

EDUKASI PENTINGNYA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DALAM MENINGKATKAN STATUS GIZI BALITA DI DSN. NGRONGGI, DS. GRUDO, KAB. NGAWI

Hamidatus Daris Sa'adah¹, Erwin Kurniasih², Rini Komalawati³
¹⁻³ Akademi Pemerintah Kabupaten Ngawi
Email: hamy.daries@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Upaya peningkatan status gizi dimulai dari masa awal kehidupan janin. Hal ini menjadi penting karena dapat menunjang tumbuh kembang serta perbaikan gizi anak. Salah satu hal yang dapat dilakukan untuk perbaikan gizi adalah pemenuhan gizi seimbang pada seribu hari pertama kehidupan. Periode ini disebut dengan periode emas (*golden periode*) dan Bank Dunia menyebutnya sebagai "*window of opportunity*". **Tujuan:** Kegiatan dibuat bertujuan untuk menambah tingkat pengetahuan orang tua balita mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan perubahan perilaku gizi yang baik sehingga dapat meningkatkan status kesehatan dan gizi anak. **Metode:** Kegiatan Pengabdian dilaksanakan melalui penyuluhan langsung di Posyandu Balita dengan menggunakan Media Leaflet. **Hasil:** Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat didapatkan 50 ibu kader yang memenuhi kriteria. Hasil kegiatan ini adalah orangtua terutama ibu hamil dan ibu balita mengetahui pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada balita dan meningkatkan status kesehatan dan gizi anak. Berdasarkan kegiatan tersebut dilakukannya diskusi dan pemberian materi terkait 1000 Hari Pertama Kehidupan, dan Pemberian Alat timbangan berat badan untuk menunjang kegiatan posyandu balita. Kegiatan ini dihadiri Bu bidan desa, bu kasun, bu Kader, dan ibu-ibu yang mengantar anak nya posyandu balita. **Kesimpulan:** Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan meliputi kegiatan pendidikan kesehatan tentang edukasi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dan pemberian cinderama timbangan berat badan untuk menunjang kegiatan posyandu balita. Pendidikan kesehatan pada ibu-ibu yang datang dalam kegiatan posyandu balita dan perlu adanya keberlanjutan materi lainnya terkait kesehatan anak untuk meningkatkan pengetahuan dan peningkatan kesehatan masyarakat.

Kata Kunci: Pengetahuan, 1000 Hari Pertama Kehidupan, Status Gizi, Balita

ABSTRACT

Background: Efforts to improve nutritional status start from the early stages of fetal life. This is important because it can support growth and development and improve children's nutrition. One of the things that can be done to improve nutrition is to fulfill balanced nutrition in the first thousand days of life. This period is called the golden period and the World Bank calls it a "window of opportunity". Objective: This activity aims to increase the level of knowledge of parents of toddlers regarding the First 1000 Days of Life (HPK) and changes in good nutritional behavior so that they can improve the health and nutritional status of children. Method: Service activities are carried out through direct counseling at the Toddler Posyandu using Leaflet Media. Results: In community service activities, 50 female cadres met the criteria. The result of this activity is that parents, especially pregnant women and mothers of toddlers, know the importance of the First 1000 Days of Life to prevent nutritional problems in toddlers and improve the health and nutritional status of children. Based on these activities, discussions were held and provided material related to the First 1000 Days of Life, and the provision of weight scales to support toddler posyandu activities. This activity was attended by the village midwife, Mrs. Kasun, Mrs. Kader, and mothers who were dropping off their children at the toddler posyandu. Conclusion: Community service activities that have been carried out include health education activities regarding education on the First 1000 Days of Life (HPK) and providing weight scale souvenirs to support toddler posyandu activities. Health education for mothers who come to toddler posyandu activities and the need for continuity of other materials related to children's health to increase knowledge and improve public health.

Keywords: Knowledge, First 1000 Days of Life, Nutritional Status, Toddlers

LATAR BELAKANG

Pembangunan kesehatan masyarakat desa (PKMD) merupakan suatu bentuk kegiatan yang termasuk dalam ruang lingkup implementasi pengabdian kepada masyarakat. Dalam hal ini, implementasi ditujukan pada salah satu sektor yang sangat menunjang dalam pembangunan masyarakat, yaitu bidang kesehatan. Kegiatan PKMD ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui peran pemberdayaan masyarakat yang ditujukan pada individu, keluarga, kelompok serta masyarakat sendiri yang mencakup segala kelompok usia yang meliputi balita, remaja, dewasa serta lansia. Dengan berbagai sasaran PKMD tersebut, maka peran kader kesehatan setempat menjadi sangat penting sebagai fasilitator antara masyarakat dengan Pemerintah dalam hal ini adalah Puskesmas setempat.

