

## EDUKASI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DI POSYANDU MELATI 4 KURANJI

Dian Febrida Sari<sup>1</sup>, Hidayatul Hasni<sup>2</sup>, Delvi Hamdayani<sup>3</sup>, Farina Marta<sup>4</sup>, Marcella Putri<sup>5</sup>, Mayyang Santola Rifa<sup>6</sup>, Fernando Alfukon<sup>7</sup>, Engli Permai<sup>8</sup>, Natasya Putri Amelia<sup>9</sup>

<sup>1,5,6</sup> Prodi D III Kebidanan STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

<sup>2,3,7,8,9</sup> Prodi S1 Keperawatan STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

<sup>4</sup> Staf Administrasi Akademik STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

E-mail korespondensi: [dfsahdi@gmail.com](mailto:dfsahdi@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 29 November 2023

Revised: 1 Desember 2023

Accepted: 13 Desember 2023

### Abstrak:

**Latar Belakang:** Periode pertama 1.000 hari kehidupan adalah periode sensitif karena dampaknya bagi bayi. Penyebab stunting adalah faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita, terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan antenatal care, postnatal care, kurangnya akses kepada makanan bergizi dan kekurangan pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan.

**Metode:** Diperlukan edukasi pencegahan stunting pada ibu hamil di Posyandu Melati 4 Kuranji dengan metode ceramah menggunakan alat bantu slide dan leaflet untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang upaya pencegahan stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada tanggal 1 Desember 2022

**Hasil:** Terlihat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang edukasi pencegahan stunting mencapai 100%.

**Kata Kunci:** stunting, 1000 HPK, ibu hamil, edukasi

---

### Abstract:

**Background:** The first 1,000 days of life is a sensitive period because of its impact on the baby. The causes of stunting are poor nutrition experienced by pregnant women and children under five, limited health services including ante-natal care, post-natal care, lack of access to nutritious food and lack of knowledge of mothers regarding health and nutrition before and during pregnancy, as well as after mother give birth to.

**Method:** Stunting prevention education is needed for pregnant women at Posyandu Melati 4 Kuranji using a lecture method using slides and leaflets to increase pregnant women's knowledge about efforts to prevent stunting in the First 1000 Days of Life. This activity was carried out on December 1, 2022

---

**Keywords:** *stunted, 100 first day of life, pregnant woman, education*

**Results:** *It was seen that the increase in pregnant women's knowledge about stunting prevention education reached 100%.*

## Pendahuluan

Periode pertama 1.000 hari kehidupan adalah periode sensitif karena dampaknya bagi bayi selama periode ini. Dampak akan permanen dan tidak dapat diperbaiki (Wati et al., 2016). Stunting merupakan gangguan tumbuh kembang disebabkan oleh gizi buruk (Supatmi, 2021). Stunting adalah masalah gizi yang bersifat kronis karena menjadi salah satu keadaan malnutrisi yang memiliki hubungan dengan tidak tercukupinya zat gizi dimasa lalu. Pengukuran stunting dilakukan dengan membandingkan tinggi atau panjang badan, umur dan jenis kelamin balita. Kondisi stunting ini sulit disadari di masyarakat karena kebiasaan tidak mengukur tinggi atau panjang badan balita. Karena hal ini stunting adalah salah satu fokus untuk target perbaikan gizi di dunia (Sutarto et al., 2018).

Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa secara global terdapat 149,2 juta anak atau sekitar 22% dibawah usia 5 tahun menderita stunting. Kasus ini dapat meningkat karena kendala dalam mengakses pola makan bergizi dan layanan gizi esensial selama pandemi COVID-19. Dari kasus stunting secara global tersebut Wilayah Asia berkontribusi menyumbang sebanyak 79 juta kasus stunting atau sekitar 21,8% dari kasus stunting dunia (UNICEF et al., 2021). Dari Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021 diketahui proporsi stunting di terdapat 24,4% dari jumlah anak di bawah usia 5 tahun di Indonesia, dan stunting pada anak di bawah usia 5 tahun di Provinsi Sumatera Barat diketahui sebanyak 23,3% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Penyebab stunting adalah faktor gizi yang buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak balita, terbatasnya layanan kesehatan termasuk layanan *ante natal care*, *post natal care*, kurangnya akses kepada makanan bergizi dan kekurangan pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan (Kementerian Desa, 2017). Faktor gizi ibu sebelum dan selama kehamilan merupakan penyebab tidak langsung yang memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin. Ibu hamil dengan gizi kurang akan menyebabkan janin mengalami Intrauterine Growth Retardation (IUGR), sehingga bayi akan lahir dengan kurang gizi, dan mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan (Wati et al., 2016).

