

Pentingnya 1000 HPK Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita di Posyandu Seruni III Bambu Apus

Meithyra Melviana Simatupang, Izattul Azijah, Dini Indah Lestari, Asyifa Robiatul Adawiyah, Nur Apriyan, Yolanda Puspaningtyasmara, Namira Anjani Rahmadina Syihab

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Indonesia

Email : iza@urindo.ac.id

Abstrak

Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (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. Stunting merupakan masalah gizi kronis akibat tidak terpenuhinya asupan gizi dalam masa 1000 HPK sehingga terjadi gangguan pertumbuhan pada anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk menambah pengetahuan orangtua terutama ibu hamil dan ibu balita mengenai 1000 HPK dan meningkatkan status kesehatan dan gizi anak. Kegiatan terlaksana pada hari selasa, tanggal 6 Mei 2025 di Posyandu Seruni III. Jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan sejumlah 25 orang. Hasil pengabdian adalah peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Luaran PkM berupa media massa, video kegiatan (Youtube) dan Poster.

Kata kunci: 1000 HPK, Stunting, Posyandu

Abstract

The First 1000 Days of Life (HPK) is the initial period of life, starting from conception until the child reaches two years of age. This early phase is also known as the Golden Period. The 1000 HPK is crucial because it significantly affects the rapid growth and development of a child, which in turn impacts their future well-being. Stunting is a chronic nutritional problem caused by inadequate nutrient intake during the 1000 HPK, leading to growth disorders in children. This community service activity aims to increase parents'—especially pregnant women's and mothers of toddlers'—knowledge about the 1000 HPK and to improve children's nutritional and health status. The activity was carried out on Tuesday, May 6, 2025, at Posyandu Seruni III. A total of 25 participants attended the counseling session. The result of the activity was an increase in participants' knowledge regarding the First 1000 Days of Life (1000 HPK). The outcomes of this community service included mass media publications, a video of the activity (YouTube), and a poster.

Keywords: 1000 HPK, Stunting, Posyandu

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan terkait status gizi pada anak masih menjadi permasalahan di dunia, terutama di negara berkembang. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki masalah status gizi cukup tinggi. Upaya untuk meningkatkan status gizi harus dimulai sedini mungkin, tepatnya dimulai dari masa kehidupan janin. Di Indonesia upaya ini disebut dengan Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan disingkat dengan 1000 HPK (Kementerian Kesehatan RI,

2018).

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).

Stunting merupakan masalah gizi kronis akibat tidak terpenuhinya asupan gizi dalam masa 1000 HPK sehingga terjadi gangguan pertumbuhan pada anak. Seorang anak dianggap stunting apabila tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya. Keadaan stunting ini ditunjukkan dengan nilai z-score tinggi badan menurut usia (indeks TB/U) < -2 SD berdasarkan standar WHO (Azrimaidaliza, Nursal, Rahmy, & Asri, 2019; Lamid, 2018; WHO, 2010).

Wasting merupakan masalah gizi yang bersifat akut disebabkan oleh kekurangan asupan gizi dalam waktu yang tidak lama. Wasting dapat mengganggu imunitas tubuh sehingga menyebabkan peningkatan keparahan, durasi, dan kerentanan terhadap penyakit menular. Selain itu, wasting pada 1000 HPK dapat menyebabkan terganggunya perkembangan kognitif dan kemampuan belajar, berkurangnya massa tubuh tidak berlemak, perawakan dewasa yang pendek, terganggunya metabolisme glukosa, dan produktivitas rendah. Keadaan wasting ditunjukkan dengan nilai z-score berat badan menurut tinggi badan (indeks BB/TB) < -2 SD berdasarkan standar WHO (Azrimaidaliza, et al., 2019; Dewey, 2013; Lamid, 2018; Pem, 2015; WHO, 2010).

Gizi buruk merupakan suatu keadaan dimana anak balita mengalami gizi kurang atau gizi buruk. Gizi buruk merupakan kelainan gizi yang dapat berakibat fatal bagi kesehatan balita. Apabila keadaan ini tidak diatasi akan menimbulkan dampak yang buruk bagi balita. Gizi buruk akan menimbulkan dampak hambatan bagi pertumbuhan anak. Seorang anak disebut gizi kurang bila nilai z-score berat badan menurut umur (BB/U) antara -3 SD sampai dengan -2 SD dan gizi buruk $BB/U \leq 3SD$ (Black & et al, 2013; Wahyudi, Sriyono, & Indarwati, 2015).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Republik Indonesia tahun 2018 menunjukkan persentase kejadian stunting 30,8%, persentase kejadian wasting sebesar 10,2% dan persentase kejadian gizi buruk sebesar 17,7% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Di Provinsi Sumatera Barat

