



Upaya Pencegahan Stunting dengan ABCDE di Kelas Ibu Hamil Puskesmas Sumurpanggung

Stunting Prevention through the ABCDE Approach in the Pregnant Women Class at Sumurpanggung Health Center

Meyliya Qudriani¹, Ratih Sakti Prastiwi², Mutiarawati³, Intan Cristy Mayasari Rizqi⁴,
Selvia Mariza⁵, Siti Saripah⁶

^{1,2,3,4}Program Studi DIII Kebidanan, Politeknik Harapan Bersama, Kota Tegal, Indonesia

^{5,6}Ikatan Bidan Indonesia Cabang Kota Tegal, Indonesia

*Korespondensi penulis: meyliya.qudriani@gmail.com

Article History:

Received: Desember 29, 2024

Revised: Januari 16, 2025

Accepted: Februari 02, 2025

Published: Februari 05, 2025

Keywords: Toddlers, Pregnant Women, Prevention, Stunting.

Abstract: *The first 1000 days of life are a golden period to optimize children's growth to avoid stunting. The pregnancy period plays a very important role in determining the health status of the mother and fetus. Specific nutritional intervention efforts are focused on the First 1,000 Days of Life (HPK) group, namely pregnant women, breastfeeding mothers, and children 0-23 months, because the most effective prevention of stunting is carried out in the 1,000 HPK (golden period or critical period/windows of opportunity). The stunting rate in Tegal City has decreased from 23.9% to 16.8% in 2022. And cases of stunting in the Sumur Panggang Community Health Center area are 153 cases (9.9%) in 2023. One of the causes is malnutrition. due to the mother's lack of knowledge about providing balanced nutrition to children. So this requires intensive handling in this area. This Community Service was carried out on June 10 and 13 2024 at the Pregnant Women's Class in the Sumurpanggung Community Health Center Working Area, Tegal City. The target of this service activity is 20 pregnant women who take part in the Pregnancy Class in the Sumurpanggung Community Health Center Work Area. The method of this activity is by conducting outreach, providing material to participants about Stunting (definition, causes and impacts) and prevention using ABCDE. The activity went well and was conducive and participants were enthusiastic in presenting the material and actively asking questions. And in the evaluation there was an increase in participants' knowledge after being provided with material counseling.*

Abstrak

1000 hari pertama kehidupan merupakan masa emas untuk mengoptimalkan pertumbuhan anak agar terhindar dari stunting. Masa kehamilan sangat berperan penting untuk menentukan status kesehatan ibu juga janin. Upaya intervensi gizi spesifik difokuskan pada kelompok 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu ibu hamil, ibu menyusui, dan anak 0-23 bulan, karena penanggulangan stunting yang paling efektif dilakukan pada 1.000 HPK (periode emas atau periode kritis/windows of opportunity). Angka stunting di Kota Tegal mengalami penurunan dari 23,9% menjadi 16,8% pada tahun 2022. Dan kasus stunting di wilayah Puskesmas Sumur Panggang yaitu 153 kasus (9,9%) pada tahun 2023. dimana salah satu penyebabnya yaitu gizi kurang yang dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang pemberian gizi seimbang pada anak. Maka dengan ini perlu adanya penanganan yang intensif di wilayah ini. Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan pada tanggal 10 dan 13 Juni 2024 yang bertempat di Kelas Ibu Hamil Wilayah Kerja Puskesmas Sumurpanggung Kota Tegal. Dimana sasaran dari kegiatan Pengabdian ini adalah Ibu Hamil yang mengikuti Kelas Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sumurpanggung yang berjumlah 20 orang. Adapun metode kegiatan ini yaitu dengan melakukan penyuluhan pemberian materi kepada peserta tentang Stunting (definisi, penyebab dan dampak) serta pencegahan dengan ABCDE. Kegiatan berjalan dengan baik dan kondusif serta peserta antusias dalam pemaparan materi dan

aktif tanya jawab. Serta pada evaluasi terdapat peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan materi.

Kata Kunci: Balita, Ibu Hamil, Pencegahan, Stunting.

1. PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pada pertumbuhan dan perkembangan yang dapat menyebabkan anak tidak mencapai atau menyimpang dari rata-rata anak seusianya sehingga anak akan terlihat pendek. Stunting dapat terjadi mulai janin masih didalam kandungan yang disebabkan karena asupan makanan ibu selama kehamilan kurang bergizi. Selain itu stunting juga dapat disebabkan oleh beberapa faktor mulai dari faktor genetik, kurangnya nutrisi saat didalam kandungan dan setelah lahir, terjadinya infeksi yang berulang, hingga kurangnya tingkat pengetahuan orang tua tentang tumbuh kembang anak yang normal (Kemenkes RI, 2023).

