



## Permen Ceting (Persiapan Menyusui Cegah Stunting pada Ibu Hamil) di Desa Sungai Tabuk Kota Rt 6

Silfia<sup>1\*</sup>, Nurul Hidayah<sup>2</sup>, Elysa Marini<sup>3</sup>, Lisda Handayani<sup>4</sup>

<sup>1,4</sup>Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

<sup>2</sup>Diploma III Kebidanan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

<sup>3</sup>Puskesmas Sungai Tabuk 1, Indonesia

[silfiavia6@gmail.com](mailto:silfiavia6@gmail.com)<sup>1\*</sup>

Alamat Kampus: Jl. Pramuka No.2, Pemurus Luar, Kec. Banjarmasin Tim., Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70238

Korespondensi penulis: [silfiavia6@gmail.com](mailto:silfiavia6@gmail.com)

### Article History:

Received: Oktober 13, 2024

Revised: Oktober 27, 2024

Accepted: November 11, 2024

Published: November 13, 2024

**Keywords:** Pregnant Women, Breastfeeding, Stunting

**Abstract:** Stunting is caused by many factors, of which the most decisive intervention is that carried out during the first 1000 days of life. One of the problems that causes stunting is a lack of nutritional intake during pregnancy, resulting in fetal growth failure which is the beginning of stunting. Based on the results of the data review, the lack of exclusive breastfeeding has been found. However, the priority problems that can be drawn from this problem are regarding the preparation and provision of exclusive breastfeeding aimed at pregnant women and women of childbearing age. The purpose of the activity is to increase information and knowledge of pregnant women and women of childbearing age regarding the importance of preparing for exclusive breastfeeding. The location of the implementation is in Sungai Tabuk Kota Village RT 06, Sungai Tabuk District, Banjar Regency. The target of exclusive breastfeeding preparation to prevent stunting counseling, includes various groups ranging from pregnant women to women of childbearing age. The results obtained from this service are increased knowledge and awareness of mothers regarding the importance of providing exclusive breastfeeding to prevent stunting.

### Abstrak

Stunting disebabkan oleh banyak faktor, yang mana intervensi yang paling menentukan adalah yang dilakukan saat 1000 hari pertama kehidupan. Salah satu masalah yang menyebabkan stunting adalah kurangnya asupan gizi pada masa kehamilan, sehingga menyebabkan gagal tumbuh janin yang menjadi awal mula terjadinya stunting. Berdasarkan hasil pengkajian data yang telah di temukan kurangnya pemberian asi eksklusif. Namun, prioritas masalah yang dapat di tarik pada permasalahan ini adalah mengenai persiapan dan pemberian asi eksklusif yang tertuju pada ibu hamil dan wanita usia subur. Tujuan kegiatan adalah untuk menambah informasi dan pengetahuan ibu hamil dan wanita usia subur mengenai pentingnya persiapan asi eksklusif. Tempat pelaksanaan yaitu di Desa Sungai Tabuk Kota RT 06, Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar. Sasaran persiapan menyusui asi eksklusif cegah stunting penyuluhan, mencakup berbagi kelompok mulai dari ibu hamil hingga wanita usia subur. Hasil yang didapatkan pada pengabdian ini adalah meningkatnya pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai pentingnya pemberian asi eksklusif guna mencegah terjadinya stunting.

**Kata Kunci :** Ibu Hamil, Menyusui, Stunting

## **1. PENDAHULUAN**

Stunting merupakan masalah pada balita berupa kurang gizi kronis yang dikarenakan keadaan malnutrisi yang berkaitan dengan kekurangan asupan gizi pada masa lampau. Seorang balita dikatakan stunting (perawakan pendek) jika memiliki tinggi badan (TB) tidak sesuai dengan umur, yang ditentukan jika skor Z indeks tinggi badan/umur (TB/U) dibawah -2 standar deviasi (SD). Anak dengan stunting pada 2 tahun pertama kehidupan, berisiko 4,57 kali mempunyai IQ lebih rendah dibandingkan IQ anak yang tidak stunting, sehingga dapat berdampak pada kurangnya prestasi belajar pada anak (Apriasih and Chanty 2023).

