ....
34		34. ....	
35			35. ....
36		36. ....	
37			37. ....
38		38. ....	
39			39. ....
40		40. ....	
41			41. ....
42		42. ....	
43			43. ....
44		44. ....	
45			45. ....
46		46. ....	
47			47. ....
48		48. ....	
49			49. ....
50		50. ....	

**DAFTAR HADIR NARASUMBER  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DI KOTABARU**






Hari, tanggal : Jumat, 19 Mei 2023  
 Tempat : Belung Belong Rony -

No.	NAMA	TANDA TANGAN
1	Yullya Permira	1. 
2	Priyani Haryanti	2. 
3	Marita Kusuma D	3. 
4	Antonius Yogi P	4. 
5	Oktaia Damar P	5. 
6		6. ....
7		7. ....
8		8. ....
9		9. ....
10		10. ....

**DAFTAR HADIR**  
**PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DI KOTABARU**






Hari, tanggal : Rendai 7 Juni 2023  
Tempat : Gedung Golong Woyang kel Kobaru.

No.	NAMA	TANDA TANGAN
1	<u>BUNTI NAIT</u>	1. <u>[Signature]</u>
2	<u>SUCASMINI</u>	2. <u>[Signature]</u>
3	<u>Vani Permira S</u>	3. <u>[Signature]</u>
4	<u>Vani Kusuma</u>	4. <u>[Signature]</u>
5	<u>SURTINI</u>	5. <u>[Signature]</u>
6	<u>Sai Yullyanti</u>	6. <u>[Signature]</u>
7	<u>Martineum</u>	7. <u>[Signature]</u>
8	<u>Sabiyah</u>	8. <u>[Signature]</u>
9	<u>NURANI HIKMAH</u>	9. <u>[Signature]</u>
10	<u>Th. m Suprihati</u>	10. <u>[Signature]</u>
11	<u>Endang Suprihatin</u>	11. <u>[Signature]</u>
12	<u>Sri Lestari</u>	12. <u>[Signature]</u>
13	<u>Pudi Ratnawati</u>	13. <u>[Signature]</u>
14	<u>Iri Daryani</u>	14. <u>[Signature]</u>
15	<u>Yuni</u>	15. <u>[Signature]</u>
16	<u>Endang Dhormaningsih</u>	16. <u>[Signature]</u>
17	<u>EPO Priyono</u>	17. <u>[Signature]</u>
18	<u>Endang Wipawan</u>	18. <u>[Signature]</u>
19	<u>Firman Prasetyo</u>	19. <u>[Signature]</u>
20	<u>Sutryah</u>	20. <u>[Signature]</u>
21	<u>Kurni Susanti</u>	21. <u>[Signature]</u>
22	<u>Sukendra kenti</u>	22. <u>[Signature]</u>
23	<u>Hibat Dewi S</u>	23. <u>[Signature]</u>
24	<u>Wartinah</u>	24. <u>[Signature]</u>
25	<u>Nini Suharti</u>	25. <u>[Signature]</u>

No.	NAMA	TANDA TANGAN
26	Supriani	26. 
27	Marsini	27. 
28	Sunardi	28. 
29	Sri Warningsih	29. 
30	Muyirahatya	30. 
31		31.....
32		32.....
33		33.....
34		34.....
35		35.....
36		36.....
37		37.....
38		38.....
39		39.....
40		40.....
41		41.....
42		42.....
43		43.....
44		44.....
45		45.....
46		46.....
47		47.....
48		48.....
49		49.....
50		50.....

**DAFTAR HADIR NARASUMBER  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT DI KOTABARU**

Hari, tanggal : Rabu, 7 Juni 2023  
Tempat : Raki Batang Payang

No.	NAMA	TANDA TANGAN
1	Priyani Haryanti	1 
2	Arsoanus Yogi P.	2 
3	Marita Kumala D	3 
4	Okalia Damar P	4 
5	Tullya Permira	5 
6		6. ....
7		7. ....
8		8. ....
9		9. ....
10		10. ....

