

EDUKASI PENTINGNYA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN ANAK SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Marthalena Simamora¹, Janno Sinaga², Rosita Silitonga³

¹⁾²⁾ Prodi Keperawatan Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara
Indonesia

³⁾BKKN Provinsi Sumatera Utara

Korespondensi: marthasimamorausm@gmail.com

Abstrack

Stunting or short is a condition of failure to thrive in children under five years of age (toddlers) due to chronic malnutrition and repeated infections, especially in the first 1,000 days of life (HPK), from fetus to child aged 23 months. Children are classified as stunted if their length or height is below minus two standard deviations of length or height of children their age. Stunting is a major threat to the quality of Indonesia's Human Resources (HR), as well as a threat to the nation's competitiveness. This is because children who fail to grow are not only disturbed by their physical growth, but also have impaired brain development, which of course will greatly affect their ability and achievement in school, as well as productivity and creativity in productive ages. The purpose is to prevent an increase in the incidence of stunting in toddlers. This activity is carried out in the form of health promotion through education about the first 1000 days of a child's life using the lecture method. The target of this activity is pregnant women. This activity was attended by 33 pregnant women and mother of toddler. The results of the evaluation showed that the knowledge of the activity participants increased after the education was carried out. Increased knowledge is in line with increasing public awareness of the importance of the 1000 HPK period so that it is expected that the prevalence of stunting increases can be prevented.

Keywords: **First 1000 Days of Child's Life, Stunting**

Abstrak

Stunting atau sering disebut kerdil atau pendek adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan. Anak tergolong stunting apabila panjang atau tinggi badannya berada di bawah minus dua standar deviasi panjang atau tinggi anak seumurnya. Stunting (gagal tumbuh) merupakan ancaman utama terhadap kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) Indonesia, juga ancaman terhadap kemampuan daya saing bangsa. Hal ini dikarenakan anak yang gagal tumbuh, bukan hanya terganggu pertumbuhan fisiknya saja, melainkan juga terganggu perkembangan otaknya, yang tentunya akan sangat mempengaruhi kemampuan dan prestasi di sekolah, serta produktivitas dan kreativitas di usia-usia produktif. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk mencegah peningkatan kejadian stunting pada balita. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk promosi kesehatan melalui edukasi tentang 1000 hari pertama kehidupan anak dengan metode ceramah. Sasaran kegiatan ini adalah ibu hamil. Kegiatan ini diikuti oleh 33 orang ibu hamil dan ibu balita. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa pengetahuan peserta kegiatan meningkat setelah dilakukan edukasi. Meningkatnya pengetahuan seiring dengan meningkatnya kesadaran masyarakat akan pentingnya masa 1000 HPK sehingga diharapkan prevalensi peningkatan kejadian stunting dapat dicegah.

Kata Kunci: 1000 Hari Pertama Kehidupan Anak, Stunting

PENDAHULUAN

Periode 1000 HPK merupakan masa awal kehidupan saat masih berada dalam kandungan hingga 2 tahun pertama kehidupan. Masa awal kehidupan ini disebut juga dengan Periode Emas. 1000 HPK sangat penting karena sangat berpengaruh terhadap kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak sangat pesat, sehingga akan berdampak pada masa yang akan datang. (Sudargo, 2018)

Fokus penanganan gizi pada 1000 HPK ini adalah untuk mencegah terjadinya kekurangan gizi yang merupakan masalah utama kesehatan pada balita karena dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangannya serta berkontribusi terhadap morbiditas dan mortalitas anak. Secara umum kekurangan gizi pada anak dibagi menjadi stunting (tinggi badan kurang menurut usia), wasting (berat badan kurang menurut tinggi badan), dan gizi buruk (berat badan kurang menurut usia). Masalah-masalah gizi tersebut akan terjadi apabila pada zat gizi tidak terpenuhi pada periode 1000 HPK. (Black & et al, 2013).

Menurut WHO tahun 2018 prevalensi stunting pada balita di dunia sebesar 22%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan penurunan prevalensi stunting Balita di tingkat nasional sebesar 6,4% selama periode 5 tahun, yaitu dari 37,2% (2013) menjadi 30,8%. sedangkan di Sumatera Utara sebesar 32,4%. Dibandingkan dengan hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) angka stunting berhasil ditekan 3,1% dalam setahun terakhir. Berdasarkan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) di Sumatera Utara diperoleh bahwa prevalensi kependekan secara provinsi tahun 2017 adalah 28,4% yang berarti terjadi peningkatan sebesar 4% dari keadaan tahun 2016 (24,4%), (Pemantauan Status Gizi, 2017). Melihat angka prevalensi *stunting* yang sangat tinggi, *stunting* menjadi salah satu program prioritas utama pemerintah di bidang pembangunan kesehatan periode 2019-2024, sehingga target 19% pada tahun 2024 dapat tercapai. (Kementerian Kesehatan, 2019).