Stunting disebabkan oleh banyak faktor, yang mana intervensi yang paling menentukan adalah yang dilakukan saat 1000 hari pertama kehidupan. Salah satu masalah yang menyebabkan stunting adalah kurangnya asupan gizi pada masa kehamilan, sehingga menyebabkan gagal tumbuh janin yang menjadi awal mula terjadinya stunting (Fitri et al. 2022). Pada ibu hamil trimester pertama, terjadi masa pembentukan organ dan sistem saraf janin, lalu pada trimester kedua merupakan masa kritis pembentukan organ tubuh janin, yang mana jika terjadi gangguan pertumbuhan pada fase ini, maka tidak akan dapat diperbaiki. Oleh karena itu, perilaku pencegahan stunting harus dilakukan sejak ibu hamil, saat ibu setelah melahirkan dengan cara memberikan ASI eksklusif untuk pemenuhan nutrisi (Salamung, Haryanto, and Sustini 2019).

Secara umum keadaan topografi desa Sungai Tabuk Kota adalah merupakan daerah dataran rendah terdiri dari dataran 138 HA dan padang rawa 306 HA. Iklim Sungai Tabuk Kota mempunyai iklim tropis (dua musim). Jumlah Penduduk Desa Sungai Tabuk Kota sebanyak 3.087 dengan penduduk usia produktif 1.291 jiwa, sedangkan penduduk yang dikategorikan miskin 44 jiwa. Mata pencaharian sebagian penduduk adalah petani sedangkan hasil produksi ekonomis desa yang menonjol adalah padi dan sayur-sayuran.

UPT Puskesmas Sungai Tabuk 1 didirikan pada tahun 1976 dengan nama Puskesmas Impres Sungai Tabuk. Wilayah kerja UPT Puskesmas Sungai Tabuk 1 berada pada wilayah Kecamatan Sungai Tabuk memiliki 12 Desa binaan dengan Luas Wilayah 85,24 Km<sup>2</sup> Jarak antara UPT Puskesmas Sungai Tabuk 1 dengan ibu Kota Kabupaten Banjar sekitar 25 KM, sedangkan dengan ibu kota kecamatan sekitar 2 km . Sebagian wilayah kerja terdiri atas dataran rendah dan rawa-rawa. Ada 5 Desa yang berada pada daerah aliran sungai Martapura yaitu Desa Tajau Landung, Desa keliling Benteng Ilir, Desa Sungai Bangkal, Desa pejambuan dan Desa Lok Buntar.

Puskesmas Sungai Tabuk 1 merupakan Puskesmas PONED yang memiliki jumlah tenaga kesehatan yang lumayan banyak, berjumlah 60 karyawan dan memiliki tempat

pelayanan kesehatan yang sudah lengkap, seperti rawat Inap (24 jam), dan Instalasi Gawat Darurat (IGD/ UGD 24 jam). Puskesmas Sungai Tabuk 1 memiliki 22 posyandu, 6 buah poskesdes, dan memiliki kader posyandu sebanyak 110 orang. Berdasarkan data yang tercatat di Puskesmas Sungai Tabuk 1 pada tahun 2023, jumlah ibu hamil sebanyak 436 orang, jumlah ibu nifas sebanyak 410, jumlah PUS sebanyak 6574 orang, jumlah bayi 226 orang, balita 250 orang, anak-anak pra sekolah 150 orang, dan remaja 250 orang.