## Lampiran 6. Surat Ucapan terima kasih



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA  
KEMANTREN GONDOKUSUMAN  
KELURAHAN KOTABARU

*Wijaya*

Jl. Juwadi No. 29 Yogyakarta Kode Pos: 55224 Telp.(0274) 520037 Fax (0274) 520037  
EMAIL: kotabaru@jogjakota.go.id  
HOTLINE SMS: 08122780001 HOTLINE EMAIL: upik@jogjakota.go.id  
WEBSITE: www.jogjakota.go.id

Yogyakarta, 10 Juni 2023

Nomor : 800/303  
Sifat : Biasa  
Lamp. : -  
Perihal : Ucapan Terima Kasih

Kepada Yth :  
Ketua STIKES Bethesda Yakkum  
Yogyakarta

di Tempat

Dengan hormat,

Pada kesempatan ini, kami perwakilan dari Kelurahan Kota Baru, Kematren Gondokusuman Yogyakarta menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta atas waktu dan kesediaannya untuk memberikan penyuluhan pada:

Hari dan Tanggal : Jumat, 19 Mei 2023 dan 7 Juni 2023  
Waktu : 09.00 WIB-Selesai  
Tempat : Gedung Gotong Royong Kelurahan Kota Baru.  
Media : Ceramah  
Materi : Pemenuhan Nutrisi untuk Tumbuh Kembang Janin Menuju *Zero Stunting*  
Di Indonesia Berdasarkan Aplikasi Skrining dan Edukasi (SEA).  
Oleh : Oktalia Damar P., S. Kep., Ns., MAN.

Semoga apa yang sudah kami terima dapat bermanfaat bagi warga. Informasi kesehatan selanjutnya, sangat kami harapkan untuk meningkatkan kesehatan di masyarakat.

Demikian surat ucapan terima kasih kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama Bapak dan Ibu, kami ucapkan terimakasih.

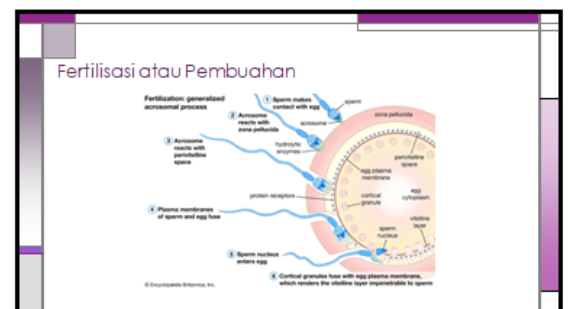
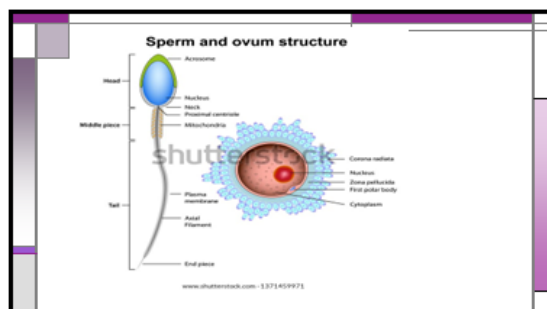
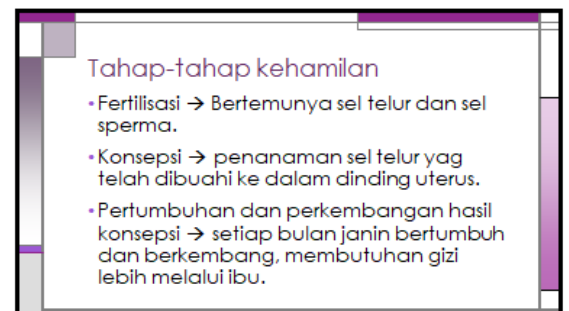
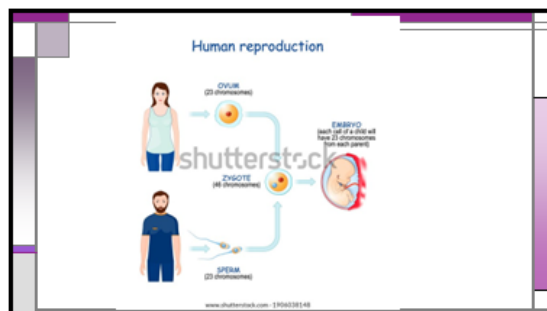
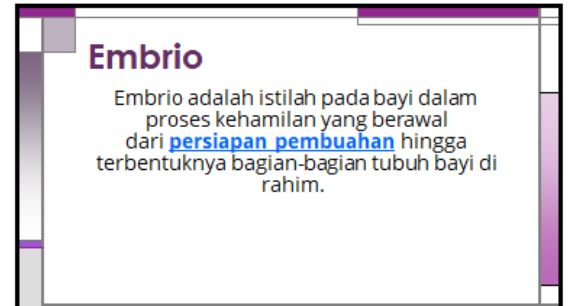


