



## **Optimalisasi Pengasuhan 1000 Hari Pertama Kehidupan sebagai Upaya Pencegahan *Stunting* di Desa Kacung**

**Bella Nur Khalida<sup>1</sup>, Muhammad Edy Syahputra Nasution<sup>2\*</sup>, Nurcahaya Sinaga<sup>3</sup>**

Program Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran,

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara<sup>1</sup>

Departemen Ilmu Penyakit Telinga, Hidung, dan Tenggorokan,

Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara<sup>2\*</sup>

Departemen Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran,

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara<sup>3</sup>

Email : [mhd.edysyahputra@umsu.ac.id](mailto:mhd.edysyahputra@umsu.ac.id)<sup>2\*</sup>

### **Abstrak**

*Stunting* masih menjadi permasalahan kesehatan di Desa Kacung. *Stunting* merupakan kondisi dimana gangguan pertumbuhan linier pada anak disebabkan oleh tidak terpenuhinya cakupan nutrisi yang terjadi secara kronis. *Stunting* dapat mengakibatkan terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak baik kognitif, motorik, dan verbal. Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian berupa edukasi dan tanya jawab. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan menyatukan pemahaman masyarakat tentang faktor-faktor yang berkaitan dengan *stunting*. Kegiatan ini dilakukan di Desa Kacung pada bulan Agustus 2023. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang 1000 hari pertama kehidupan sebagai upaya pencegahan *stunting* berdasarkan nilai *pretest* dan *posttest*. Pada saat *pretest* rata-rata jawaban benar peserta empat dan pada *posttest* meningkat menjadi sembilan dari dua belas pertanyaan. Dengan adanya kegiatan edukasi ini, diharapkan tidak ada lagi pemahaman yang salah terkait faktor-faktor yang menyebabkan *stunting*. Sehingga bisa meningkatkan status gizi anak dan menurunkan angka *stunting*.

**Kata Kunci:** anak, edukasi, gizi, ibu, pengetahuan

### **Abstract**

Stunting is still a health problem in Desa Kacung. Stunting is a condition where linear growth disorders in children are caused by not fulfilling nutritional coverage that occurs chronically. Stunting can disrupt children's growth and development in cognitive, motor, and verbal areas. This activity is a service activity in the form of education and questions and answers. To increase knowledge and unify community understanding of factors related to stunting. This activity was carried out in Desa Kacung in August 2023. The results of this activity show an increase in community knowledge about the first 1000 days of life, based on pretest and posttest scores. During the pretest, the average participant's correct answers were four; during the posttest, it increased to nine out of twelve questions. With this educational activity, it is hoped that there will be no more misunderstanding regarding the factors that cause stunting so that it can improve the nutritional status of children and reduce stunting rates.

**Keywords:** children, education, knowledge, mother, nutrition

### **PENDAHULUAN**

*Stunting* masih menjadi tantangan besar dari aspek kesehatan di Indonesia. *Stunting* merupakan kondisi dimana gangguan pertumbuhan linier yang disebabkan karena tidak terpenuhinya cakupan nutrisi yang terjadi secara kronis. *Stunting* juga didefinisikan sebagai kondisi dimana tinggi badan seorang anak kurang dari -2 standar deviasi berdasarkan kurva pertumbuhan *World Health Organization* (WHO) (Berhanu et al., 2022).

WHO menyebutkan jumlah anak *stunting* usia dibawah lima tahun pada tahun 2022 berjumlah 148,1 juta, dimana terjadi penurunan dari tahun sebelumnya yang berjumlah 150,9 juta (World Health

Organization, 2023). Sedangkan Indonesia berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 terjadi penurunan dari 24,4% menjadi 21,6% dalam kurun 1 tahun (Kemenkes, 2022). Data di Desa kacung tahun 2020 ditemukan sebanyak 23 orang (Dinas Kesehatan, 2020).

Faktor penyebab *stunting* terbagi atas bersifat langsung yakni rendahnya praktik pemberian kolostrum dan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, pola konsumsi anak, pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang kurang baik, dan penyakit infeksi yang diderita anak. Sedangkan penyebab tidak langsungnya berupa kurangnya akses ketersediaan bahan makanan serta sanitasi dan kesehatan lingkungan (Rosha et al., 2020). *Stunting* juga dikaitkan dengan faktor global lainnya seperti kesehatan ibu, keadaan ibu yang buruk, anemia, perawakan pendek, jarak kelahiran yang pendek dan kehamilan remaja. Faktor tersebut tentunya mengganggu ketersediaan nutrisi bagi janin. (WHO, 2014).

