

# Kecukupan Gizi Pada Rentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Sebagai Upaya Penanggulangan Dan Pencegahan Stunting Di Desa Tenggela, Gorontalo

Zul Fikar Ahmad<sup>1</sup>, Siti Surya Indah Nurdin<sup>2</sup>, Ardiansyah<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo

<sup>2</sup>Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo

<sup>3</sup>Pendidikan Ekonomi, Fakultas Ekonomi  
Universitas Negeri Gorontalo

\*e-mail Correspondence: [zulfikar@ung.ac.id](mailto:zulfikar@ung.ac.id)

Article Info: Received: 06 May 2022, Accepted: 29 May 2022, Published: 01 June 2022

## Abstract

*Eating a nutritious diet is an important behavior for a child's health and development. The first 1000 days of life are an important period in the growth and development of children, where the disorders that arise during this period will have permanent and irreversible consequences. This service aims to increase knowledge about nutritional adequacy in the range of 1000 HPK. The service in the Tenggela Village office hall, Tenggela Village, the working area of the Tilango Health Center, Gorontalo Regency. The service is carried out in the form of counseling with the dedication method using lectures with the help of Power Point and discussions with participants. The participants of the activity were the Tenggela Posyandu participants. The implementation of activities is self-funded by the executor. This service activity can be carried out well and can achieve the expected goals of the implementer. In the future, further service activities can be carried out in a sustainable manner either in the same place or in other places.*

**Keywords:** Stunting; Nutrition; Sink

## Abstrak

*Makan makanan yang bergizi merupakan perilaku yang penting untuk kesehatan dan perkembangan anak. 1000 hari pertama kehidupan merupakan periode penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, di mana gangguan yang muncul pada masa ini akan berakibat secara menetap dan tidak dapat diperbaiki. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kecukupan gizi dalam rentang 1000 HPK. Pengabdian dilaksanakan di Aula kantor Desa Tenggela, Desa Tenggela, wilayah kerja Puskesmas Tilango Kabupaten Gorontalo. Pengabdian dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan metode pengabdian menggunakan ceramah dengan bantuan Power Point dan diskusi dengan peserta. Peserta kegiatan merupakan peserta Posyandu Tenggela. Pelaksanaan kegiatan dibiayai sendiri oleh pelaksana. Kegiatan pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik dan dapat mencapai tujuan yang diharapkan pelaksana. Kedepannya kegiatan pengabdian selanjutnya dapat dilaksanakan secara berkelanjutan baik di tempat yang sama maupun ditempat lainnya.*

**Kata kunci:** Stunting; Gizi; Tenggela

## 1. PENDAHULUAN

Kekurangan gizi akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia dan secara perlahan berdampak pada tingginya angka kematian ibu, angka kematian bayi, angka kematian balita, dan rendahnya usia harapan hidup (Atmarita, 2004). Kekurangan gizi selama kehamilan dikaitkan dengan hambatan pertumbuhan janin, stunting, wasting, dan menjadi penyebab 3 juta kematian anak setiap tahun atau 45% dari semua kematian anak pada tahun 2011 (Black et al., 2013).

Stunting adalah bentuk kekurangan gizi anak dengan pertumbuhan yang berada dibawah standar. Secara global, sekitar 162 juta anak-anak. di bawah usia 5 tahun mengalami stunting (WHO, 2009). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013 menunjukkan prevalensi balita stunting secara nasional tahun 2013 sebesar 37,2% yang terdiri dari 18,0% sangat pendek dan 19,2% pendek (Kemenkes, 2013). Balita pendek di Provinsi Gorontalo tahun 2015 balita stunting sebanyak 12,1%

sangat pendek dan 17,9% pendek, sedangkan tahun 2016 jumlah balita sangat pendek sebesar 8,8% dan pendek 15,8%.

Berdasarkan data dinas kesehatan kabupaten gorontalo, prevalensi stunting dari tahun 2015 sampai tahun 2017 mengalami penurunan, yaitu tahun 2015 sebesar 40,7 %, di tahun 2016 sebesar 32,3 %, dan tahun 2017 sebesar 32,3 %. Meskipun prevalensi mengalami penurunan dari tahun ke tahun, tetapi angka tersebut masih terbilang tinggi. Di Kabupaten Gorontalo sendiri, Puskesmas tilango sendiri merupakan salah satu Puskesmas yang di wilayah kerjanya kejadian stunting masih tergolong tinggi.