Pencegahan stunting dapat dimulai dari awal kehamilan terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Arnita et al., 2020; Nurfatihah et al., 2021) harus dilakukan agar dapat menurunkan kejadian stunting pada anak. Kejadian stunting dapat terjadi pada masa kehamilan dikarenakan asupan gizi yang kurang saat hamil, pola makan yang tidak sesuai, serta kualitas makanan yang rendah sehingga mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan (Nurfatihah et al., 2021). Cara pencegahan stunting diantaranya memenuhi kebutuhan gizi sejak hamil (Supatmi, 2021).

Pencegahan stunting juga dapat dilakukan dengan meningkatkan pengetahuan ibu tentang sikap dan perilaku seorang ibu dalam mencegah stunting. Untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu tersebut dapat dilakukan dengan pemberian makanan tambahan, vitamin A, dan tablet tambah darah pada ibu hamil dan balita, dan pemahaman orangtua tentang pengasuhan yang tepat (Arnita et al., 2020).

Keaktifan ibu hamil dalam melakukan pemeriksaan *Ante Natal Care* (ANC) juga adalah hal yang penting untuk menilai keadaan kesehatan ibu dan janin pada awal kehamilan. ANC juga dapat mencegah komplikasi yang tidak diinginkan selama kehamilan, mencegah kematian ibu dan anak, meningkatkan kesehatan ibu dan bayinya, untuk membina hubungan suami, istri dan anak yang baik. Asuhan antenatal mendorong interaksi keluarga dan ikatan keluarga (Nurfatimah et al., 2021).

Hasil penelitian Anggraini et al. (2020) menemukan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan Ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media audio visual dengan p value 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan ada perbedaan yang signifikan antara sikap Ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media audio visual dengan p value 0,004 ( $p < 0,05$ ).

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian Juwita et al (2022) ditemukan bahwa promosi kesehatan tentang stunting menggunakan *flipchart* dapat meningkatkan pengetahuan sebesar 1,3 kali dibandingkan dengan media *leaflet*. Promosi kesehatan menggunakan *flipchart* dapat meningkatkan sikap sebesar 1,54 kali dibandingkan dengan media *leaflet*. Artinya dalam penelitian ini media promosi kesehatan menggunakan *flipchart* lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam pencegahan stunting pada 1.000 hari pertama kehidupan dibandingkan dengan media *leaflet*.

Mitra dalam kegiatan PKM ini adalah Posyandu Melati 4 Kuranji. Survei awal yang telah dilakukan kepada kader menyampaikan bahwa pada kelurahan Kuranji terdapat 25 orang balita stunting. Kader juga menyampaikan saat ini terdapat 15 orang ibu hamil. Dari 15 ibu hamil ditemukan 4 orang mengalami KEK dan 2 orang dengan usia berusia >35 tahun.

Dari fakta dan fenomena di atas, maka penulis memiliki solusi permasalahan adalah dengan memberikan edukasi pencegahan stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan.

## Metode Pelaksanaan

Berdasarkan analisa situasi dan permasalahan mitra diatas, upaya yang akan dilakukan tim adalah edukasi pencegahan stunting pada 1000 HPK. Sasaran utama dari program ini adalah ibu hamil. Untuk menjabarkan langkah kegiatan adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Solusi Permasalahan Mitra

Kegiatan	Tujuan	Aktifitas
Pemeriksaan kesehatan	Mengetahui kondisi Kesehatan ibu hamil	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pemeriksaan berat badan</li> <li>• Pemeriksaan tinggi badan</li> <li>• Pengukuran lingkaran lengan atas</li> <li>• Pemeriksaan Tekanan Darah</li> <li>• Pemeriksaan kadar Hb</li> </ul>
Deteksi ibu hamil risiko tinggi	Mendeteksi ibu hamil yang berisiko tinggi melahirkan bayi stunting	Pengisian skor Poedji Rochjati

Pre tes dan postes tentang stunting	Mengetahui tingkat pengetahuan peserta tentang stunting dan penyuluhan	Peserta mengisi link google form
Edukasi pencegahan stunting	Memberikan pengetahuan pada peserta tentang pencegahan stunting pada 1000 HPK	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentasi slide edukasi pencegahan stunting</li> <li>• Pembagian leaflet pencegahan stunting</li> </ul>

## Hasil

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan pada tanggal 1 Desember 2022 di Mushalla Baiturrahim RW 07 Kelurahan Kuranji Kecamatan Kuranji Kota Padang. Kegiatan dimulai dengan pemeriksaan Kesehatan pada ibu hamil, skrining risiko tinggi pada ibu hamil, pengisian kuesioner (pretes), dilanjutkan dengan pemberian edukasi tentang pencegahan stunting pada 1000 HPK dan diakhiri dengan pengisian kuesioner kembali (postes).