*Stunting* harus dicegah sebelum anak berusia dua tahun. Karena *stunting* dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang anak yang meliputi fungsi motorik, kognitif, dan verbal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Aprilia daracantika, lebih rendahnya (*Intelligent Quotient*) IQ dan kurangnya hasil prestasi akademik merupakan dampak dari *stunting* yang merupakan akibat implikasi biologis terhadap perkembangan otak dan neurologis. Anak yang mengalami *stunting* pada dua tahun pertama kehidupannya berisiko memiliki IQ nonverbal < 89 dibandingkan dengan anak tidak *stunting* (Daracantika et al., 2021).

Periode 1000 HPK dimulai dari masa pembuahan sampai usia dua tahun ini disebut juga periode emas (*golden period*). Pada periode ini terjadi proses tumbuh kembang yang sangat sensitif dan bersifat *irreversible* (tidak dapat diubah). Gizi pada 1000 HPK merupakan salah satu syarat untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal sehingga dapat terhindar dari risiko terjadinya *stunting*. Target Indonesia dalam RPJMN 2020-2024 menurunkan angka *stunting* hingga 14% memerlukan berbagai upaya. Oleh karena itu, edukasi mengenai 1000 HPK menjadi upaya yang penting untuk menambah wawasan masyarakat mengenai faktor penyebab dan dampak dari *stunting*.

## METODE

Pengabdian masyarakat ini dihadiri 23 peserta yang terdiri dari ibu hamil, kader desa, dan bidan desa. Metode kegiatan pengabdian berupa ceramah dan tanya jawab interaktif yang terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi

### 1. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilakukan survei dan diskusi kepada pemerintah daerah yakni kepala desa terkait permasalahan kesehatan di Desa Kacung. Setelah itu dilakukan diskusi dengan petugas kesehatan yakni bidan desa terkait konsep pelaksanaan kegiatan pengabdian. Kemudian dilakukan permohonan izin kepada kepala desa dan menyebarkan undangan untuk peserta secara *online* dan *offline*. Undangan *online* melalui group Whatsapp dan *offline* disebarkan oleh kader desa.

### 2. Tahap pelaksanaan

Kegiatan pengabdian dilakukan pada tanggal 23 Agustus 2023 di balai adat Desa Kacung, Kecamatan Kelapa, Kabupaten Bangka Barat, Provinsi Bangka Belitung. Sebelum edukasi dilakukan *pretest* terlebih dahulu berupa kuesioner yang terdiri dari 12 pertanyaan seputar 1000 hari pertama kehidupan (Andamel, 2020). Jawaban dari *pretest* dan *posttest* berupa benar dan salah dari *google form* yang dikirimkan dan disebarkan kepada peserta melalui grup Whatsapp.

### 3. Tahap evaluasi

Tahap evaluasi dari kegiatan berupa *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta setelah dilakukan edukasi. Penilaian pengetahuan peserta dengan menghitung salah dan benar menggunakan rumus mencari rata-rata yaitu, jumlah data dibagi dengan banyaknya data (Nuryadi et al., 2017).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

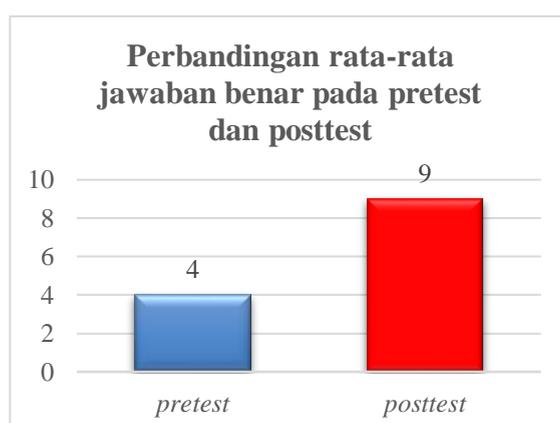
Dalam Rencana Aksi Nasional (RAN), pemerintah menetapkan tiga pendekatan yang terdiri dari pendekatan intervensi gizi terintegrasi, pendekatan multisektor dan multipihak, serta pendekatan berbasis keluarga risiko *stunting*. Pada pendekatan intervensi gizi terintegrasi terbagi menjadi dua yaitu intervensi gizi spesifik dan intervensi gizi sensitif. Intervensi gizi spesifik adalah intervensi yang berdampak langsung terhadap kebutuhan gizi dan tumbuh kembang janin dan anak. Sedangkan intervensi gizi sensitif adalah intervensi yang secara tidak langsung mempengaruhi kejadian *stunting*. Edukasi merupakan salah satu upaya intervensi gizi sensitif yang dapat dilakukan (BKKBN, 2021).