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. [1]

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. [2]

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. [3]

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. [4]

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. [5]

Gizi buruk merupakan suatu keadaan dimana anak balita mengalami gizikurang 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 ≤ 3 SD. [6]

Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) Republik Indonesia tahun 2020 menunjukkan persentase kejadian *stunting* 30,8%, persentase kejadian *wasting* sebesar 10,2% dan persentase kejadian gizi buruk sebesar 17,7% [1]. Pada Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020 prevalensi balita *stunting* yakni 9,58%, balita *wasting* 2,87% dan gizi buruk 3,51%. [7]

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 [8]. Oleh karena itu perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan status gizi dengan perbaikan pola makan, pola asuh dan sanitasi. [9]

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 (2021) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan perkembangan psikomotorik balita di wilayah kerja Puskesmas Ngawi. [10]

Berbagai kegiatan edukasi gizi sudah dilaksanakan di beberapa wilayah kerja Puskesmas di Kota Ngawi, namun sebatas kegiatan incidental belum terlaksana secara rutin dengan bekerjasama dengan Puskesmas dalam rangka membantu tenaga kesehatan atau tenaga gizi dalam mencegah dan mengatasi permasalahan gizi. Selanjutnya, kegiatan pengabdian ini tidak hanya secara langsung ke wilayah kerja Puskesmas tapi ke depannya dapat dilaksanakan secara kontinue dengan menggunakan media sosial. 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 serta adanya perubahan perilaku gizi yang baik. Selain itu edukasi kepada kader juga harus dilakukan agar kader dapat memberikan edukasi secara berkelanjutan kepada para ibu yang mempunyai balita.

METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian adalah melalui penyuluhan langsung di Posyandu Balita dan menggunakan media leaflet. Dengan target populasinya Kader dan Ibu-ibu yang mengikuti kegiatan Posyandu Balita sritanjung di dusun Ngronggi, Desa Grudo, Kecamatan Ngawi, Kabupaten Ngawi, dengan waktu pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 08 Mei 2023.

Populasi target pada kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu Ibu-ibu posyandu balita dan Kader di dusun Ngronggi desa Grudo kecamatan Ngawi, kab. Ngawi sebanyak 50 orang.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi :

1. Perizinan

Kegiatan ini dilakukan dengan permintaan izin dari UPM Akper Ngawi kepada Kantor Kesbangpol Kabupaten Ngawi untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat.

2. Survei Awal

Kegiatan ini dilakukan dengan koordinasi bersama Bidan Desa dengan Bu Kasun/ Kader Kesehatan yang membawahi Dusun Ngronggi Desa Grudo untuk mengidentifikasi permasalahan kesehatan yang ada di wilayah tersebut.

3. Penentuan Target Populasi

Penentuan populasi dilakukan berdasarkan hasil data survey awal dengan mempertimbangkan prioritas masalah yang ada.

4. Perumusan Masalah

Perumusan masalah dengan memprioritaskan masalah kesehatan yang memiliki dampak maupun resiko yang lebih besar bagi masyarakat secara umum.

5. Perencanaan Kegiatan

Beberapa kegiatan dipilih berdasarkan pertimbangan masalah yang muncul sewaktu, situasi dan kondisi masyarakat setempat.

6. Implementasi Kegiatan

Kegiatan yang telah direncanakan akan dilakukan sesuai perencanaan dengan berkoordinasi dengan Bidan Desa dengan Bu Kasun/ Kader Kesehatan dusun Ngronggi, Desa Grudo, Kec. Ngawi, Kab. Ngawi.

7. Evaluasi Kegiatan

Semua kegiatan pengabdian masyarakat akan dievaluasi seberapa jauh tingkat keberhasilan dan keefektifannya, baik dari segi proses maupun hasilnya.

