

**SOSIALISASI PADA IBU HAMIL TENTANG PENTINGNYA
SERIBU HARI PERTAMA KEHIDUPAN TERHADAP
PENCEGAHAN STUNTING DI PUSKESMAS
KOMBA KABUPATEN JAYAPURA**

**Tiyan Febriyani Lestari^{1*}, Susi Lestari¹, Arum Surya Utami², Fetty Satu Ryan
Utami², Harlinda Widia Putri²**

¹Program Studi Pendidikan Profesi Kebidanan, Universitas Jayapura

²Program Studi S1 Kebidanan, Universitas Jayapura

***tyan.lestari@gmail.com**

ABSTRAK

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita, akibat dari kekurangann gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya, Kekurangan gizi ini terutama terjadi pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), yaitu dari janin hingga anak berusia 23 bulan. Stunting berdampak pada perkembangan fisik dan kognitif anak yang dapat berlanjut hingga dewasa dan dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas sehingga mengancam kualitas sumber daya manusia Indonesia dan mengancam kemampuan daya saing bangsa. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya seribu hari pertama kehidupan dalam mencegah stunting. Metode soialisasi dalam kegiatan ini adalah dengan ceramah, diskusi dan tanya jawab serta memberi kuesioner sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi. Hasil dalam penelitian ini ada peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah dilakukan sosialisasi. Kesimpulan : sosialisasi ini terbukti meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya seribu hari pertama kehidupan tentang pencegahan stunting.

Kata Kunci: Stunting, Ibu Hamil, 1000HPK, Balita

ABSTRACT

Stunting is a condition of growth failure in toddlers, resulting from chronic malnutrition, resulting in the child being too short for their age. This malnutrition primarily occurs during the First 1,000 Days of Life (HPK), from the fetus to 23 months of age. Stunting impacts a child's physical and cognitive development, which can continue into adulthood and can affect the quality of life and productivity, thus threatening the quality of Indonesia's human resources and the nation's competitiveness. The purpose of this community service activity is to increase knowledge about the importance of the first thousand days of life in preventing stunting. The socialization method in this activity is through lectures, discussions, questions and answers, and giving questionnaires before and after the socialization. The results of this study showed an increase in knowledge of pregnant women after the socialization. Conclusion: This socialization has been proven to increase knowledge about the importance of the first thousand days of life regarding stunting prevention.

Keywords: *Stunting, Pregnant Women, 1000HPK, Toddlers*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan kondisi gangguan pertumbuhan linier yang disebabkan karena kurangnya cakupan nutrisi secara kronis yang ditandai dengan tinggi badan -2 standar deviasi berdasarkan kurva pertumbuhan (Berhanu, 2022). Stunting berdampak

pada perkembangan fisik dan kognitif anak yang dapat berlanjut hingga dewasa dan dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas sehingga mengancam kualitas sumber daya manusia Indonesia dan mengancam kemampuan daya saing bangsa (Khalida, 2023).

Stunting disebabkan oleh berbagai faktor yaitu ekonomi, pendidikan ibu, tinggi badan ibu, Asi Eksklusif, Usia anak dan bayi berat lahir rendah (BBLR) (WHO 2024). Stunting harus dicegah sebelum anak berusia dua tahun. Karena stunting dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang anak yang meliputi fungsi motorik, kognitif, dan verbal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Aprilia daracantika, lebih rendahnya (Intelligent Quotient) IQ dan kurangnya hasil prestasi akademik merupakan dampak dari stunting yang merupakan akibat implikasi biologis terhadap perkembangan otak dan neurologis. Anak yang mengalami stunting pada dua tahun pertama kehidupannya berisiko memiliki IQ nonverbal < 89 dibandingkan dengan anak tidak stunting (Daracantika et al., 2021).