Salah satu upaya pencegahan stunting adalah upaya perbaikan gizi. Makan makanan yang bergizi merupakan perilaku yang penting untuk kesehatan dan perkembangan anak. lebih dari sepertiga kematian bayi dan anak, serta 11% beban penyakit di dunia disebabkan karena kekurangan gizi pada ibu hamil dan anak. bukan hanya itu, kekurangan gizi pada ibu hamil dapat nantinya mengganggu perkembangan fisik, mental dan kecerdasan anak. bayi yang dilahirkan pendek dan sangat kurus, akan tumbuh di bawah normal dan menjadi orang dewasa bertubuh pendek dengan mempunyai kecerdasan dan penghasilan rendah. Agar anak menjadi pintar dan tumbuh optimum, keluarga perlu memperhatikan masa penting, yakni 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), mulai selama kehamilan (9 bulan atau 270 hari) sampai 2 tahun pertama sejak anak dilahirkan (730 hari pertama). seribu hari pertama merupakan periode penting di mana gangguan yang muncul pada masa ini akan berakibat secara menetap dan tidak dapat diperbaiki. Berdasarkan uraian diatas sehingga dianggap penting untuk melaksanakan kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang kecukupan gizi dalam rentang 1000 HPK.

## **2. METODE**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan judul kegiatan "*Kecukupan Gizi Pada Rentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Sebagai Upaya Penanggulangan dan Pencegahan Stunting*". Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Aula Kantor Desa Tenggela yang biasa di gunakan sebagai lokasi Posyandu Tenggela. Wilayah Kerja Puskesmas Tilango, Kabupaten Gorontalo. Pelaksanaan kegiatan pengabdian menggunakan Metode Ceramah dan Diskusi. Pemateri memberikan materi dalam bentuk ceramah dengan bantuan Power Point yang berisi materi. Selanjutnya dilakukan diskusi dengan peserta terkait materi yang diberikan. Peserta kegiatan merupakan ibu hamil, ibu menyusui, bayi/balita yang hadir pada saat pelaksanaan posyandu Puskesmas Tilango di Dusun Tenggela. Materi pengabdian berisi tentang pentingnya kecukupan gizi pada rentang 1000 HPK.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang "*Kecukupan Gizi Pada Rentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Sebagai Upaya Penanggulangan dan Pencegahan Stunting*" di Desa Tenggela bertepatan dengan pelaksanaan Posyandu di Desa Tenggela, Alhamdulillah dapat terlaksana dengan baik. Kegiatan pengabdian diikuti hampir seluruh ibu dan balita yang mengikuti kegiatan Posyandu Desa Tenggela dengan jumlah lebih dari 30 orang.

Adapun tahapan kegiatan pengabdian yang telah terlaksana adalah sebagai berikut:

1. Persiapan Pengabdian
  - a. Survey lokasi pengabdian melalui kunjungan ke Desa Tenggela dan Puskesmas Tilango
  - b. Permohonan Izin kegiatan secara tertulis maupun tidak tertulis kepada pemerintah Desa Tenggela, dan Kepala Puskesmas Tilango
  - c. Persiapan materi yang akan disampaikan pada saat pengabdian.
  - d. Persiapan Aula kantor Desa Tenggela sebagai tempat pelaksanaan kegiatan.
2. Pelaksanaan Pengabdian
  - a. Pembukaan  
Pengabdian diawali dengan acara pembukaan dan perkenalan pelaksana pengabdian. Acara di buka oleh Kepala Desa Tenggela pada pukul 08.30 Pagi. Pembukaan dan perkenalan dilaksanakan ± 30 Menit.



Gambar 1. Kegiatan Pembukaan Sosialisasi

b. Penyampaian materi

Materi penyuluhan disampaikan kepada peserta tentang kecukupan gizi dalam rentang 1000 hari pertama kehidupan sebagai upaya pencegahan dan penanggulangan stunting. Materi disampaikan  $\pm$  45 Menit.



**Gambar 2.** Kegiatan Penyampaian Materi

c. Diskusi/Tanya Jawab

Setelah materi disampaikan, kemudian diberikan kesempatan kepada peserta untuk menyampaikan pertanyaan. Terdapat 2 orang peserta yang bertanya, dengan ringkasan pertanyaan sebagai berikut:

Peserta 1 : Bertanya tentang bagaimana cara menyiapkan makanan pendamping ASI (MPASI) yang baik dan benar.