Pemerintah Indonesia sendiri menargetkan prevalensi stunting pada tahun 2024 turun menjadi 14% (standar nasional) berdasarkan Peraturan Presiden atau Perpres no 72 tahun 2021 tentang percepatan penurunan stunting. Meskipun menunjukkan trend penurunan, namun angka tersebut masih belum mencapai target karena pada tahun 2022, stunting tercatat sekitar 24,4%. Di Jawa Tengah sendiri prevalensi stunting pada tahun 2021 sebesar 20,9% dan turun menjadi 20,8% pada tahun 2022. Namun angka tersebut masih jauh dari target pemerintah (Jateng, 2022).

1000 hari pertama kehidupan merupakan masa emas untuk mengoptimalkan pertumbuhan anak agar terhindar dari stunting. Masa kehamilan sangat berperan penting untuk menentukan status kesehatan ibu juga janin. Upaya perbaikan yang diperlukan untuk mengatasi stunting meliputi upaya untuk mencegah dan mengurangi gangguan secara langsung (intervensi gizi spesifik) dan upaya untuk mencegah dan mengurangi gangguan secara tidak langsung (intervensi gizi sensitif) (Li et al., 2022). Upaya intervensi gizi spesifik difokuskan pada kelompok 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu ibu hamil, ibu menyusui, dan anak 0-23 bulan, karena penanggulangan stunting yang paling efektif dilakukan pada 1.000 HPK (periode emas atau periode kritis/windows of opportunity) (Ekayanthi D.W.N & Suryani P, 2019).

Perbaikan gizi dan kesehatan ibu hamil sangat terkait dengan tingkat pendidikan, pengetahuan, serta sikap dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi selama hamil. Pengetahuan yang tidak memadai dan praktik yang tidak tepat merupakan hambatan terhadap peningkatan gizi (Fitria & Astuti, 2023). Pada umumnya, orang tidak menyadari pentingnya gizi selama

kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan. Perempuan sering tidak menyadari pentingnya gizi mereka sendiri. Kurangnya kesadaran tentang pentingnya gizi ibu akan berdampak pada kurangnya upaya yang dilakukan untuk pencegahan stunting. Kondisi ini tentunya akan berlanjut sampai dengan anak lahir dan tumbuh. Dalam perkembangannya, anak yang bertubuh pendek dianggap wajar dan tidak berdampak untuk perkembangan anak selanjutnya sehingga tidak memerlukan penanganan khusus (Fahardianto et al., 2022).

Kelas ibu hamil adalah salah satu cara yang dapat digunakan untuk memberikan informasi yang berkaitan dengan kesehatan selama kehamilan. Materi yang diberikan pada program kelas ibu hamil salah satunya tentang perawatan kehamilan, terutama dalam penyiapan dan pemenuhan gizi masa hamil (Karuniawati & Fauziandari, 2021). Pentingnya pengetahuan tentang gizi ibu hamil dan bagaimana menyiapkan makanan yang benar dapat diperoleh dari bidan. Selain ibu hamil, kader kesehatan juga berpengaruh terhadap pemberian pengetahuan pada ibu hamil. Dimana kader berada lebih dekat dengan masyarakat khususnya ibu hamil sehingga akan lebih mudah dalam memberikan pengetahuan (Sukmawati et al., 2021).

Upaya pencegahan terjadinya stunting pada anak dalam program pemerintah sangatlah banyak diantaranya yang dilakukan yaitu dengan ABCDE. Aktif minum tablet tambah darah, Bumil teratur periksa kehamilan, Cukupi konsumsi protein hewani, Datang ke posyandu setiap bulan, Eksklusif ASI 6 bulan. Upaya ABCDE ini dapat dilakukan sejak ibu masih mengandung sehingga bayi yang dilahirkan dalam keadaan sehat (Kemkes RI, 2023).

Pemberian pendidikan kesehatan pada ibu hamil melalui kelas ibu hamil diharapkan akan berdampak pada peningkatan pengetahuan dan kemampuan dalam penerapan kesehatan dan gizi keluarganya, sehingga nantinya anak akan berada dalam keadaan status gizi yang baik dan stunting tidak terjadi (Merry et al., 2024).