Berdasarkan *World Health Organization* (2023) stunting pada usia dibawah lima tahun berjumlah 150,9 juta dan di tahun 2022 berjumlah 148,1 juta, sedangkan di Indonesia berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 terjadi penurunan dari 24,4% menjadi 21,6% dalam kurun 1 tahun (Kemenkes, 2022). Berdasarkan survei kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevelensi stunting di Papua berjumlah 28,6% lebih tinggi dibanding rata-rata nasional sebesar 21,5%, yaitu dari 11,7% menjadi 13,3% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024b). Data profil kesehatan Kabupaten Jayapura Tahun 2024 menunjukkan Distrik Sentani memiliki prevalensi stunting sebesar 15%, dengan jumlah kejadian 276 kasus, lebih tinggi dari target RPJMN 2020-2024 yaitu 14% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Namun, angka ini dinyatakan masih kurang akurat berdasarkan jumlah balita yang terukur yang hanya mencapai 34%, yaitu sekitar 1.840 balita dari 5.396 balita pada tahun 2024.

Periode 1000 HPK dimulai dari masa kandungan sampai usia dua tahun, dan masa ini juga disebut sebagai periode emas. Di masa ini, terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat sensitif dan tidak bisa diubah. Nutrisi yang cukup selama 1000 HPK adalah salah satu syarat agar anak tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga bisa terhindar dari risiko stunting. Untuk mencapai target Indonesia dalam RPJMN 2020-2024, yaitu menurunkan angka stunting hingga 14%, dibutuhkan berbagai upaya. Maka, memberikan Sosialisasi Pada Ibu Hamil Tentang Pentingnya Seribu Hari Pertama Kehidupan Terhadap Pencegahan Stunting Di Puskesmas Komba Kabupaten Jayapura.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah dengan ceramah, metode ini dipilih guna menyampaikan informasi kesehatan sehingga setelah ceramah dilakukan diharapkan ibu hamil dapat memahami, mengingat dengan harapan ibu hamil dapat mengaplikasikan pola hidup sehat dan perubahan perilaku yang baik. Setelah itu dilakukan diskusi dan tanya jawab serta pembagian kuesioner untuk mengetahui peningkatan pengetahuan pada ibu hamil untuk mencegah stunting

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 16 Agustus 2025 dalam bentuk sosialisasi pada ibu hamil tentang pentingnya seribu hari pertama kehidupan terhadap stunting di Puskesmas Komba Kabupaten Jayapura dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil dalam pencegahan stunting. Stunting adalah kegagalan pertumbuhan yang dialami anak di bawah lima tahun yang disebabkan oleh kekurangan gizi yang berkelanjutan dan sering kali

disebabkan oleh infeksi yang terjadi di seribu hari pertama kehidupan, karena pada periode ini disebut golden age, pada periode ini kita wajib memastikan bahwa anak-anak memiliki tumbuh kembang yang optimal (Angelia, 2025). Stunting menjadi salah satu penyakit kronis pada balita. Balita yang menderita stunting lebih beresiko mengidap penyakit degenerative yang akan mempengaruhi tingkat kecerdasan balita tersebut (Barokah, et al., 2022).

Efek samping yang bisa terjadi pada stunting di 1000 HPK yaitu tidak adanya perkembangan fisik, pertumbuhan mental dan juga pada kecerdasan, dan pada usia remaja dilihat dari pertumbuhan tubuh yang kurang optimal dan juga kualitas cara bekerja yang tidak kompetitif sehingga menjadi menurunnya produktifitas ekonomi (Kemenkes R1, 2020). Kejadian stunting adalah masalah gizi paling utama yang terjadi di seluruh dunia. Data dari Pusat Data dan Informasi tahun 2018 menyatakan stunting adalah suatu permasalahan gizi yang dapat diderita pada balita diseluruh dunia di masaini (Prendergast & Humphrey, 2019).

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi 1000 hari pertama kelahiran adalah upaya dalam pencegahan stunting di Puskesmas Sentani dan dihasilkan rata-rata jawaban benar dalam pretest adalah tiga dari dua belas pertanyaan dan setelah dilakukan sosialisasi didapatkan hasil post test rata-rata sepuluh dari dua belas pertanyaan.

