

PROMOSI KESEHATAN 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN (HPK) SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN *STUNTING* DI DESA PERINA WILAYAH KERJA PUSKESMAS BONJERUK

Fitria Yulastini¹⁾, Diah Ulfa Hidayati²⁾, Evalina Fajriani³⁾

¹⁾Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Lombok Tengah, NTB, Indonesia

²⁾Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Lombok Tengah, NTB, Indonesia

³⁾Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Lombok Tengah, NTB, Indonesia

Corresponding author : Fitria Yulastini

E-mail : fitriayulastini90@gmail.com

Diterima 03 Juni 2022, Direvisi 27 Juli 2022, Disetujui 28 Juli 2022

ABSTRAK

Stunting merupakan salah satu masalah gizi kronis dan masih menjadi masalah di seluruh dunia yang diakibatkan oleh asuhan dan asupan nutrisi yang tidak optimal yang dimulai dari dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berusia dua tahun, artinya status tersebut menunjukkan indikasi masalah gizi kronis akibat kekurangan gizi maupun infeksi dalam jangka waktu yang lama sehingga memicu terjadinya malnutrisi maupun infeksi yang akan menjadi awal mula turunnya kualitas generasi pembangunan Indonesia di masa depan. Ketidaktahuan penyebab *stunting* dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kejadian *stunting*, sehingga perlu dilakukan promosi kesehatan menggunakan media yang efektif. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *stunting*. Metode yang digunakan adalah dengan memberikan penyuluhan dan edukasi tentang 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *stunting*. Kegiatan ini dilakukan di Polindes Perina Wilayah Kerja Puskesmas Bonjeruk dengan sasaran sebanyak 25 orang yang terdiri dari ibu hamil, ibu yang memiliki baduta dan kader. Terjadi peningkatan pengetahuan tentang 1000 HPK pada sasaran dalam kategori baik yaitu sebanyak 44%, sehingga sasaran memperoleh informasi yang tepat sebagai bekal untuk melakukan pencegahan *stunting* sedini mungkin.

Kata kunci : promosi kesehatan; 1000 hari pertama kehidupan; *stunting*

ABSTRACT

Stunting is one of the chronic nutritional problems and still be a problem in the worldwide caused by suboptimal care and nutritional intake that starts from the womb and it just seen when the child is two years old, it means that this status indicates the chronic nutritional problems due to the long term malnutrition or infection, and it will be the beginning of the decline in the quality of Indonesia's future generations of development. Ignorance of the causes of stunting in the first 1000 days of life (HPK) is one of the factors that influence the incidence of stunting, so it is necessary to do health promotion using the effective media. The purpose of this community service is to increase public knowledge about the importance of 1000 HPK as an effort to prevent stunting. The method is to provide counseling and education about 1000 HPK as an effort to prevent stunting. This activity was carried out at the Perina village health post, the working area of Bonjeruk community health centers, with a target of 25 people consisting of pregnant women, mothers who have baby under two years, and cadres. There was an increase in knowledge about 1000 HPK on targets in the good category, namely as much as 44%, so that the target received the right information as a provision to prevent stunting as early as possible.

Keywords : health promotion; the first 1000 days of life; stunting

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemampuan dan kemauan hidup sehat bagi masyarakat agar dapat mewujudkan derajat kesehatan

yang setinggi-tingginya. Pembangunan tersebut menjadi tanggungjawab semua orang untuk ikut mengelola kesehatannya termasuk pengelolaan gizi guna terbentuknya generasi penerus yang berkualitas yang dimulai sejak

dalam kehamilan. *Stunting* merupakan salah satu masalah gizi kronis dan masih menjadi masalah di seluruh dunia yang bisa diakibatkan oleh asuhan dan asupan nutrisi yang tidak optimal yang dimulai dari dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berusia dua tahun, artinya status tersebut menunjukkan indikasi masalah gizi kronis akibat kekurangan gizi maupun infeksi dalam jangka waktu yang lama sehingga memicu terjadinya malnutrisi maupun infeksi yang akan menjadi awal mula turunnya kualitas generasi pembangunan Indonesia di masa depan (Berawi, 2021; Kemenkes RI, 2016).