Angka stunting di Kota Tegal mengalami penurunan dari 23,9% menjadi 16,8% pada tahun 2022. Meskipun sudah mengalami penurunan 7,1% namun Pemerintah Kota Tegal beserta Dinas Kesehatan Kota Tegal serta organisasi lain tetap gencar melaksanakan upaya-upaya untuk melakukan penurunan angka kejadian stunting di Kota Tegal hingga target di tahun 2024 yaitu Zero Stunting. Meskipun terjadi penurunan angka stunting secara keseluruhan di Kota Tegal, namun masih terdapat kasus stunting yang signifikan di lingkungan Puskesmas Sumur Panggang yaitu 153 kasus (9,9%) pada tahun 2023. dimana salah satu penyebabnya yaitu gizi buruk yang dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang pemberian gizi seimbang pada anak. Selain itu faktor gizi kurang juga menjadi penyebab terjadinya stunting di wilayah ini. Maka dengan ini perlu adanya penanganan yang intensif di wilayah ini.

2. METODE PELAKSANAAN

Tempat dan Waktu. Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan pada tanggal 10 dan 13 Juni 2024 yang bertempat di Kelas Ibu Hamil Wilayah Kerja Puskesmas Sumurpanggung Kota Tegal.

Khalayak Sasaran. Khalayak sasaran dari kegiatan Pengabdian ini adalah Ibu Hamil yang mengikuti Kelas Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sumurpanggung yang berjumlah 20 orang. Jumlah peserta ditentukan dengan total peserta yang ada di Kelas Ibu Hamil dan yang bersedia hadir dalam kegiatan ini.

Metode Pengabdian. Metode yang dilakukan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu diawali dengan tahapan izin kegiatan pada mitra yaitu Puskesmas Sumurpanggung, kemudian menentukan hari, waktu dan tempat kegiatan sesuai dengan jadwal kelas ibu hamil yang ada di Wilayah Puskesmas. Adapun pada pelaksanaan kegiatan inti Pengabdian ini yaitu dengan melakukan penyuluhan pemberian materi kepada peserta tentang Stunting (definisi, penyebab dan dampak) serta pencegahan dengan ABCDE.

Indikator Keberhasilan. Meningkatnya tingkat pengetahuan peserta kegiatan pengabdian yang dapat dilihat dari pretest dan posttest.

Metode Evaluasi. Metode Evaluasi dilakukan dengan pretest yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan peserta sebelum diberikan penyuluhan dan posttest yang bertujuan untuk mengetahui tingkat penyerapan materi oleh peserta yang telah di berikan setelah penyuluhan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan ini merupakan penyuluhan edukasi pencegahan Stunting dengan ABCDE yang dilaksanakan pada tanggal 10 Juni di Kelas Ibu Hamil Posyandu Suplir dan tanggal 13 Juni di Kelas Ibu Hamil Posyandu Lavender Puskesmas Sumurpanggung dengan jumlah total peserta 20 orang. Kegiatan dimulai pada pukul 09.00 WIB diawali dengan pembukaan oleh ketua kegiatan dengan menjelaskan tujuan kegiatan Pengabdian masyarakat dan pemberian materi penyuluhan kesehatan.

Sebelum penyampaian materi dilakukan pretest selama 15 menit yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta terhadap materi yang akan disampaikan dan pada akhir kegiatan dilakukan posttest untuk mengevaluasi keberhasilan penyampaian materi yang dilihat dari penyerapan materi oleh peserta yang telah diberikan. Pemberian materi penyuluhan kesehatan tentang Stunting dan pencegahan stunting dengan ABCDE diberikan

selama 40 menit oleh tim kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. Selama acara berlangsung cukup dinamis dan terjadi interaksi yang baik antara tim kegiatan pengabdian dan peserta.

Pembahasan

Masalah stunting masih menjadi permasalahan yang serius bagi kesehatan balita di Indonesia. Dampak pada stunting tidak hanya pada tinggi badan saja, namun juga pada perkembangan intelektual, kognitif, motorik yang buruk. Maka dari itu sangat diperlukan pencegahan terutama pada 1000 HPK. Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan menerapkan metode ABCDE yaitu:

A: Aktif minum tablet tambah darah (TTD)

Konsumsi tablet Fe tidak hanya pada ibu hamil saja, bagi remaja putri juga dianjurkan untuk mengkonsumsi satu tablet seminggu sekali selain bertujuan untuk mencegah terjadinya anemia pada remaja putri, juga dapat untuk mencegah stunting. Maka dari itu pemberian informasi terkait konsumsi tablet Fe pada remaja juga harus diberikan, sehingga para remaja putri giat konsumsi tablet Fe minimal seminggu sekali. Pada penelitian Rizkiana (2022) menjelaskan bahwa remaja putri di SMA Sleman DIY sebagian besar mempunyai pengetahuan dan sikap yang baik terhadap konsumsi TTD sebagai pencegahan stunting.