## Lampiran 7. Tabel Umum

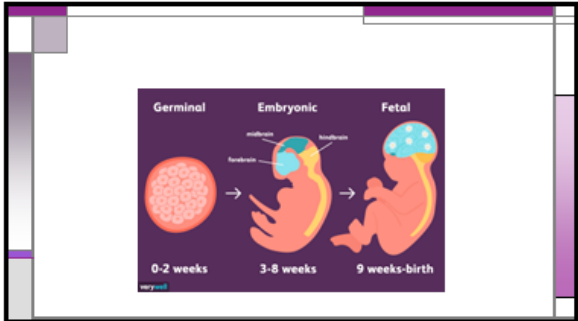
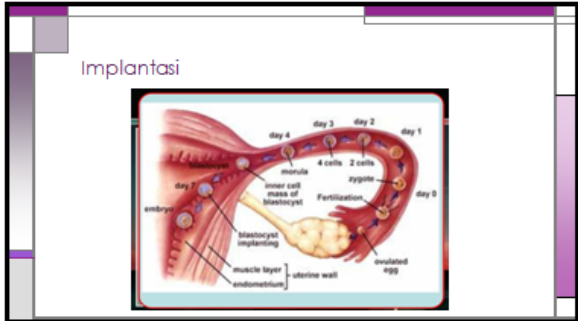
Tabel Umum  
Hasil Pre-post Test Pengetahuan Ibu Hamil dan Kader tentang  
Pemenuhan Gizi untuk Perkembangan Janin Menuju  
*Zero Stunting* di Indonesia Berbasis  
Aplikasi Skrining dan Edukasi”

No	<i>Pre-Test</i>		<i>Post-Test</i>	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	16	Baik	20	Baik
2	12	Baik	20	Baik
3	12	Cukup	20	Baik
4	16	Baik	16	Baik
5	20	Baik	16	Baik
6	12	Cukup	20	Baik
7	12	Cukup	20	Baik
8	12	Cukup	20	Baik
9	12	Cukup	20	Baik
10	12	Cukup	20	Baik
11	16	Baik	12	Cukup
12	20	Baik	20	Baik
13	20	Baik	20	Baik
14	12	Cukup	16	Baik
15	16	Baik	20	Baik
16	16	Baik	20	Baik
17	12	Cukup	20	Baik
18	16	Baik	20	Baik
19	12	Cukup	20	Baik
20	16	Baik	20	Baik
21	16	Baik	20	Baik
22	12	Cukup	20	Baik
23	16	Baik	20	Baik
24	16	Baik	20	Baik
25	20	Baik	20	Baik
26	16	Baik	20	Baik
27	16	Baik	20	Baik
28	16	Baik	20	Baik
29	16	Baik	20	Baik
30	12	Cukup	20	Baik

## Lampiran 8. Materi







### Tahap Embriionik

Minggu 1-2	Penetapan sel telur yang akan dibuahi.
Minggu 3	Sel telur yang akan dibuahi akan bergerak ke arah tuba falopi/indung telur dan akan terjadi pembuahan saat ada sel sperma yang melebur di dalamnya. Pembuahan membentuk zigot.
Minggu 4	Zigot akan bergerak menuju uterus/Rahim sambil membelah diri. Sampai di dalam Rahim, Zigot yang telah membelah dan berubah menjadi blastokis menempel/berimplantasi di dinding Rahim.
Minggu 5	Organ tubuh mulai terbentuk, 3 lapisan embrio. Organ-organ berubah dan membentuk sistem saraf, kulit, mata, telinga bagian dalam, dan jaringan otot pada tubuh calon bayi. Lapisan mesoderm akan berkembang menjadi membentuk tulang, otot, jantak, dan sistem reproduksi calon bayi. Lapisan ektoderm akan membentuk bagian paru-paru, usus, dan kantung kemih pada calon bayi.
Minggu 6 dan seterusnya	Perkembangan organ.



### Gizi pada masa Kehamilan

Nutrisi	Fungsi
Protein	Pembentukan enzim, antibody, otot, kolagen, merupakan bahan penyusun kerangka, tulang-kulit dan jaringan lain.
Lemak (Omega 3, Omega 6, DHA)	Sumber energi, penyusun membrane sel, hormon, perkembangan mata dan otak janin.
Zat Besi	Membantu produksi hemoglobin, transport oksigen ke janin, mencegah anemia, mencegah berat badan bayi lahir rendah, dan mencegah kelahiran premature.
Asam folat	Mencegah defek otak dan sumsum tulang belakang.

- ### Tujuan Gizi pada Ibu Hamil
- Memenuhi kebutuhan gizi ibu dan janin.
  - Membentuk jaringan untuk tumbuh kembang janin.
  - Mengatasi permasalahan selama kehamilan.
  - Mencapai status gizi yang baik untuk menghadapi kehamilan secara positif.







