

CEGAH STUNTING MELALUI PEMBERDAYAAN IBU BALITA DENGAN 6 LANGKAH POLA ASUH 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN

Prevent Stunting Through Empowerment Of Mothers To Children With 6 Steps Of Parenting Pattern In The First 1000 Days Of Life

Zulaeha A. Amdadi¹, Afriani²

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

afriani@poltekkes-mks.ac.id

ABSTRACT.

The period of the first 1000 days of life (1000 HPK) is a critical node as the beginning of the growth of stunting, which in turn has a long-term impact until it recurs in the life cycle. Malnutrition as a direct cause, especially in children under five, has a short-term impact on increasing morbidity. If this problem is chronic, it will affect cognitive function, namely a low level of intelligence and have an impact on the quality of human resources. In repeated conditions (in the life cycle), children who experience malnutrition early in life (1000 HPK period) have a risk of non-communicable diseases in adulthood. The approach taken in community service activities is to increase the knowledge of mothers of infants under five to prevent child growth disorders by meeting nutritional needs since pregnancy. The solution offered to solve the problem is to increase the knowledge of mothers of infants in the work area of Puskesmas Mangasa Makassar about preventing stunting with proper parenting in the first 1000 days of life. The outputs produced are proceedings, leaflets and flipcharts. The target of this activity is mothers of infants in the work area of Puskesmas Mangasa Makassar. With the target of increasing knowledge in an effort to empower mothers of infants under five to prevent stunting with 6 steps of parenting for the first 1000 days of life.

Keywords: empowerment, mothers under five, stunting, 6 steps of parenting in the first 1000 days of life.

ABSTRAK.

Periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan simpul kritis sebagai awal terjadinya pertumbuhan *Stunting*, yang sebaliknya berdampak jangka panjang hingga berulang dalam siklus kehidupan. Kurang gizi sebagai penyebab langsung, khususnya pada balita berdampak jangka pendek meningkatnya morbiditas. Bila masalah ini bersifat kronis, maka akan mempengaruhi fungsi kognitif yakni tingkat kecerdasan yang rendah dan berdampak pada kualitas sumberdaya manusia. Pada kondisi berulang (dalam siklus kehidupan) maka anak yang mengalami kurang gizi diawal kehidupan (periode 1000 HPK) memiliki risiko penyakit tidak menular pada usia dewasa. Tujuan yang diharapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat adalah peningkatan pengetahuan ibu bayi balita untuk mencegah gangguan pertumbuhan anak dengan memenuhi kebutuhan gizi sejak hamil. Solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan masalah adalah meningkatkan pengetahuan ibu bayi balita di wilayah kerja Puskesmas Mangasa Makassar tentang pencegahan stunting dengan pola asuh yang tepat pada 1000 hari pertama kehidupan. Luaran yang dihasilkan adalah leaflet dan lembar balik. Sasaran pada kegiatan ini adalah ibu bayi balita di wilayah kerja Puskesmas Mangasa Makassar. Hasil pencapaian yang diperoleh adalah dari 30 ibu balita terdapat 29 orang (95%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberi penyuluhan dan pendampingan tentang pemberian makanan tambahan dalam upaya mengawal 1000 hari pertama kehidupan.

Kata kunci: Pemberdayaan, Ibu balita, stunting, pola asuh, 1000 HPK.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi di dunia, termasuk di Indonesia. Hal tersebut menjadi permasalahan karena berhubungan dengan kesakitan dan kematian. Selain itu dapat berisiko pada penurunan kemampuan akademik, kegemukan dan risiko terpapar oleh penyakit^[1].

Stunting terjadi karena kurangnya asupan nutrisi sejak kehamilan sampai anak usia 2 tahun. Usia 0-2 tahun merupakan periode emas yang sangat memerlukan asupan gizi yang adekuat demi kelangsungan hidupnya dimasa yang akan datang. Kurangnya asupan makanan yang bergizi serta adanya penyakit infeksi merupakan penyebab secara langsung. Selain itu pengetahuan ibu saat hamil, pola asuh yang salah, kebersihan

lingkungan dan kebersihan diri menjadi faktor pemicu peningkatan jumlah kasus. Penanganan terhadap kasus ini dapat dicegah melalui pemantauan 1000 hari pertama kehidupan^[2,3,4].