Pemberian tablet Fe pada ibu hamil dapat dijadikan rujukan untuk peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil sebagai tindakan intervensi untuk upaya pencegahan stunting. Hasil penelitian Widyaningrum & Romadhoni (2018) menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat anemia pada kehamilan dengan kejadian stunting pada balita di Desa Ketandan Dagangan Madiun. Ibu hamil yang menderita anemia memiliki resiko 4 kali mengalami stunting pada anaknya dibandingkan dengan ibu yang tidak anemia. Konsumsi tablet Fe pada ibu hamil selama kehamilannya minimal 90 tablet selama kehamilannya agar tidak terjadi anemia.

B: Bumil teratur periksa kehamilan minimal 6 kali

Permasalahan pada kehamilan dapat dideteksi jika ibu hamil melakukan ANC rutin minimal 6 kali, dengan 4 kali pemeriksaan dilayanan kesehatan dan 2 kali oleh dokter menggunakan USG Kemenkes RI, (2023). ANC penting untuk dilakukan ibu hamil agar kelainan dan penyulit yang terjadi dapat segera diobati sehingga kehamilan dan persalinan dapat dilalui dengan baik dan selamat. Penelitian Camelia (2020) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat kunjungan ANC dengan kejadian stunting. Selain itu juga menjelaskan bahwa ibu hamil yang tidak melakukan ANC secara teratur selama

kehamilannya akan memiliki risiko kemungkinan 3,8 kali anaknya mengalami stunting dibandingkan dengan ibu hamil yang melakukan ANC.

C: Cukupi konsumsi protein hewani

Protein hewani merupakan instrumen gizi yang dibutuhkan oleh ibu hamil guna mencegah stunting pada anak, hal ini dikarenakan pangan hewani mempunyai kandungan zat gizi yang lengkap, kaya protein hewani dan vitamin yang sangat penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Dari hasil penelitian gizi diketahui bahwa stunting pada anak usia dini berhubungan dengan rendahnya asupan makanan yang berasal dari protein hewani (susu, daging/ikan dan telur) (Headey et al., 2018).

D: Datang ke Posyandu setiap bulan

Posyandu sangat berperan terhadap stunting. Peran posyandu lebih pada tindakan pencegahan dan preventif. Terlepas dari beberapa kendala yang ada dalam pelaksanaannya, posyandu sangat berperan terhadap penurunan angka stunting (Pratiwi, D., 2023). Penelitian Millata (2023) menjelaskan bahwa posyandu pada anak usia dini disertai juga dengan kegiatan edukasi terkait kesehatan balita, tumbuh kembang serta edukasi program yang lain termasuk pencegahan stunting.

E: Eksklusif ASI 6 Bulan

ASI merupakan sumber makanan pokok bayi baru lahir mengingat kandungan yang terdapat dalam ASI begitu besar. Bayi yang mengkonsumsi ASI pada masa pertumbuhan dapat terhindar dari stunting. Dalam penelitian Rohmatun (2014) kejadian stunting pada anak banyak ditemukan pada anak yang tidak diberikan ASI Eksklusif dibandingkan dengan anak yang diberikan ASI Eksklusif. Penelitian Sr. Anita Sampe et al. (2020) menjelaskan juga bahwa Balita yang tidak diberikan ASI Eksklusif berpeluang 61 kali lipat mengalami stunting dibandingkan dengan balita yang diberikan ASI Eksklusif.

Keberhasilan Kegiatan

Harapan dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah adanya penambahan tingkat pengetahuan serta pemahaman tentang stunting dan pencegahan stunting dengan ABCDE.