Pelaksanaan kegiatan edukasi 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *stunting* di Desa Kacung, Kecamatan Kelapa, Kabupaten Bangka Barat, Provinsi Bangka Belitung berjalan dengan lancar dari awal hingga akhir (gambar 1).



Gambar 1. Penyampaian materi

*Stunting* adalah suatu kondisi terganggunya pertumbuhan pada balita akibat kekurangan gizi kronis sehingga menyebabkan anak menjadi terlalu kecil atau tidak sesuai usianya. *Stunting* disebabkan oleh faktor yang multidimensi, tidak hanya gizi buruk pada ibu hamil dan anak kecil. Adapun beberapa penyebab faktor *stunting* seperti pola asuh orang tua yang buruk, masih terbatasnya layanan kesehatan, masih kurangnya akses rumah tangga atau keluarga terhadap makanan bergizi, dan kurangnya akses air bersih dan sanitasi. Yang termasuk pola asuh orang tua yang buruk ialah kurangnya pengetahuan ibu tentang kesehatan gizi sebelum dan selama kehamilan, serta setelah melahirkan (gizi pada anak). Tidak diberikannya ASI secara eksklusif dan gagal memperkenalkan MPASI pada anak dapat menjadi faktor yang menyebabkan *stunting*. Oleh karena itu, para ibu atau calon ibu harus mempunyai pengetahuan yang cukup untuk mencegah *stunting* (Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan, 2017).



Gambar 2. Perbandingan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah edukasi

Berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest*, didapatkan bahwa rata-rata jawaban benar pada saat *pretest* adalah empat dari dua belas pertanyaan. Sedangkan rata-rata jawaban benar pada saat *posttest* adalah sembilan dari dua belas pertanyaan (gambar 2). Adanya peningkatan rata-rata benar pada saat *posttest* menunjukkan bahwa edukasi tersampaikan dengan baik.

Berdasarkan Ainun Nazihah, terdapat hubungan pengetahuan ibu tentang 1000 hari pertama kehidupan dengan status gizi anak. Ibu yang berpengetahuan kurang 72,1% dari sampel, memiliki anak dengan status gizi yang kurang (Nazihah, 2021). Penelitian Luh Masrini Murti, menemukan ibu dengan pengetahuan gizi yang kurang berisiko 4,8 kali lebih besar anaknya mengalami *stunting* dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan gizi baik (Murti et al., 2020). Berbeda dengan penelitian Megalea mengatakan tidak terdapat hubungan antara pengetahuan ibu dengan kejadian *stunting*. Adanya perbedaan ini dikaitkan dengan beberapa faktor lain yang berperan menjadi penyebab *stunting*, seperti pendidikan ibu, ekonomi keluarga, dan lain-lain (Megalea Rut et al., 2020).

WHO menganjurkan pemberian ASI eksklusif pada 6 bulan pertama dan dilanjutkan hingga usia dua tahun untuk memperkuat daya tahan tubuh anak dan mengurangi risiko penyakit infeksi. Setelah usia enam bulan, setiap anak membutuhkan makanan lunak dan bergizi yang sering disebut dengan MPASI. Pengenalan dan pemberian MPASI harus dilakukan secara bertahap baik bentuk maupun jumlahnya, sesuai dengan kemampuan pencernaan anak (Rahayu et al., 2018). Terdapat empat strategi dalam pemberian MPASI, yaitu yang pertama tepat waktu; dimana usia bayi diberikan MPASI sekitar 6 bulan. Kemudian adekuat, yang artinya MPASI harus memenuhi kebutuhan makronutrien dan

mikronutrien anak. Aman dan higienis, artinya persiapan dan pembuatan MPASI harus menggunakan cara, alat, dan bahan yang aman dan higienis. Dan yang terakhir ialah diberikan secara responsif, artinya MPASI diberikan sesuai sinyal lapar dan kenyang pada anak serta dengan hati-hati. (UKK Nutrisi dan Penyakit Metabolik IDAI, 2018; United Nations Children's Fund, 2020)

Ada sembilan pesan kunci pada 1000 hari pertama kehidupan yaitu makan makanan yang bervariasi selama hamil, pemeriksaan kehamilan minimal sebanyak empat kali, minum suplemen tambah darah, inisiasi menyusui dini pada bayi baru lahir, memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan, menimbang bayi secara rutin setiap bulan, memberikan bayi vaksinasi dasar yang wajib, melanjutkan pemberian ASI hingga usia 2 tahun, memberikan MPASI secara bertahap dari usia 6 bulan tanpa memberhentikan pemberian ASI (Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang, 2019).

## SIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berupa ceramah dan tanya jawab interaktif yang dilakukan kepada peserta dengan tujuan meningkatkan pengetahuan peserta dan menambah wawasan masyarakat tentang *stunting*. Adanya peningkatan pengetahuan peserta dapat menjadi langkah positif dalam membantu menurunkan angka *stunting* dan meningkatkan status gizi pada anak.

Upaya pencegahan *stunting* hendaknya melibatkan beberapa pihak, yaitu masyarakat, perangkat pemerintahan desa, dan kader. Diharapkan juga kedepannya kader posyandu melakukan monitoring dan evaluasi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara baik dan teliti agar tidak didapat juga data yang keliru serta rutin melakukan edukasi mengenai *stunting*.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada kepala desa kacang yang mendukung terlaksananya kegiatan ini. Kepada bidan desa yang sudah membantu dan memberi masukan sehingga kegiatan pengabdian ini berjalan lancar. Kepada ibu ketua KPM yang membantu mensosialisasikan kegiatan ini kepada target dari pengabdian ini. Dan terakhir kepada peserta dan seluruh pihak yang sudah bersedia hadir dan membantu dalam kegiatan pengabdian ini. Semoga kita senantiasa diberikan kesehatan dan dalam perlindungan Allah SWT.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andamel, E. P. (2020). *PENGARUH PAKET PENDIDIKAN KESEHATAN 1000 HPK (PETRIK) TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP IBU HAMIL PADA RESIKO STUNTING DI PUSKESMAS TLOGOSARI* [Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <http://repository.unissula.ac.id/17797/>
- Berhanu, A., Garoma, S., Arero, G., & Mosisa, G. (2022). Stunting and associated factors among school-age children (5–14 years) in Mulo district, Oromia region, Ethiopia. *SAGE Open Medicine*, 10. <https://doi.org/10.1177/20503121221127880>
- BKKBN. (2021). *Kebijakan Dan Strategi Percepatan Penurunan Stunting Di Indonesia*.
- Daracantika, A., Ainin, A., & Besral, B. (2021). Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4647>
- Dinas Kesehatan. (2020). *Data Prevalensi Stunting Kabupaten Bangka Barat*. <https://portal.bangkabaratkab.go.id/content/data-prevalensi-stunting-kabupaten-bangka-barat>
- Kemenkes. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. *Kemenkes*, 1–7.
- Megalea Rut, H., Mardiyono, M. M., Karisma, M., & Babo, B. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan kejadian balita stunting di satu kelurahan di tangerang. *Jurnal Mutiara Ners*, 3(2).
- Murti, L. M., Budiani, N. N., Widhi, M., & Darmapatni, G. (2020). HUBUNGAN PENGETAHUAN IBU TENTANG GIZI BALITA DENGAN KEJADIAN STUNTING ANAK UMUR 36-59 BULAN. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 05, 3–10.
- Nazihah, A. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang 1000 HPK, Pola Asuh, Pola Makan dengan Status Gizi Usia 36-59 Bulan. *Argipa*, 6(2), 152–162. <https://doi.org/10.22236/argipa.v6i2.6063>
- Nuryadi, Astuti, T. D., Utami, E. S., & Budiantara, M. (2017). Buku Ajar Dasar-dasar Statistik Penelitian. In *Sibuku Media*. Sibuku Media.
- Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang. (2019). *Buku Saku Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK)*.
- Rahayu, A., Rahman, F., Marlinae, L., Husaini, Meitria, Yulidasari, F., Rosadi, D., & Laily, N. (2018). Buku Ajar Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. In *Penerbit CV Mine*.
- Rosha, B. C., Susilowati, A., Amaliah, N., & Permanasari, Y. (2020). Penyebab Langsung dan Tidak Langsung Stunting di Lima Kelurahan di Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor (Study Kualitatif Kohor Tumbuh Kembang Anak Tahun 2019). *Buletin Penelitian Kesehatan*, 48(3), 169–182. <https://doi.org/10.22435/bpk.v48i3.3131>

- Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan. (2017). *100 KABUPATEN/KOTA PRIORITAS UNTUK INTERVENSI ANAK Kerdil (STUNTING)*.
- UKK Nutrisi dan Penyakit Metabolik IDAI. (2018). *Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI)*. IDAI. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/pemberian-makanan-pendamping-air-susu-ibu-mpasi>
- United Nations Children's Fund. (2020). Improving Young Children's Diets During The Complementary Feeding Period. In *UNICEF Programming Guidance*. <https://www.unicef.org/media/93981/file/Complementary-Feeding-Guidance-2020.pdf>
- WHO. (2014). *Global Nutrition Targets 2025 : Stunting Policy Brief*.
- World Health Organization. (2023). *Stunting Prevalence Among Children Under 5 Years of age (%) (Model-Based Estimates)*. <https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/gho-jme-stunting-prevalence>