pada tahun 2018 prevalensi balita stunting yakni 9,58%, balita wasting 2,87% dan gizi buruk 3,51% (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Faktor langsung yang mempengaruhi status gizi adalah penyakit infeksi dan kurangnya asupan yang diserap oleh tubuh ketika masih dalam kandungan sampai setelah lahir. Sedangkan faktor lainnya yang bersifat tidak langsung adalah kurangnya akses ke pelayanan kesehatan, kurangnya akses air bersih dan sanitasi (A. Azrimaidaliza, Nurmy, & Edison, 2012; Rahmayana, Ibrahim, & Damayanti, 2014). Oleh karena itu perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan status gizi dengan perbaikan pola makan, pola asuh dan sanitasi (Azrimaidaliza, Asri, Handesti, & Lisnayenti, 2017).

Status gizi pada 1000 HPK akan mempengaruhi kualitas kesehatan, intelektual, dan produktivitas balita pada masa yang akan datang. Ibu dan bayi memerlukan gizi yang cukup dan berkualitas untuk menjamin status gizi dan status kesehatan (kemampuan motorik, sosial, dan kognitif), kemampuan

belajar dan produktivitas balita. Hasil penelitian Humaira (2016) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan perkembangan psikomotorik balita di wilayah kerja Puskesmas Lapai (Humaira, Jurnalis, & Edison, 2016; USAID, 2014).

Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik

“Pentingnya 1000 HPK Dalam Pencegahan Stunting Pada Balita di Posyandu Seruni III Bambu Apus”.

METODE

Pelaksanaan Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Posyandu Seruni III Bambu Apus Jakarta Timur. Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui penyuluhan langsung di Posyandu.

Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Kegiatan Pre-test, dilakukan ujian untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu yang memiliki anak balita mengenai 1000 HPK. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat 6 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan.
2. Pendataan status gizi balita yang diketahui dari hasil pengukuran yang dilakukan oleh tenaga kesehatan.
3. Penyampaian materi tentang 1000 HPK dalam meningkatkan status kesehatan dan gizi anak yang dilakukan oleh Ketua Pengabdian sebagai edukator dibantu dengan alat promosi kesehatan berupa leaflet yang memuat informasi terkait materi yang diberikan. Setelah materi disampaikan oleh edukator, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).

Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Kesehatan untuk Masyarakat

4. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 6 Mei 2025. Kegiatan dihadiri oleh Ketua RW 01, Ketua Posyandu, Bidan Puskesmas, Kader Posyandu, panitia pengabdian, mahasiswa S1 Kesmas dan peserta yaitu ibu yang membawa balita ke Posyandu Seruni III Bambu Apus Kec. Cipayang Jakarta Timur. Jumlah peserta yang mengikuti penyuluhan sebanyak 25 orang.



Gambar 1 Foto Bersama sebelum memulai kegiatan dengan Bapak RW 01

Secara lengkap telah dilaksanakan kegiatan PkM dengan beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Kegiatan Pre-test, dilakukan ujian untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu yang memiliki anak balita mengenai 1000 HPK. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat 5 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan. *Pre Test* diisi oleh 25 peserta pengabdian.



Gambar 2 peserta pengabdian mengisi kuesioner pre test

2. Pendataan status gizi balita yang diketahui dari hasil pengukuran yang dilakukan oleh tenaga kesehatan dari puskesmas.