Upaya penanganan stunting memerlukan sebuah gebrakan besar demi menjaga momentum dan capaian yang telah diraih. Perguruan tinggi sebagai institusi pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung program pemerintah di bidang pembangunan kesehatan khususnya dalam penurunan prevalensi stunting dan mendukung pelaksanaan program stunting. Oleh karena itu diperlukan kegiatan pengabdian yang

dilaksanakan secara rutin melalui kerjasama institusi pendidikan kesehatan dan institusi kesehatan yang salah satunya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang 1000 HPK, pemenuhan kebutuhan gizi ibu dan balita, dan gizi seimbang. Selain itu edukasi kepada kader juga harus dilakukan agar kader dapat memberikan edukasi secara berkelanjutan kepada para ibu yang mempunyai balita.

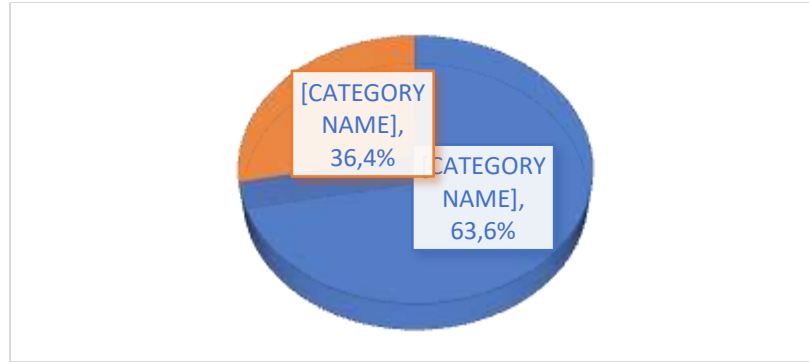
METODE PELAKSANAAN

Penyampaian materi tentang 1000 HPK dalam kegiatan ini menggunakan metode Ceramah. Metode ini dipilih guna mempermudah peserta didik untuk memahami isi dari materi yang disampaikan oleh narasumber sebagai informasi kesehatan yang penting sehingga setelah ceramah dilakukan, diharapkan Ibu hamil dan ibu balita dapat memahami, mengingat, sekaligus adanya perubahan perilaku gizi yang baik. Sasaran pendidikan dan promosi kesehatan mengenai edukasi pentingnya 1000 HPK yaitu ibu hamil dan ibu balita di Desa Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Kegiatan dilakukan di Kantor Kepala Desa Percut Sei Tuan secara langsung dengan menerapkan protokol kesehatan.

Promosi kesehatan melalui pendidikan kesehatan ini diharapkan dapat membuat ibu hamil dan ibu yang memiliki balita di Desa Percut Sei Tuan meningkat kesadaran dirinya akan pentingnya masa 1000 HPK pada bayi dan balita sehingga ibu dapat memenuhi kebutuhan gizi ibu dan balitanya. Tahapan dalam pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan ini, meliputi tahap persiapan (menyiapkan segala alat dan perlengkapan untuk kegiatan), tahap pelaksanaan (pembukaan, pemberian materi dan penutup), dan tahap evaluasi (evaluasi proses dan evaluasi hasil).

HASIL KEGIATAN

Hasil Kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan 33 peserta yang mengikuti kegiatan



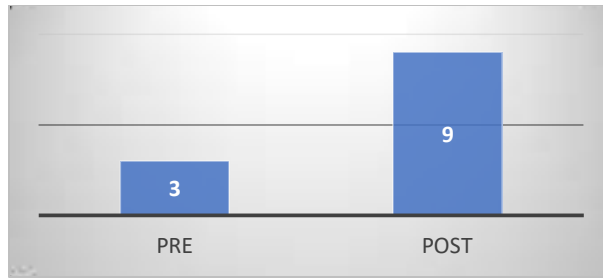
Gambar 1: Karakteristik Peserta Kegiatan

Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat dihadiri oleh Bapak Kepala Desa Percut Sei Tuan, Kepala PKK yang menjadi koodinator kader kesehatan di Desa Percut Sei Tuan dan Tim dari BKKBN Provinsi Sumatera Utara. Selama kegiatan berlangsung, para peserta kegiatan tampak serius dan antusias mendengarkan informasi yang disampaikan oleh tim. Saat sesi diksusi/tanya jawab, peserta juga antusias bertanya tentang hal yang mereka belum pahami, paling banyak peserta bertanya pada bagian gizi pada ibu hamil dan gizi seimbang pada balita.