Menurut WHO (*World Health Organization*) prevalensi *stunting* pada balita di dunia sebesar 22 persen. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi *stunting* turun dari 37,2 persen pada Riskesdas tahun 2013 menjadi 30,8 persen (Kemenkes RI, 2019). Menurut hasil SSGI (Studi Status Gizi Indonesia) 2021, prevalensi *stunting* juga menurun dari 27,7 persen pada tahun 2019 menjadi 24,4 persen. Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) merupakan salah satu dari 12 provinsi prioritas yang memiliki prevalensi *stunting* tertinggi secara nasional dengan nilai rata-rata 31,4 persen. Data dari SSGI 2021 menunjukkan bahwa sebagian dari wilayah NTB berstatus memiliki prevalensi *stunting* di atas 30 persen, salah satunya adalah Lombok Tengah (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Melihat prevalensi *stunting* yang masih cukup tinggi, *stunting* menjadi salah satu program prioritas utama Pemerintah di bidang pembangunan kesehatan periode 2019-2024, sehingga target 19% pada tahun 2024 dapat tercapai (Kemenkes RI, 2019).

Beberapa determinan utama terjadinya *stunting* pada anak di Indonesia adalah : 1) ASI tidak eksklusif pada 6 bulan pertama; 2) Status ekonomi yang rendah; 3) Kelahiran premature; 4) Panjang bayi baru lahir yang pendek; 5) Ibu yang pendek; 6) Tingkat pendidikan orangtua yang rendah dan 7) Anak yang tinggal di daerah miskin perkotaan dan di daerah pedesaan (Beal et al., 2018). Pemerintah telah membentuk prioritas kerjasama antar sektor dalam penanganan *stunting* salah satunya adalah tetap difokuskan pada pelayanan kesehatan dan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan (HPK) (Berawi, 2021). Hal tersebut juga sudah ditetapkan di PP No.41 tahun 2013 untuk mendukung upaya peningkatan gizi, yaitu Gerakan Nasional Peningkatan Gizi dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan. 1000 HPK ini merupakan periode 270 hari (sembilan bulan) di dalam rahim

ditambah 730 hari (dua tahun) kehidupan pertama setelah bayi lahir (Rahayu, 2020).

Periode 1000 HPK sering disebut *Window of Opportunities* atau sering disebut sebagai periode emas (*golden period*) yang didasarkan pada fakta bahwa pada masa janin sampai anak usia dua tahun terjadi proses tumbuh kembang yang sangat cepat dan tidak terjadi pada kelompok usia lain. Pemenuhan asupan gizi pada 1000 HPK anak sangat penting. Jika pada usia tersebut anak mendapatkan asupan gizi yang optimal maka penurunan status gizi anak bisa dicegah sejak awal (Rahayu et al., 2018).

Dalam gerakan 1000 HPK ini ditekankan pentingnya kemitraan dengan berbagai pihak salah satunya adalah Perguruan Tinggi. Perguruan Tinggi sebagai institusi pendidikan memiliki peran yang cukup penting dalam mendukung program Pemerintah di bidang pembangunan kesehatan, khususnya dalam penurunan prevalensi *stunting*. Oleh karena itu, diperlukan kerjasama antara institusi pendidikan kesehatan dan institusi kesehatan dalam bentuk pengabdian yang dapat dilakukan secara rutin dengan salah satu tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya periode 1000 HPK.

Menurut Peraturan Menteri kesehatan No.74 Tahun 2015 tentang upaya peningkatan dan pencegahan penyakit, merumuskan promosi kesehatan merupakan proses untuk memberdayakan masyarakat melalui kegiatan menginformasikan, mempengaruhi dan membantu masyarakat berperan aktif untuk mendukung perubahan perilaku dan meningkatkan kesehatan yang optimal (Pakpahan, M., 2021).