Gambar 3 Ibu mengantri untuk melakukan pengukuran pada balita

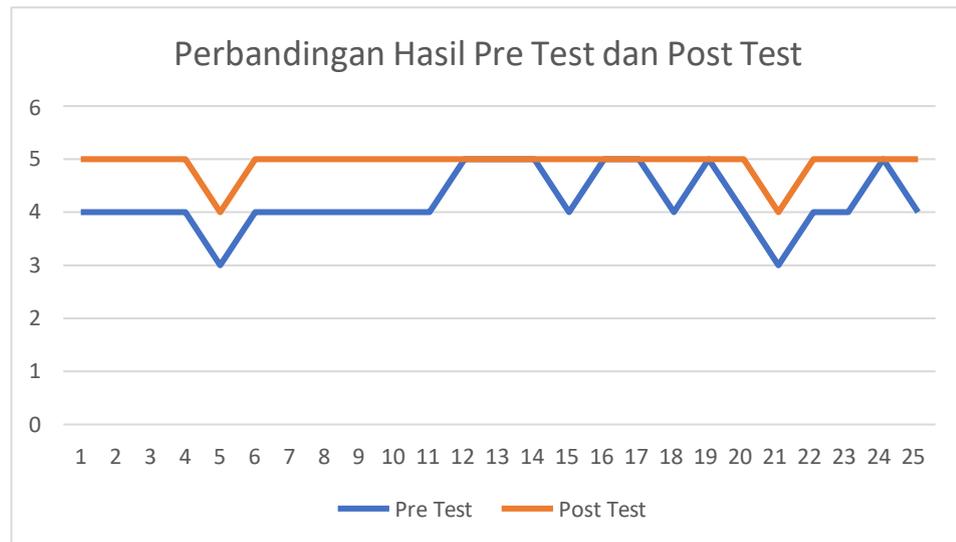
3. Penyampaian materi tentang 1000 HPK dalam meningkatkan status kesehatan dan gizi anak yang dilakukan oleh Tim Pengabdian yang memuat informasi terkait materi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan stunting. selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).



4. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan responden terhadap materi yang telah disampaikan. Post
5. Perbandingan hasil *Pre Test* dan *Post Test* Pengetahuan

Diagram 1

Perbandingan Hasil *Pre Test* dan *Post Test*



Berdasarkan diagram 1 diatas menunjukkan jawaban responden pada saat post test mengalami peningkatan sebelum *pre test*. Jawaban dari setiap responden bervariasi, yang mendapatkan nilai terendah adalah responden nomor urut 5 dan 21 yang menjawab 3 pertanyaan benar, pertanyaan yang banyak di jawab salah saat *pre test* adalah pertanyaan nomor 1 (Seribu hari pertama kehidupan mencakup masa dalam kandungan sampai usia 10 tahun) dan pertanyaan nomor 4 (Mulai usia 3 bulan, anak mulai diberikan makanan pendamping ASI (MP-ASI)).

Evaluasi pelaksanaan terjadi peningkatan pengetahuan peserta, 92% menyatakan proses registrasi dan informasi tata tertib pelaksanaan kegiatan sangat baik, 92% menyatakan materi yang disampaikan oleh narasumber sangat baik, 96% menyatakan manfaat dari materi yang disampaikan baik, 92% menyatakan kinerja panitia sangat baik dan 96% menyatakan kemudahan dalam mengikuti kegiatan sangat baik.

KESIMPULAN

1. Kegiatan pengabdian terlaksana di Posyandu Seruni III Bambu Apus pada hari Selasa, tanggal 6 Februari 2025.
2. Jumlah peserta sejumlah 25 orang.

3. Luaran yang telah dicapai adalah mengunggah video kegiatan PkM di Laman Youtube Prodi Kesmas FIKes URINDO, *Submit* artikel ilmiah pada jurnal Jurnal Pelayanan dan Pengabdian Kesehatan untuk Masyarakat, terbit berita kegiatan pelaksanaan pengabdian kepada Masyarakat di media massa (Website Prodi S1 Kesmas).
4. Evaluasi pelaksanaan terjadi peningkatan pengetahuan peserta, 92% menyatakan proses registrasi dan informasi tata tertib pelaksanaan kegiatan sangat baik, 92% menyatakan materi yang disampaikan oleh narasumber sangat baik, 96% menyatakan manfaat dari materi yang disampaikan baik, 92% menyatakan kinerja panitia sangat baik dan 96% menyatakan kemudahan dalam mengikuti kegiatan sangat baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Azrimaidaliza, Asri, R., Handesti, M., & Lisnayenti, Y. (2017). Promosi Makanan Sehat dan Bergizi Dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1, 67-74.
- [2] 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*.
- [3] Azrimaidaliza, A., Nurmy, K., & Edison, E. (2012). Pengetahuan dan Sikap Ibu Mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kelurahan Koto Lalang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 7, 2-9.
- [4] Black, R. E., & et al. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *Lancet*, 427–451.
- [5] Dewey, K. G. (2013). The Challenge of Meeting Nutrient Needs of Infants and Young Children during the Period of Complementary Feeding: An Evolutionary Perspective. *J. Nutr*, 2050–2054.
- [6] Humaira, H., Jurnal, Y. D., & Edison, E. (2016). Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Psikomotorik Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Lapai Padang Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5.
- [7] Kementerian Kesehatan RI. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- [8] Kementerian Kesehatan RI. (2019). Laporan Provinsi Sumatera Barat Riskesdas 2018. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.