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan bersamaan Posyandu Balita sekaligus, yaitu Penyampaian materi tentang 1000 HPK dalam meningkatkan status kesehatan dan gizi anak yang dilakukan oleh ketua pengabdian sebagai educator di bantu dengan alat promosi kesehatan berupa leaflet yang memuat informasi terkait yang diberikan. Setelah materi disampaikan oleh educator, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab). Dan Pemberian Cinderamata Timbangan Berat Badan untuk menunjang kegiatan posyandu balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN ANALISA SITUASI

Data Demografi

Dusun Ngronggi merupakan salah satu dusun yang terletak di desa Grudo, kecamatan Ngawi, kabupaten Ngawi. Batas wilayah dusun Ngronggi yaitu :

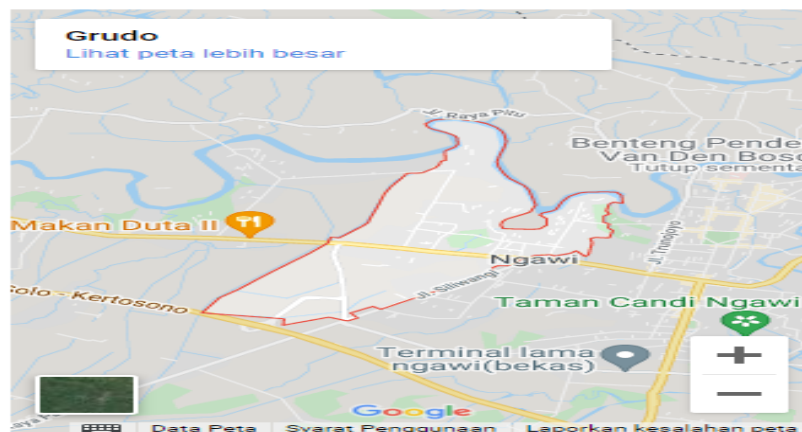
- ▶ Sebelah Utara : Dusun Brangol, Sungai kecil.
- ▶ Sebelah Selatan : Asrama Armed.
- ▶ Sebelah Barat : Dusun Grudo.
- ▶ Sebelah Timur : Dusun Cupo, Desa Jururejo.

Dusun Ngronggi memiliki 2 RW. RW. 1 terdiri dari 4 RT, sedangkan RW. 2 terdiri dari 4 RT. Jumlah penduduk dusun Ngronggi ± 800an KK.

Berdasarkan dari data tahun 2011 yang kami peroleh dari Kepala Dusun Ngronggi berikut ini jumlah penduduk warga dusun Ngronggi :

- RW. 1 → RT. 1 terdapat 49 KK, RT. 2 terdapat 97 KK, RT.3 terdapat 54 KK, RT. 4 terdapat 49 KK.
- RW.2 → RT. 1 terdapat 52 KK, RT.2 terdapat 67 KK, RT. 3 terdapat 46 KK, RT. 4 terdapat 58 KK. [11]

Peta Desa Grudo



Gambar 1
Peta Desa Grudo Kecamatan Ngawi Kabupaten Ngawi

Pelaksanaan Hasil Kegiatan yang Diprogramkan

1. Pendidikan Kesehatan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Ibu-ibu yang mengikuti posyandu balita
 - a. Kegiatan Pre- Test, dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu yang memiliki anak balita mengenai 1000 HPK. Kegiatan dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat 10 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan.
 - b. Pendataan status gizi balita yang diketahui dari hasil pengukuran yang dilakukan oleh tenaga kesehatan.

- c. Penyampaian materi tentang 1000 HPK dalam meningkatkan status kesehatan dan gizi anak yang dilakukan oleh ketua pengabdian sebagai educator di bantu dengan alat promosi kesehatan berupa leaflet yang memuat informasi terkait yang diberikan. Setelah materi disampaikan oleh educator, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).



Gambar 2
Penyampaian Materi Tentang 1000 HPK.

- d. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan. Dan Pemberian Cinderamata Timbangan Berat Badan untuk menunjang kegiatan posyandu balita.



Gambar 3
Sesi Post Test dan Diskusi tanya jawab dengan audience



Gambar 4
Sesi Penyerahan Cenderamata Untuk Posyandu

PEMBAHASAN

Berdasarkan pada hasil survey pada warga dusun Ngronggi Desa Grudo diketahui bahwa jumlah ibu yang hadir dan mengikuti posyandu balita yaitu sebanyak 50 orang. Tindakan yang dilakukan oleh warga khususnya dengan keluarga yang memiliki anak toodler adalah dengan aktif ikut posyandu balita.