Pemilihan media dalam penyampaian promosi kesehatan juga penting karena dengan penggunaan media dapat menyampaikan informasi lebih menarik dan mudah dipahami. Media yang digunakan dapat berupa media audiovisual dan non-audiovisual. Penggunaan media ini juga berdasarkan pada prinsip bahwa pengetahuan diterima atau ditangkap oleh seseorang melalui panca indera, sehingga semakin banyak pancaindera yang digunakan maka semakin banyak dan jelas pula pengetahuan yang diterima. Teori mengatakan bahwa efektivitas media terhadap pemahaman sasaran yang menggunakan media verbal dan visual 6x lebih efektif dibandingkan yang menggunakan media verbal saja atau visual saja (Susilowati, 2016). Setara dengan penelitian yang dilakukan oleh (Jannah, N.M & Endar, 2020) terdapat pengaruh pelaksanaan pendidikan kesehatan menggunakan media

leaflet dan media audiovisual dengan nilai ($p=0,000$).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang 1000 HPK sebagai salah satu upaya pencegahan *stunting* melalui promosi kesehatan.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah dengan memberikan penyuluhan dan edukasi tentang pentingnya periode 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *stunting*. Penyampaian materi dilakukan menggunakan metode ceramah dan media *leaflet*. Kegiatan ini dilaksanakan di Polindes Perina Wilayah Puskesmas Bonjeruk pada tanggal 05 Juli 2022 Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu hamil, ibu yang memiliki anak di bawah dua tahun dan kader dengan jumlah 25 orang.

Tahapan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini meliputi : 1) melakukan survei lokasi, 2) mengurus surat perizinan, 3) pelaksanaan kegiatan. Pada tahap pelaksanaan didahului dengan mengisi kuesioner *pretest*, dilanjutkan dengan pemaparan materi dan diakhiri dengan *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul "Promosi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Sebagai Upaya Pencegahan *Stunting*" ini menggunakan metode ceramah dan media *leaflet* dengan sasaran 25 orang yang terdiri dari ibu hamil, ibu yang memiliki anak di bawah dua tahun dan kader.

Tahapan - tahapan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi :

1. Melakukan survei lokasi
2. Mengurus surat perizinan untuk memberikan promosi kesehatan. Pada tahap ini tim bekerjasama dengan bidan desa untuk mengurus izin dari Kepala Desa dan menentukan jadwal pelaksanaan kegiatan. Setelah itu tim juga mengurus izin dari pihak Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu.
3. Memberikan promosi kesehatan tentang 1000 HPK. Kegiatan ini diawali dengan *pretest* dan diakhiri dengan *posttest*.

Pada tahap pelaksanaan, sebelum menyampaikan materi 1000 HPK terlebih dahulu tim pengabdian melaksanakan *pretest*. *Pretest* ini dilakukan untuk mengukur pengetahuan sasaran tentang 1000 HPK sebelum pemaparan materi. Hasil yang diperoleh dari *pretest* menunjukkan bahwa dari

25 orang sasaran diperoleh 11 orang (44%) memiliki pengetahuan dalam kategori kurang, 8 orang (32%) kategori baik dan 6 orang dalam kategori cukup (24%).



Gambar 1. Pengisian kuesioner dan penyampaian materi

Salah satu tujuan promosi kesehatan adalah meningkatkan kemampuan baik individu, keluarga, kelompok dan masyarakat agar mampu hidup sehat (Susilowati, 2016). Promosi kesehatan ini erat kaitannya dengan media karena dengan penggunaan media dapat menyampaikan informasi lebih menarik dan mudah dipahami. Media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah media *leaflet*, karena pada umumnya penyampaian pendidikan kesehatan yang menggunakan metode ceramah akan dibarengi dengan pemberian *leaflet*, dimana isi dari *leaflet* tersebut adalah pesan-pesan yang diberikan saat penyampaian materi menggunakan ceramah (Siregar, 2020).

Selain itu, penggunaan media *leaflet* dalam kegiatan pengabdian ini juga berdasarkan pada pernyataan Wibur dalam Susilowati (2016) yang mengatakan bahwa menyampaikan informasi menggunakan media merupakan teknik yang tepat karena media dapat mendorong terjadinya proses belajar pada diri sasaran. Pernyataan tersebut didukung dengan hasil analisis yang dilakukan oleh (Susanto, B. N. A., et al., 2021) yang mengatakan bahwa terdapat peningkatan dan perubahan perilaku sebelum dan sesudah penyuluhan kesehatan menggunakan media audio visual dan non-audio visual.



