



EDUKASI PENGETAHUAN IBU TENTANG 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DALAM MENINGKATKAN PEMENUHAN KEBUTUHAN GIZI BALITA

Melia Pebrina^{1*}, Fenny Fernando², Dewi Fransisca³, Ramah Hayu⁴, Siti Aisyah Nur⁵

^{1,2,3,4}Program Studi Sarjana Kebidanan, ⁵Program Studi Sarjana Keperawatan, Stikes
Syedza Sainatika

*Email : meliapebrina88@gmail.com

ABSTRAK

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. *Stunting* merupakan masalah gizi kronis akibat tidak terpenuhinya asupan gizi dalam masa 1000 HPK sehingga terjadi gangguan pertumbuhan pada anak. 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) Di Kota Padang cakupan balita gizi buruk (BB/U) tahun 2019 yakni 2.980 kasus (6,7%), hasil ini meningkat dari tahun 2018 (1,04%). 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 dalam pemenuhan kebutuhan gizi ibudan balita. Hasil kegiatan tersebut terjadinya peningkatan pengetahuan ibu yang mempunyai anak usia balita tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita,. Diharapkan petugas kesehatan meningkatkan edukasi dan perlunya edukasi berkelanjutan kepada para ibu yang mempunyai balita supaya bisa meningkatkan pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita.

Kata Kunci: pengetahuan, gizi, balita

ABSTRACT

Health problems related to the nutritional status of children are still a problem in the world, especially in developing countries. Indonesia is one of the developing countries that has a fairly high nutritional status problem. Efforts to improve nutritional status should start as early as possible, starting from the fetal life period. In Indonesia, this effort is called the First 1000 Days of Life Movement, abbreviated as 1000 HPK. Stunting is a chronic nutritional problem due to non-fulfillment of nutritional intake during the 1000 HPK period, resulting in impaired growth in children. In West Sumatra Province in 2018 the prevalence of stunting under five was 9.58%, under five wasting 2.87% and malnutrition was 3.51%. 2019 which was 2,980 cases (6.7%), this result increased from 2018 (1.04%). Therefore, service activities are needed that are carried out regularly through collaboration with health education institutions and health institutions, one of which aims to increase mother's knowledge about 1000 HPK in meeting the nutritional needs of mothers and toddlers. The result of these activities is an increase in the knowledge of mothers who have children under five about the first 1000 days of life in increasing the fulfillment of the nutritional needs of toddlers. It is hoped that health workers will increase education and the need for continuous education for mothers who have toddlers in order to increase mother's knowledge about the First 1000 Days of Life in increasing the fulfillment of nutritional needs of toddlers.

Keywords: knowledge, nutrition, toddler



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.(HUmaira, 2016)

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)

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) Di Kota Padang cakupan balita gizi buruk (BB/U) tahun 2019 yakni 2.980 kasus (6,7%), hasil ini meningkat dari tahun 2018 (1,04%). Cakupan balita *stunting* (TB/U) sebanyak 4.266 kasus (9,6%) hasil skrining ini juga meningkat dari tahun 2018 (7,65%) dan *wasting* (BB/TB) sebesar 1.947 kasus (4,4%) yang juga jauh meningkat dari tahun 2018 (0,55%).(Dinas Kesehatan Kota Padang, 2019) Puskesmas Nanggalo merupakan salah satu puskesmas di Kota Padang dengan angka kejadian *stunting*, *wasting* dan gizi buruk cukup tinggi. Tercatat sebesar 5,2% kasus *stunting*, *wasting* 3,3% dan gizi buruk sebesar 6,5%.(Dinas Kesehatan Kota Padang, 2017, 2019; Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2017)

Berbagai kegiatan edukasi gizi sudah dilaksanakan di beberapa wilayah kerja Puskesmas di Kota Padang, namun sebatas kegiatan insidental 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 kontinu. 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 ibudan 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. Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik **“Edukasi pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan**



**dalam meningkatkan pemenuhan Nanggalo Kota Padang”
kebutuhan gizi balita di Puskesmas**

METODE

Berdasarkan identifikasi masalah, tim pengusul melakukan langkah-langkah pendekatan yang telah disepakati untuk menyelesaikan masalah tersebut. Adapun langkah-langkah dalam menyelesaikan masalah tersebut adalah :

Tujuan kegiatan	Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan memberikan edukasi tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita Di Puskesmas Nanggalo
Isi kegiatan	- Pendidikan kesehatan dan edukasi 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita
Sasaran	Ibu yang memiliki anak usia Balita Di Puskesmas Nanggalo
Strategi	Metode kegiatan yang dilakukan berupa: a. Simulasi b. Ceramah/penyuluhan c. Diskusi