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat didapatkan 50 ibu kader yang memenuhi kriteria. Hasil kegiatan ini adalah orangtua terutama ibu hamil dan ibu balita mengetahui pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada balita dan meningkatkan status kesehatan dan gizi anak. Berdasarkan kegiatan tersebut dilakukannya diskusi dan pemberian materi terkait 1000 Hari Pertama Kehidupan, dan Pemberian Alat timbangan berat badan untuk menunjang kegiatan posyandu balita. Kegiatan ini dihadiri Bu bidan desa, bu kasun, bu Kader, dan ibu-ibu yang mengantar anaknya posyandu balita.

Hasil pada kegiatan ini adalah terlaksananya kegiatan edukasi mengenai 1000 HPK dalam meningkatkan status kesehatan dan gizi anak yang disampaikan melalui media promosi *leaflet*. Kemudian pengetahuan sasaran kegiatan dapat meningkatkan sikap positif dan kesadaran ibu dalam menerapkan informasi yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat mencapai target capaian luaran sebagai berikut :

Tabel 1. Capaian Luaran

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1	Leaflet pengabdian kepada Masyarakat	Adanya leaflet pengabdian kepada masyarakat
2	Poster pengabdian kepada Masyarakat	Adanya poster pengabdian kepada masyarakat
3	Artikel pengabdian kepada Masyarakat	Adanya artikel pengabdian kepada masyarakat dan diterima untuk dipublikasikan di Jurnal Ilmiah ber-ISSN

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

- 1) Kegiatan pengabdian masyarakat di Posyandu Sritanjung Kelurahan Grudo, merupakan posyandu dalam lingkup kerja Puskesmas Ngawi Kota.
- 2) Ibu balita ini sebelum kegiatan ini belum mendetail mendapatkan informasi tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) secara mendetail.
- 3) Sebagian besar ibu memiliki pengetahuan cukup baik tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) .

Saran

1. Program pengabdian ini diharapkan dapat ditindaklanjuti di tempat lain pada tahun berikutnya untuk menunjang pengetahuan kepada ibu balita mengenai masalah gizi yang terjadi pada anak.
2. Perlu adanya penambahan materi penyuluhan kesehatan terkait 1000 Hari Pertama Kehidupan kepada ibu-ibu wanita usia subur, ibu hamil, ibu menyusui dan ibu dengan anak dengan usia dibawah 2 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kementerian Kesehatan RI. (2020). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2020. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- [2] Sudargo, T. (2020). 1.000 Hari Pertama Kehidupan. In. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- [3] Black, R. E., & et al. (2020). Maternal and child under nutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *Lancet*, 427–451.
- [4] Azrimaidaliza, Nursal, D. G., Rahmy, H. A., & Asri, R. (2020). Characteristics of Stunted Children Aged 24-36 Months in Padang City. *Malaysian Journal of Public Health Medicine*.
- [5] Lamid, A. (2020). Masalah Kependekan (Stunting) Pada Anak Balita: Analisis Prospek Penanggulangan di Indonesia. *Buletin Jendela Data Dan Informasi Kesehatan*.
- [6] Wahyudi, B. F., Sriyono, & Indarwati, R. (2020). Analisis Faktor yang Berkaitan dengan Kasus Gizi Buruk Pada Balita. *Jurnal Pediomaternal*, 3, 83-91.
- [7] Kementerian Kesehatan RI. (2020). Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2020. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- [8] Azrimaidaliza, A., Nurmy, K., & Edison, E. (2021). Pengetahuan dan Sikap Ibu Mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Kelurahan Koto Lalang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 7, 2-9.
- [9] Azrimaidaliza, Asri, R., Handesti, M., & Lisnayenti, Y. (2020). Promosi Makanan Sehat dan Bergizi Dalam Upaya Peningkatan Status Gizi Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1,67-74.

- [10] Humaira, H., Jurnal, Y. D., & Edison, E. (2020). Hubungan Status Gizi dengan Perkembangan Psikomotorik Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Ngawi Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan*, 5.
- [11] Dinas Kesehatan Kota Ngawi. (2020). Profil Kesehatan Kota Ngawi Tahun 2020. Dinas Kesehatan Kota Ngawi, 45, 1–176.