Gambar 2. Media Leaflet 1000 HPK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diakhiri dengan pengisian kuesioner untuk *posttest*. Hasil *posttest* menunjukkan bahwa dari 25 orang sasaran, sebagian besar memiliki pengetahuan dalam kategori baik yaitu sebanyak 19 orang (76%) dan sisanya memiliki pengetahuan cukup yaitu 6 orang (26%). Hasil tersebut membuktikan terjadinya peningkatan pengetahuan sasaran dalam kategori baik sebesar 44% tentang 1000 HPK setelah diberikan penyuluhan dan edukasi.

Beberapa hasil penelitian terdahulu menunjukkan nilai *odd ratio* 2,4 yang artinya ibu yang tidak mendapatkan informasi tentang 1000 HPK akan memiliki peluang sebesar 2,4 kali untuk mengalami *stunting* (Kurniatin & Lepita, 2020). Setara dengan hasil analisis yang dilakukan oleh (Yulastini, F., et al., 2021) yang menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan remaja dalam kategori baik sebesar 56% setelah diberikan pendidikan kesehatan.

Hasil analisis lain berdasarkan uji *independent sample t-test* didapatkan perbedaan yang signifikan antara pengetahuan kelompok intervensi yang diberikan promosi kesehatan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan promosi kesehatan, yang dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 HPK pada kelompok intervensi (Tambuwun et al., 2019).



Gambar 3. Foto bersama setelah diskusi dan penjelasan isi leaflet

SIMPULAN DAN SARAN

Terjadi peningkatan pengetahuan tentang 1000 HPK pada sasaran dalam kategori baik yaitu sebanyak 44%, sehingga sasaran memperoleh informasi yang tepat sebagai bekal untuk melakukan pencegahan *stunting* sedini mungkin.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian masyarakat mengucapkan terima kasih kepada Polindes Perina Wilayah Kerja Puskesmas Bonjeruk Lombok Tengah sebagai mitra dalam kegiatan ini. Terimakasih juga kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Qamarul Huda Badaruddin yang telah mendukung kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR RUJUKAN

Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition*, 14(4), 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>

Berawi, K. N. (2021). *Asupan & Asuhan 1000 Hari Pertama Kehidupan*. Pusaka Media.

Jannah, N.M & Endar, T. (2020). Petbandingan Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Media Leaflet dan Audio Visual dalam Meningkatkan Pengetahuan Remaja Tentang Pemeriksaan Payudara Sendiri (SADARI). *Jurnal Keperawatan terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 80-90

Kemendes RI. (2016). *Situasi Balita Pendek*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kemendes RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Provinsi Nusa Tenggara Barat Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kurniatin, L. F., & Lepita, L. (2020).

- Determinan Kejadian Stunting Pada Anak Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Puskesmas Saigon Kecamatan Pontianak Timur. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkal Pinang*, 8(1), 9.
<https://doi.org/10.32922/jkp.v8i1.105>
- Pakpahan, M., dkk. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Rahayu, A., Rahman, F., Marlinae, L., Husaini, Meitria, Yulidasari, F., Rosadi, D., & Laily, N. (2018). *Buku Ajar Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan*. Penerbit CV Mine.
- Rahayu, Y. (2020). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. FK Universitas Kristen Indonesia.
- Siregar, P.A.(2020). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Fakultas Kesehatan UIN Sumatera Utara
- Susanto, B. N. A., Zayani, N., Afrioza, S., & Nugraha, R. D. G. (2021). Promosi Kesehatan Dengan Media Audiovisual dan Non Audiovisual Terhadap Perilaku Pencegahan Stunting Pada Remaja. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 46-49.
- Susilowati Dwi. (2016). *Promosi Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI.
- Tambuwun, S.R., Engkeng, S., Akili, R. H. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang 1000 HPK Di Kelurahan Molas Kecamatan Bunaken Kota Manado. *Kesmas*, 8(6), 371–377.
- Yulastini, F., Fajriani, E., & Rukmana, B. F. (2021). Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja di Pondok Pesantren Nurul Haramain Narmada. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 47-51.