Berdasarkan hasil pengkajian data yang telah di temukan di lapangan Desa Sungai Tabuk Kota RT.06 pada bulan agustus tahun 2024, jumlah ibu hamil dengan riwayat KEK berjumlah 1 orang, ibu dengan gizi cukup berjumlah 2 orang, Wanita Usia Subur (WUS) (15-49 tahun) sebanyak 30 orang, jumlah menopause sebanyak 35 orang, jumlah lansia sebanyak 40 orang.

Ada beberapa masalah kesehatan yang ditemukan Desa Sungai Tabuk Kota RT.06 di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1, seperti adanya ibu dengan riwayat KEK 1 orang. Masalah lain yang ditemukan yakni WUS dan Lansia dengan hipertensi, Preseptor KB yang mengalami haid tidak teratur, PHBS yang kurang, Kurangnya pemberian asi eksklusif. Namun, prioritas masalah yang dapat di tarik pada permasalahan ini adalah mengenai persiapan dan pemberian asi eksklusif yang tertuju pada ibu hamil dan wanita usia subur.

Oleh karena itu pada kesempatan kali ini akan dilaksanakan pengabdian kepada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1 dengan rencana *Midwifery Project* "PERMEN CETING" (Persiapan Menyusui Cegah Stunting pada Ibu Hamil) melalui penyuluhan. Tujuan program ini memberdayakan ibu hamil dan wanita usia subur, untuk mengetahui persiapan asi eksklusif melalui penyuluhan dan pengolahan makanan tambahan berbahan pangan lokal.

## **2. METODE**

Waktu dan tempat pelaksanaan yaitu di Desa Sungai Tabuk Kota RT 06, Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar Wilayah Kerja Puskesmas Sungai Tabuk 1. Sasaran persiapan menyusui asi eksklusif cegah stunting penyuluhan, mencakup berbagai kelompok mulai dari ibu hamil hingga wanita usia subur. Tujuan utamanya adalah untuk menambah informasi dan pengetahuan ibu hamil dan wanita usia subur mengenai pentingnya persiapan asi eksklusif.

### **3. HASIL**

Pada kegiatan pengabdian masyarakat menghadirkan program dengan nama PERMEN CETING (Persiapan Menyusui Cegah stunting pada Ibu Hamil). Program ini merupakan salah satu program persiapan menyusui asi eksklusif dengan tujuan untuk mencegah kemungkinan terjadinya stunting, melalui penyuluhan. Penyebab terjadinya stunting masih merupakan masalah multifaktor, namun yang dapat diidentifikasi penyebab stunting pada anak di antaranya yaitu asupan makanan yang tidak adekuat (tidak seimbang), penyakit infeksi, personal higiene dan sanitasi lingkungan yang kurang baik, status sosial dan ketahanan pangan keluarga yang tidak memadai serta lainnya. Hasil penelitian lainnya yang menjadi faktor risiko terjadinya stunting pada anak di negara berkembang adalah tidak diberikan ASI eksklusif, sosial ekonomi, berat bayi lahir rendah, panjang lahir, pendidikan ibu rendah, penyakit infeksi (Rahayu et al. 2023).

Oleh karena itu diperlukan upaya untuk mengurangi kejadian stunting pada anak, salah satu upaya tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan penyuluhan tentang stunting pada ibu hamil. Penyuluhan adalah kegiatan menyampaikan informasi, pengetahuan, dan kemampuan kepada seseorang atau kelompok untuk membentuk sikap dan perilaku hidup yang diharapkan. Sasaran kegiatan program ini tertuju pada ibu hamil dan wanita usia subur. Penyuluhan juga bisa diartikan sebagai usaha menyebarluaskan hal-hal baru agar masyarakat tertarik dan bersedia menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Penyuluhan membutuhkan perencanaan yang matang, terarah, dan berkesinambungan. Penyuluhan tidak hanya sekedar menyebarluaskan informasi atau memberi penerangan, tetapi juga harus dilakukan terus-menerus hingga ada perubahan perilaku pada penerima manfaat (Ningrum, Hidayatunnikmah, and Rihardini 2020).