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengamas dilaksanakan hari Kamis tanggal 22 Juli Tahun 2022 pukul 10.00 Wib, tempat pelaksanaan di Puskesmas Nanggalo Padang . Peserta yang hadir jumlah 15 orang ibu yang memiliki anak usia Balita Di Puskesmas Nanggalo. Tim penyuluh terdiri dari presenter penyaji, moderator dan dari pihak Puskesmas melibatkan bidang bagian promkes. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan dengan 3 tahap yaitu :

1. Tahap Perkenalan

Sebelum kegiatan dimulai tim pengabmas melakukan salam pembuka dan pekenalan dan dilanjutkan menjelaskan maksud dan tujuan dari materi yang diberikan dan kontrak pelaksanaan yang akan dilakukan. Disepakati bahwa penyuluhan dilaksanakan selama 60 menit

2. Tahap Penyajian

Sebelum materi diberikan pemateri melakukan penggalian pengetahuan kepada ibu yang mempunyai anak usia balita dengan memberikan kuesioner/pretest untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam

meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita.. Materi yang diberikan dengan powerpoint dengan menggunakan media infokus ditambah dengan pemberian *leaf let*. Materi yang disampaikan ketika penyuluhan berlangsung membahas tentang: Definisi 1000 HPK, dampak kekurangan gizi masa 1000 HPK, kebutuhan gizi ibu selama kehamilan, anjuran nutrisi masa 1000 HPK, periode selama 1000 HPK, gizi seimbang dan sajian sekali makan bergizi seimbang.

Disaat pemateri memberikan penyuluhan ibu yang mempunyai anak usia balita memperhatikan dan antusias dalam materi yang diberikan selama penyuluhan berlangsung. Dan tidak ada peserta meninggalkan tempat selama penyuluhan berlangsung.

3. Tahap Akhir

Sebelum materi diakhiri moderator memberikan kesempatan kepada peseta untuk memberikan pertanyaan. Kegiatan penyuluhan diakhiri dengan sesi tanya jawab dimana respon masyarakat cukup baik terlihat dari beberapa pertanyaan yang disampaikan kepada pemateri. Berbagai pertanyaan tersebut merefleksikan keingintahuan ibu tentang 1000 Hari



Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita. Untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu yang memiliki anak usia Balita Di Puskesmas Nanggalo tentang materi yang diberikan maka diberika kuesioner kembali (post test).

Kegiatan PKM ini telah menghasilkan perubahan pengetahuan ibu

tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita, dimana terlihat bahwa rata-rata peningkatan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan pada tabel dibawah ini :

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Sebelum Dan Sesudah Pendidikan Kesehatan N (15)

<i>No</i>	<i>Imunisasi MR</i>	<i>Sebelum</i>	<i>Sesudah</i>
1	Definisi 1000 HPK	20%	92%
2	Dampak kekurangan gizi masa 1000 HPK	10%	94,3%
3	Kebutuhan gizi ibu selama kehamilan	30 %	98,2%
4	Anjuran nutrisi masa 1000 HPK	20%	99,1%
5	Periode selama 1000 HPK	10%	99,1%
6	Gizi seimbang	10%	94,3%
7	Sajian sekali makan bergizi seimbang	30 %	98,2%

Berdasarkan tabel diatas membuktikan bahwa adanya peningkatan pengetahuan orang tua sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan dimana terlihat rata-rata pengetahuan ibu tentang definisi 1000 HPK, dampak kekurangan gizi masa 1000 HPK. kebutuhan gizi ibu selama kehamilan, anjuran nutrisi masa 1000 HPK, Periode selama 1000 HPK, gizi seimbang dan sajian sekali makan

bergizi seimbang rata-rata lebih dari 90% meningkat pengetahuan ibu. Jadi dapat disimpulkan bahwa dengan pemberian penyuluhan dapat terukur pengetahuan ibu yang mempunyai anak usia balita tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita, dilihat dari sebelum dan sesudah pemberian penyuluhan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan tersebut terjadinya peningkatan pengetahuan ibu yang mempunyai anak usia balita tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita,. Diharapkan petugas kesehatan meningkatkan edukasi tentang 1000 Hari

Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita, dan perlunya edukasi berkelanjutan kepada para ibu yang mempunyai balita supaya bisa meningkatkan pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam meningkatkan pemenuhan kebutuhan gizi balita.



DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2018). Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2018. *Dinas Kesehat Kota Padang*, 45, 1–176.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2019). Profil Kesehatan Tahun 2019. In: DKK. Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat. (2017). Prevalensi Balita Stunting di Sumatera Barat Tahun 2017. In: Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat.
- 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.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Provinsi Sumatera Barat Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.