Pretest dilakukan dengan pemberian pertanyaan kepada peserta. Pertanyaan yang diberikan seputar materi yang akan disampaikan, adapun hasil pretest dan posttest adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Jawaban Pretest dan Posttest

NO	Jenis Pertanyaan	Jawaban	
		Pretest	Posttest
1	Definisi	35%	90%
2	Penyebab dari stunting	25%	75%
3	Dampak stunting	15%	90%
4	Pencegahan stunting dengan ABCDE	0%	85%

Dari hasil pretest dan posttest didapatkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan materi penyuluhan meskipun dari hasil posttest belum 100% peserta dapat menjawab pertanyaan dari jenis pertanyaan yang diberikan oleh tim kegiatan Penagabdian Kepada Masyarakat. Hasil tersebut dapat diartikan peserta dapat menerima dan menyerap materi yang sudah diberikan oleh narasumber maka harapannya peserta dapat mengaplikasikan materi yang telah disampaikan oleh narasumber serta dapat dilaksanakan dalam keseharian untuk dapat mencegah kejadian stunting pada anaknya setelah lahir nanti.

Penelitian Nurfatimah et al. (2021) menjelaskan bahwa perilaku pencegahan stunting pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Mapane diantaranya dapat dilihat dari ibu hamil yang rajin melakukan ANC 83,7%, ibu hamil dengan pemenuhan nutrisi yang baik 98,8% yang dilihat dari konsumsi makanan tiap harinya seperti buah-buahan, tambahan protein, minum susu serta pengolahan makanan dengan garam beryodium, ibu hamil rajin konsumsi zat besi sebanyak 79,6%. Dimana pencegahan stunting dapat dimulai dari 1000 HPK maka dengan adanya kegiatan ini harapannya peserta dapat diimplementasikan materi yang telah didapatkan pada kehidupan sehari-hari dengan berperilaku sehat.

**Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat**

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian dengan peserta ibu hamil yang ada dikelas ibu hamil wilayah kerja Puskesmas Sumurpanggang. Kegiatan berjalan dengan baik dan kondusif serta peserta antusias dalam tanya jawab seputar stunting. Terdapat perubahan tingkat pengetahuan yang baik setelah dilakukan pemberian materi penyuluhan Kesehatan. Peserta akan menerapkan pola hidup sehat sesuai dengan materi pencegahan stunting dengan ABCDE.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian Kepada Masyarakat mengucapkan terimakasih kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (P3M) Politeknik Harapan Bersama yang telah memberikan dana hibah guna mendukung pelaksanaan kegiatan ini. Terikasih juga kami sampaikan kepada Puskesmas Sumurpanggang yang telah memberikan ijin serta ibu hamil yang telah bersedia berpartisipasi menjadi peserta kegiatan ini sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik.

REFERENSI

- Ekayanthi, D. W. N., & Suryani, P. (2019). Edukasi gizi pada ibu hamil mencegah stunting pada kelas ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*, 10(3), 312–319.
- Fahardianto, F., Hapsari, H. E., Faizah, S. N. I., & ... (2022). Pencegahan stunting pada ibu hamil dengan pemberian penyuluhan di Desa Duwet Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. *Proceeding ...*, 129–135.
- Fitria, F., & Astuti, N. H. (2023). Cegah stunting melalui edukasi gizi seimbang pada ibu hamil dan menyusui. *Jurnal Abdimas Kedokteran dan Kesehatan*, 1(2), 83–88. <https://doi.org/10.24853/jaras.1.2.83-88>
- Jateng, D. P. (2022). Profil Dinkes Provinsi Jawa Tengah.
- Karuniawati, B., & Fauziandari, E. N. (2021). Kelas ibu hamil dalam upaya peningkatan pengetahuan perawatan kehamilan dan perawatan bayi baru lahir di Prambanan Sleman. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 264–268. <https://doi.org/10.30994/jceh.v4i2.239>
- Kemkes RI. (2023). Cegah stunting dengan ABCD.
- Li, H., Yuan, S., Fang, H., Huang, G., Huang, Q., Wang, H., & Wang, A. (2022). Prevalence and associated factors for stunting, underweight, and wasting among children under 6 years of age in rural Hunan Province, China: A community-based cross-sectional study. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-12875-w>
- Merry, Y. A., Denita, M., Mz, W., & Bd, F. (2024). Prevent child stunting among pregnant women in public. December 2022, 193–200.

Rizkiana, E. (2022). Pengetahuan dan sikap remaja putri terhadap konsumsi tablet tambah darah (TTD) sebagai pencegahan stunting. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 9(1), 24–29. <https://doi.org/10.48092/jik.v9i1.183>

Sukmawati, S., Hermayanti, Y., Nurhakim, F., DA, I. A., & Mediani, H. S. (2021). Edukasi pada ibu hamil, keluarga dan kader posyandu tentang pencegahan stunting. *Dharmakarya*, 10(4), 330. <https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v10i4.33400>