Tahapan awal yang sudah di laksanakan melakukan penyuluhan yaitu kegiatan menyampaikan informasi, pengetahuan, dan kemampuan kepada seseorang atau kelompok untuk membentuk sikap dan perilaku hidup yang diharapkan. penyuluhan yang tidak hanya sekedar menyebarluaskan informasi atau memberi penerangan, tetapi juga harus dilakukan terus-menerus hingga ada perubahan perilaku pada penerima manfaat. Penyuluhan membutuhkan perencanaan yang matang, terarah, dan berkesinambungan. Hasil yang didapatkan pada project ini adalah meningkatnya pengetahuan dan kesadaran ibu mengenai pentingnya pemberian asi eksklusif guna mencegah terjadinya stunting.

#### 4. DISKUSI

Kehamilan adalah hasil dari proses pertemuan sel sperma dan ovum dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi, berlangsung selama 40 minggu. Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin (280 hari/40 minggu) atau 9 bulan 7 hari. Kehamilan merupakan sebuah proses mata rantai berkesinambungan dan terdiri dari ovulasi, migrasi, spermatozoa dan ovum, konsepsi dan pertumbuhan zigot, nidasi pada uterus, pembentukan plasenta dan tumbuh kembang hasil konsepsi sampai aterm (Rahmi et al. 2024). Sedangkan Wanita usia subur (WUS) adalah wanita yang berusia antara 15–49 tahun, yang masih berpotensi untuk hamil. Periode ini dimulai dari pertama kali menstruasi hingga menopause, tanpa memperhitungkan status perkawinannya. Pada usia ini, organ reproduksi wanita berfungsi dengan baik, dan puncak kesuburan terjadi pada rentang usia 20–29 tahun.

Persiapan gizi pada ibu hamil dilakukan lebih ketat untuk memastikan kesejahteraan ibu hamil, sebaliknya wanita usia subur penting untuk memperhatikan asupan gizi yang dikonsumsi untuk memperispakan kehamilan yang sehat dan sejahtera mencegah dari kemungkinan stunting (Ante et al. 2026; Wahyuni et al. 2024). Program pemerintah menggalakan program stunting dengan tujuan untuk mengurangi angka stunting yang dapat berimbas ke angka kematian ibu dan bayi. Keadaan stunting pada anak dapat terjadi sejak ibu hamil, hal ini dikarenakan asupan gizi yang kurang pada ibu sehingga mengakibatkan pertumbuhan bayi yang ada di perut terjadi cukup lambat sehingga lahir dengan keadaan berat badan lahir rendah. Hal ini tidak hanya terjadi pada bayi, namun berimbas kepada ibu dengan kehamilan kurang energi kronis (Ernawati 2020; Fitriani et al. 2024).

Berdasarkan Sustainable Development Goals (SDGs) pada goals ketiga mengenai Kesehatan dan Kesejahteraan, Angka Kematian Neonatal di Indonesia pada tahun 2020 sebesar 24 per 1000 kelahiran hidup. Provinsi dengan jumlah kematian neonatal tertinggi di Indonesia yaitu Sumatera Utara, Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur dan Sulawesi Selatan. Penurunan angka kematian neonatal merupakan hal yang sangat penting, karena kematian neonatal memberikan kontribusi sebesar 60% terhadap Angka Kematian Bayi (World Health Organization (WHO), 2018) merupakan proses yang fisiologis.

Setiap tahun diperkirakan 4 juta bayi meninggal di dunia pada bulan pertama kehidupan dan 2 per 3 nya meninggal pada minggu pertama. Penyebab utama kematian pada minggu pertama kehidupan adalah komplikasi kehamilan dan persalinan seperti asfiksia, sepsis dan komplikasi berat lahir rendah. Kurang lebih 98% kematian ini terjadi di negara berkembang dan sebagian besar kematian ini dapat dicegah dengan pencegahan dini dan pengobatan yang tepat (Marmi, 2018).