Meningkatnya pengetahuan dapat mengubah perilaku kesehatan masyarakat untuk mencegah stunting (Manggala et al., 2021). Strategi 1000 HPK berfokus pada nutrisi sejak pembuahan hingga 59 bulan setelah kelahiran bayi. Karena pentingnya status gizi anak, ibu harus memiliki perilaku 1000 HPK ini. Mensosialisasikan perilaku ini kepada ibu-ibu selama program HPK adalah salah satu tindakan yang dapat dilakukan (Adelia., 2025). Kementerian Kesehatan melakukan banyak hal untuk mencegah stunting, seperti memberikan suplemen darah, mendorong ASI eksklusif dan MP-ASI, mendorong latihan gizi seimbang, dan mengubah perilaku (Hera et al., 2023). Studi oleh Yurissetiowati (2023) menemukan hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap ibu tentang 1000 HPK dan perilaku pencegahan stunting dan menunjukkan bahwa ibu dengan pengetahuan dan sikap yang baik cenderung melakukan perilaku pencegahan stunting yang lebih baik. Penelitian ini menunjukkan bahwa meningkatkan pengetahuan dan sikap positif terhadap 1000 HPK sangat efektif dalam mencegah stunting. Selain itu, program pendidikan dan intervensi yang terfokus pada ibu dapat mengurangi prevalensi stunting dan memperbaiki status gizi anak, terutama di daerah dengan tingkat stunting yang tinggi.



Gambar 1 : Pelaksanaan Sosialisasi

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi 1000 hari pertama kelahiran adalah upaya dalam pencegahan stunting di Puskesmas Sentani dan dihasilkan rata-rata jawaban benar dalam pretest adalah tiga dari dua belas pertanyaan dan setelah dilakukan sosialisasi didapatkan hasil post test rata-rata sepuluh dari dua belas pertanyaan. Jadi ada peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 hari pertama kehidupan terhadap pencegahan stunting di Puskesmas Sentani.

DAFTAR PUSTAKA

Adelia, Kustiani, A., Radella Hervidea. (2025). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Asupan Makan Baduta Dan Status Gizi Baduta Di Wilayah Puskesmas Maja. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, Mei 2025, 11(5.D), 15-29. DOI: <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/10422>

Barokah, I.F., Djupri, D.R., Lestari, D.A., (2022). Hubungan pengetahuan, Usia, dan Lama menjadi kader dalam keberhasilan pemberian makanan bayi dan anak (PMBA). *Jurnal Kesehatan Global*. Vol 5 No 1 <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jkg>

Berhanu, A., Garoma, S., Arero, G., & Mosisa, G. (2022). Stunting and associated factors among school-age children (5–14 years) in Mulo district, Oromia region, Ethiopia. *SAGE Open Medicine*, 10. <https://doi.org/10.1177/20503121221127880>

children (5–14 years) in Mulo district, Oromia region, Ethiopia. *SAGE Open Medicine*, 10.

<https://doi.org/10.1177/20503121221127880>

Daracantika, A., Ainin, A., & Besral, B. (2021). Pengaruh Negatif Stunting terhadap Perkembangan Kognitif Anak. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4647>

Hera, A. G. M., Simanjorang, C., Angelina, G., Fitriani, M. A., Apriningsih, A., & Wasir, R. (2023). Efektivitas Posyandu Dalam Penanganan Dan Pencegahan Stunting: A Literature Review. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 258-269.

Kemenkes. (2022). Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Kemenkes, 1–7.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024b). Survei Kesehatan Indonesia 2023

Khalida, N. B., Nasution, M, E, S., Sinaga, N., (2023). Optimalisasi pengasuhan 1000 Hari Pertama Kehidupan Sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Kacung. *Jurnal of Human and Education*, Vol 3 No 4. <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Manggala, T., Suminar, J.T., Hafiar, H. (2021). Faktor-Faktor Keberhasilan Program Promosi Kesehatan “Gempur Stunting” dalam Penanganan Stunting di Puskesmas Rancakalong Sumedang.

Prendergast, A., Humphery, H.J., (2019) Sindrom Stunting di Negara Perkembang. *National LibRARY Of Mendicine*. <https://doi.org/10.1179/2046905514Y.0000000158>



- Survei Status Gizi Indonesia. (2023). Hasil Survei Status Gizi Indonesia. In Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemkes.go.id/materi-hasil-survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2022>.
- World Health Organization. (2023). Stunting Prevalence Among Children Under 5 Years of age (%) (Model-Based Estimates). <https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/gho-jme-stunting-prevalence>
- Yurissetiowati, Y., Baso, N. (2023) Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang 1000 Hpk Dengan Perilaku Pencegahan Stunting. Vol 3. No 2. Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i2.9637>