Peserta 2 : Bertanya tentang cara meningkatkan nafsu makan untuk balita yang malas makan. Pelaksanaan diskusi dan tanya jawab dilaksanakan  $\pm$  15 menit.



**Gambar 3.** Peserta Kegiatan

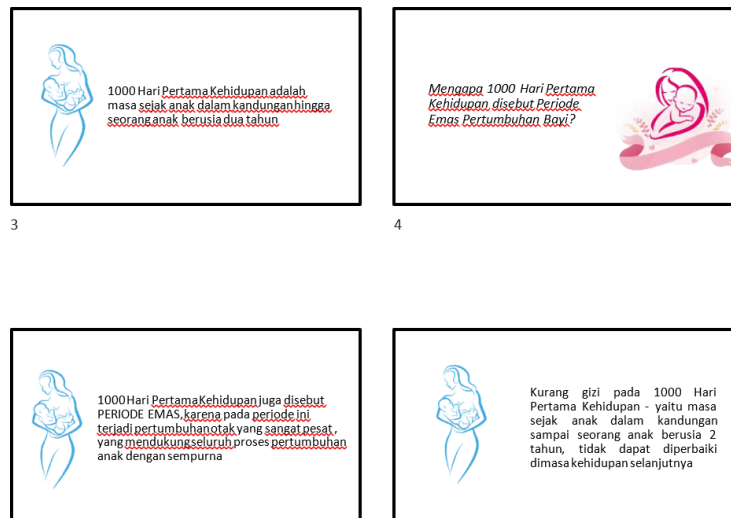
3. Penutup dan Evaluasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian ditutup dengan foto bersama dengan Pemerintah Desa dan Peserta Kegiatan.



**Gambar 4.** Kegiatan penutupan dengan foto bersama

Output yang diperoleh dari kegiatan ini adalah Ibu-ibu peserta kegiatan pengabdian ini menjadi lebih paham dan lebih tahu tentang arti penting 1000 Hari Pertama Kehidupan dan bagaimana langkah agar gizi bagi ibu dan bayi/balita dapat tercukupi. Penilaian tersebut didasarkan atas respon dan antusiasme peserta dalam menerima materi yang diberikan. Termasuk respon positif peserta dalam menjawab pertanyaan secara benar ketika diberikan pertanyaan oleh pemateri. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan maka rekomendasi yang kami ajukan bagi kegiatan ini adalah Kegiatan serupa seharusnya dilaksanakan secara kontinyu untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang kecukupan gizi dalam rentang 1000 HPK. Kegiatan selanjutnya dapat mengangkat tema yang lebih sederhana namun kajiannya lebih dalam khususnya tentang gizi selama 1000 HPK.



**Gambar 5.** Materi Sosialisasi

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dengan tema “Kecukupan Gizi Dalam rentang 1000 hari pertama kehidupan sebagai upaca pencegahan dan penanggulangan stunting” Di Desa Tenggela, Kecamatan Tilango, Kabupaten Gorontalo dapat terlaksana dengan baik. Ouput yang diharapkan dapat tercapai dengan baik dimana terjadi peningkatan pengetahuan dari para peserta kegiatan pengabdian. Kegiatan pengabdian seperti ini dapat dilakukan secara rutin baik di lokasi yang sama maupun di lokasi yang berbeda dengan sasaran ibu hamil dan

menyusui sebagai faktor penting dalam menurunkan dan menanggulangi kejadian stunting yang sampai saat ini masih terbilang tinggi.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Atmarita, T. S. 2004. *Analisis Situasi Gizi Dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat, Departemen Kesehatan.
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., de Onis, M., Ezzati, M., Grantham-McGregor, S., Katz, J., Martorell, R. & Uauy, R. 2013. *Maternal and Child Undernutrition and Overweight in Low-Income and Middle-Income Countries*. *Lancet*, 382, 427-451.
- Kemenkes. 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes. 2016. *Infodatin : Situasi Balita Pendek*. Jakarta, Pusat Data dan Informasi, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- WHO. 2009. *Child Growth Standards and the Identification of Severe Acute Malnutrition in Infants and Children*. Geneva:, World Health Organization.