### a. Karakteristik ibu hamil

Sebelum pemeriksaan kesehatan ibu hamil, dilakukan pengumpulan data subjektif dan objektif dengan mengecek buku KIA yang dibawa oleh semua ibu hamil. Berikut adalah karakteristik ibu hamil:

Tabel 2. Karakteristik ibu hamil

Variabel	Frekuensi	Persentase
<b>Umur</b>		
21-30 tahun	7	70
31-40 tahun	2	20
40-50 tahun	1	10
<b>Pendidikan</b>		
Dasar	1	10
Menengah	8	80
Tinggi	1	10
<b>Jumlah Anak</b>		
0	6	60
2	3	30
4	1	10
<b>Status Pekerjaan</b>		
Bekerja	1	10
Tidak Bekerja	9	90
<b>Deteksi dini ibu hamil (Skor Poedji Rochjati)</b>		
Kehamilan risiko rendah	6	60
Kehamilan risiko tinggi	2	20
Kehamilan risiko sangat tinggi	2	20

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa Sebagian besar ibu hamil (70%) berusia 21-30 tahun, namun ditemukan 1 orang (10%) ibu hamil dengan usia berisiko. Sebagian besar ibu hamil (80%) memiliki tingkat pengetahuan menengah. Lebih dari separuh (60%) merupakan kehamilan pertama. Dan juga ditemukan Sebagian besar ibu hamil (90%) tidak bekerja. Hasil skrining ibu hamil menggunakan Skor Podji Rochjati ditemukan 2 orang (20%) ibu hamil dengan kehamilan risiko tinggi dan 2 orang (20%) dengan kehamilan risiko sangat tinggi.

## b. Pre-test dan Post-test

Pre-test dilakukan setelah semua ibu hamil melakukan pemeriksaan kesehatan. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan dan pengetahuan awal ibu hamil tentang stunting. Pretes dan postes dilakukan dengan memberikan pertanyaan dan peserta mengisi pada kuesioner yang telah disediakan. Pertanyaan-pertanyaan tersebut dikemas dalam google form. Materi yang dites berupa pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang pencegahan stunting.

Tabel 3. Peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan setelah diberikan edukasi pencegahan stunting

Pertanyaan	Pretes				Postes			
	Benar	%	Salah	%	Benar	%	Salah	%
1	8	80	2	20	9	90	1	10
2	8	80	2	20	9	90	1	10
3	9	90	1	10	10	100	0	0
4	8	80	8	80	9	90	1	10
5	6	60	4	40	7	70	3	30
6	8	80	2	20	10	100	0	0
7	7	70	3	30	10	100	0	0
8	1	10	9	90	3	30	7	70
9	8	80	2	20	8	80	2	20
10	9	90	1	10	9	90	1	10

## Diskusi

Pada tabel di atas terlihat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang edukasi pencegahan stunting terutama pada pertanyaan no 3, 6 dan 7 yang mencapai 100%. Hal ini sesuai dengan penelitian Anggraini et al. (2020) yang menemukan ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan Ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media audio visual ( $p < 0,05$ ) dan ada perbedaan yang signifikan antara sikap Ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media audio visual ( $p < 0,05$ ).



Gambar 1. Dokumentasi tim pengabdian bersama ibu hamil dan kader kesehatan

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Juwita et al (2022) ditemukan bahwa promosi kesehatan tentang stunting menggunakan *flipchart* dapat meningkatkan pengetahuan sebesar 1,3 kali dibandingkan dengan media *leaflet*. Promosi kesehatan menggunakan *flipchart* dapat meningkatkan sikap sebesar 1,54 kali dibandingkan dengan media *leaflet*. Artinya dalam penelitian ini media promosi kesehatan menggunakan *flipchart* lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap dalam pencegahan stunting pada 1.000 hari pertama kehidupan dibandingkan dengan media *leaflet*.

## Kesimpulan dan Saran

Pengetahuan ibu hamil meningkat setelah diberikan edukasi pencegahan stunting dengan media powerpoint dan *leaflet* dari tim pengabdian. Ibu hamil yang terdeteksi mengalami kehamilan risiko tinggi telah dianjurkan untuk melakukan kontrol ulang ke Puskesmas dan ibu hamil dengan kehamilan risiko sangat tinggi telah dianjurkan untuk melakukan kontrol ulang ke rumah sakit untuk mencegah terjadinya kesakitan dan kematian pada ibu dan janin. Pencegahan stunting dapat dilakukan sejak remaja. Disarankan melakukan edukasi pencegahan stunting pada remaja putri terkait dengan anemia dan KEK.