Gambar 2: Pembukaan dan Sambutan dari Kepala Desa dan PKK Penyampaian Materi

Untuk melakukan evaluasi, sebelum dan setelah kegiatan, tim memberikan 10 pernyataan terkait 1000 Hari pertama Kehidupan Anak yang berfokus pada gizi pada masa kehamilan dan pemenuhan gizi seimbang. Hasil evaluasi dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3. rata-rata jawaban benar sebelum dan sesudah edukasi

Pengetahuan ibu hamil dan ibu balita tentang pentingnya 1000 HPK dalam dinilai dengan kuesioner yang terdiri dari 10 pernyataan yang berkaitan tentang gizi ibu hamil dan gizi seimbang. Sebelum diberikan edukasi, rata-rata peserta menjawab benar 3 dari 10 pernyataan. Hal ini menunjukkan bahwa ibu memiliki pengetahuan yang minim tentang 1000 HPK. Strategi pencegahan kejadian stunting membutuhkan pengetahuan dan pemahaman yang baik. Pengetahuan dan pemahaman ibu tentang pentingnya 1000 HPK sangat diperlukan sebagai dasar untuk berperilaku.

Periode 1000 HPK merupakan masa awal kehidupan saat masih berada dalam kandungan hingga 2 tahun pertama kehidupan. Masa awal kehidupan ini disebut juga dengan Periode Emas. 1000 HPK sangat penting karena sangat berpengaruh terhadap kondisi pertumbuhan dan perkembangan anak sangat pesat, sehingga akan berdampak pada masa yang akan datang. (Sudargo, 2018).

Fokus penanganan gizi pada 1000 HPK ini adalah untuk mencegah terjadinya kekurangan gizi yang merupakan masalah utama kesehatan pada balita karena dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangannya serta berkontribusi terhadap morbiditas dan mortalitas anak. Fokus promosi kesehatan melalui edukasi tentang pentingnya 1000 HPK dalam kegiatan ini teridir atas 1) Definisi 1000 HPK, 2) Dampak kekurangan gizi masa 1000 HPK, 3) Kebutuhan gizi ibu selama kehamilan, 4) Anjuran nutrisi masa 1000 HPK, 5) Periode selama 1000 HPK, 6) Gizi seimbang, 7) Sajian sekali makan bergizi seimbang.

Setelah diberi edukasi, pengetahuan dan pemahaman peserta meningkat ditandai dengan meningkatnya rata-rata jawaban benar para peserta dari skor 3 menjadi skor 9. Hal ini menunjukkan bahwa informasi tentang pentingnya 1000 HPK

diterima dengan baik oleh para peserta. Hal ini menunjukkan bahwa informasi yang disampaikan dengan metode ceramah pada kegiatan ini dapat diterima dengan baik oleh peserta. Ceramah merupakan cara yang paling alamiah untuk berkomunikasi dengan orang lain, yaitu dengan cara berbicara secara langsung sehingga pendengar dapat dengan mudah memahami informasi yang disampaikan.

SIMPULAN

Telah dilakukan pengabdian masyarakat yaitu kegiatan promosi kesehatan dengan edukasi tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan anak (HPK) sebagai upaya pencegahan stunting di Desa Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang. Kegiatan ini diikuti 33 peserta yang terdiri dari ibu hamil dan ibu balita. Berdasarkan evaluasi, didapatkan bahwa rata-rata jawaban benar peserta meningkat dari sebelum edukasi rata-rata 3 (pengetahuan kurang) dan menjadi 9 (pengetahuan baik) setelah edukasi. Dengan meningkatnya pengetahuan, diharapkan ibu hamil dan ibu balita dapat memenuhi kebutuhan gizi selama masa kehamilannya dan memenuhi gizi seimbang pada balita sehingga angka kejadian stunting dapat diturunkan..

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Pihak BKKN Provinsi Sumatera Utara, Kepada Desa Percut Sei Tuan, masyarakat, dan seluruh orang yang terlibat pada pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azrimaidaliza, Nursal, D. G., Rahmy, H. A., & Asri, R. (2019). Characteristics of Stunted Children Aged 24-36 Months in Padang City. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*
- Black, R. E., & et al. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *Lancet*, 427–451.
- Kemendes RI. Hasil utama RISKESDAS 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Available from: <https://www.litbang.kemkes.go.id/laporan-riset-kesehatan-dasar-riskesdas/>

- Kementerian Kesehatan RI. Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Provinsi Sumatera Barat Riskesdas 2018. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Pem, D. (2015). Factors Affecting Early Childhood Growth and Development : Golden 1000 Days Advanced Practices in Nursing. *Journal of Advanced Practices in Nursing*, 1–4.
- Sudargo, T. (2018). 1.000 Hari Pertama Kehidupan. In. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- WHO. (2010). Nutrition Landscape Information System (NLIS) Country Profile Indicators. Interpretation Guide Switzerland: WHO Press