**Gambar 1.** Kegiatan Pengabdian

## **5. KESIMPULAN**

Telah di dilakukan midwifery Project PERMEN CETING (Persiapan Menyusui Cegah Stunting pada Ibu Hamil) melalui peyuluhan di wilayah kerja puskesmas sungai tabuk kota Rt.06. Telah di implementasikannya kegiatan program PERMEN CETING (Persiapan Menyusui Cegah Stunting pada Ibu Hamil).

## **DAFTAR REFERENSI**

- Ante, Dessy, Ika Friscila, Frani Mariana, and Ika Avriline Haryono. 2026. “Faktor Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Kunjungan Anc K1 Dan K4 Di Wilayah Kerja Puskesmas Murung Pudak.” Pp. 1–8 in *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars*.
- Apriasih, Hapi, and Y. H. Chanty. 2023. “Peran Keluarga Dengan Balita Stunting Dalam Upaya Pemberdayaan Masyarakat Di Desa Cikunir Tasikmalaya.” *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia* 13(3):98–104.
- Ernawati, Aeda. 2020. “Gambaran Penyebab Balita Stunting Di Desa Lokus Stunting Kabupaten Pati.” *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan IPTEK* 16(2):77–94. doi: 10.33658/jl.v16i2.194.
- Fitri, Nurul, Nabila Widiawati, Risma Pramudia Ningtyas, Farah Dhiyah Alfini Sarnyoto, Waridatun Nisa, Wahyu Ibnistnaini, Muhammad Dhani Ardha, Qurratul Aima, Salmanto Salmanto, and Sopia Novitasari. 2022. “Strategi Gerakan Cegah Stunting Menggunakan Metode Sosialisasi Di Desa Darakunci, Kabupaten Lombok Timur.” *Jurnal Pengabdian Inovasi Masyarakat Indonesia* 1(2):80–86. doi: 10.29303/jpimi.v1i2.1471.
- Fitriani, Aida, Erlina Erlina, Nora Usrina, and Ika Friscila. 2024. “Factors That Influence Pregnant Women’s Compliance With Local PMT Bu Gateng.” *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)* 10(4):334–43. doi: <http://dx.doi.org/10.33024/jkm.v10i4.14774>.
- Ningrum, Nyna Puspita, Nina Hidayatunnikmah, and Tetty Rihardini. 2020. “Cegah Stunting Sejak Dini Dengan Makanan Bergizi Untuk Ibu Hamil.” *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 11(4):550–55. doi: 10.26877/e-dimas.v11i4.5616.

- Rahayu, Agustin, Diah Merdekawati Surasno, Suryani Mansyur, Andiani, and Musiana. 2023. "Penyuluhan Tentang Cegah Stunting Menuju Kelurahan Sehat." *Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Masyarakat Indonesia* 2(1):27–30. doi: 10.26714/jipmi.v2i1.86.
- Rahmi, Yulida, Meldawati Meldawati, Ika Friscila, and Ika Avriline Haryono. 2024. "Efektivitas Pelvic Tilt Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Muara Harus, Kabupaten Tabalong." Pp. 1–10 in *Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars*.
- Salamung, Niswa, Joni Haryanto, and Florentina Sustini. 2019. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Stunting Pada Saat Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Bondowoso." *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")* 10(4):264–69. doi: 10.33846/sf10404.
- Wahyuni, Yenni Fitri, Aida Fitriani, Rayana Iswani, Serlis Mawarni, Sirajus Savina, Nurul Akla, and Ika Friscila. 2024. "Penyuluhan Gizi Dalam Upaya Pencegahan Stunting Bagi Ibu Balita Di Puskesmas Syamtalira Bayu." *Jurnal Abdimas ITEKES Bali* 3(2):117–23. doi: <https://doi.org/10.37294/jai.v3i2.577>.