## Ucapan Terima kasih

Terima kasih kami sampaikan kepada:

1. Penanggung jawab wilayah dan kader kesehatan di Posyandu Melati 4 Kuranji
2. Ibu hamil yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian
3. Ketua beserta anggota Pengurus Yayasan MERCUBAKTIJAYA
4. Ketua STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang
5. Ketua LPPM STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

## Daftar Referensi

- Anggraini, S., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Ibu Hamil tentang Pencegahan Stunting di Desa Cinta rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(1), 26–31.
- Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas

- Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149>
- Juwita, S. D., Susiarno, H., & Sekarwana, N. (2022). Perbandingan Pengaruh Media Promosi Kesehatan Leaflet dan Flipchart terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Stunting pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan di Wilayah Puskesmas Cibarusah. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(9).
- Kementrian Desa, P. D. T. (2017). Pocket book in handling stunting. In *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*. Kementrian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal. [https://siha.kemkes.go.id/portal/files\\_upload/Buku\\_Saku\\_Stunting\\_Desa.pdf](https://siha.kemkes.go.id/portal/files_upload/Buku_Saku_Stunting_Desa.pdf)
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia.
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Supatmi. (2021). Edukasi Pencegahan Stunting dan Pendampingan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(4), 451–458. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Sutarto, Diana Mayasari, & Reni Indriyani. (2018). Stunting, Faktor Risiko dan Pencegahannya. *Jurnal Agromedicine*, 5(1), 540–545. <https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>
- UNICEF, WHO, & World Bank. (2021). Levels and trends in child malnutrition UNICEF / WHO / World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2021 edition. In *World Health Organization*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>
- Wati, E. K., Rahardjo, S., & Sari, H. P. (2016). Upaya Perbaikan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan Dalam Rangka Pencegahan Stunting Balita Melalui Optimalisasi Peran Tenaga Gizi Di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 8(2), 92–101. <http://jos.unsoed.ac.id/index.php/kesmasindo/article/download/147/134/>
- Anggraini, S., Siregar, S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Ibu Hamil tentang Pencegahan Stunting di Desa Cinta rakyat. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(1), 26–31.
- Arnita, S., Rahmadhani, D. Y., & Sari, M. T. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu dengan Upaya Pencegahan Stunting pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Kawat Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 7. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i1.149>
- Juwita, S. D., Susiarno, H., & Sekarwana, N. (2022). Perbandingan Pengaruh Media Promosi Kesehatan Leaflet dan Flipchart terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Stunting pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan di Wilayah Puskesmas Cibarusah. *Syntax Literate : Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(9).
- Kementrian Desa, P. D. T. (2017). Pocket book in handling stunting. In *Buku Saku Desa Dalam Penanganan Stunting*. Kementrian Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal. [https://siha.kemkes.go.id/portal/files\\_upload/Buku\\_Saku\\_Stunting\\_Desa.pdf](https://siha.kemkes.go.id/portal/files_upload/Buku_Saku_Stunting_Desa.pdf)
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia.
- Nurfatimah, N., Anakoda, P., Ramadhan, K., Entoh, C., Sitorus, S. B. M., & Longgupa, L. W. (2021). Perilaku Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 97–104. <https://doi.org/10.33860/jik.v15i2.475>
- Supatmi. (2021). Edukasi Pencegahan Stunting dan Pendampingan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3(4), 451–458. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Sutarto, Diana Mayasari, & Reni Indriyani. (2018). Stunting, Faktor Risiko dan

- Pencegahannya. Jurnal Agromedicine, 5(1), 540–545.  
<https://doi.org/10.1201/9781439810590-c34>
- UNICEF, WHO, & World Bank. (2021). Levels and trends in child malnutrition UNICEF / WHO / World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates Key findings of the 2021 edition. In World Health Organization.  
<https://www.who.int/publications/i/item/9789240025257>
- Wati, E. K., Rahardjo, S., & Sari, H. P. (2016). Upaya Perbaikan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan Dalam Rangka Pencegahan Stunting Balita Melalui Optimalisasi Peran Tenaga Gizi Di Kabupaten Banyumas. Jurnal Kesmas Indonesia, 8(2), 92–101.  
<http://jos.unsoed.ac.id/index.php/kesmasindo/article/download/147/134/>