Hasil Riskesdas (2018), tampak adanya perbaikan pada status gizi balita di Indonesia. Angka tersebut dari 37,2% pada tahun 2013 menjadi 30,8% pada tahun 2018 meskipun masih jauh dari target Badan Kesehatan Dunia (WHO) sebanyak 20%. Sehingga hal tersebut menjadi perhatian pemerintah melalui beberapa tindakan diantaranya pemberian tablet fe, makanan tambahan untuk ibu hamil, anjuran pemenuhan gizi seimbang, persalinan pada tenaga Kesehatan, pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI, pengenalan

makanan bergizi pada anak sesuai usianya dan pemantauan tumbuh kembang anak.^[4,5,6]

Masalah *stunting* merupakan salah satu masalah gizi pada anak di Indonesia. Akibat yang dapat terjadi karena masalah gizi pada jangka pendek adalah terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan fisik dan gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan masalah jangka Panjang adalah menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh dan risiko munculnya penyakit pada usia tua. Hal ini akan menurunkan kualitas sumber daya manusia Indonesia dan daya saing dengan negara lain.^[7,8]

Perhatian pada Periode emas merupakan salah satu upaya untuk mencegah kejadian *stunting*. Upaya tersebut sangat erat kaitannya dengan peran seorang ibu, khususnya dalam pemberian makanan dengan gizi seimbang pada keluarga untuk menunjang tumbuh kembang balita secara fisik pada saat ini yang merupakan gambaran untuk masa depan^[9,10]

Hasil diskusi dengan ibu yang memiliki anak kurang dari 5 tahun di Kelurahan Mannuruki diketahui belum banyak mengetahui cara mencegah *stunting*, sehingga mereka menganggap bahwa *stunting* adalah keturunan dan tidak perlu ditangani. Oleh karena itu sangat perlu memberikan pemahaman kepada orangtua khususnya ibu-ibu tentang upaya pencegahan *stunting* pada 1000 hari pertama kehidupannya.

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) yang telah dilaksanakan bermitra dengan Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Mangasa Makassar yang beralamat di JL. Mon. Emmy Saelan, Komp. BTN M.11, Tidung, Rappocini, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90222. Puskesmas Mangasa merupakan salah satu puskesmas yang pelayanan kesehatan Ibu dan Anak.



Gambar 1. Mitra PKM

METODE YANG DIGUNAKAN

Metode yang digunakan adalah: penyuluhan, diskusi, tanya jawab. Kegiatan awal dimulai dengan pre test berupa pemberian kuesioner sebanyak 15 soal, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dengan bantuan lembar balik yang berisi menu makanan pendamping ASI yang diberikan kepada ibu balita. Evaluasi capaian dilaksanakan 14 hari setelah pelaksanaan penyuluhan.

PELAKSANAAN KEGIATAN

a. Pelaksanaan Kegiatan

Pada kegiatan pertama adalah penyuluhan tentang upaya pencegahan *stunting* melalui program 1000 hari pertama kehidupan pada ibu balita yang dilaksanakan pada tanggal 02 April 2021 jumlah ibu balita yang hadir sebanyak 30 orang. Kegiatan ini dilaksanakan di Puskesmas Mangasa Makassar dengan sasaran adalah ibu balita. Indikator capaian yang diharapkan adalah terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita tentang pola asuh dalam upaya mencegah *stunting* khususnya menu pendamping ASI.



Gambar 2. Kegiatan melibatkan mahasiswa

b. Review dan Diskusi

Pada kegiatan ini dilakukan review dan diskusi tentang pencegahan stunting dalam mengawal 1000 hari pertama kehidupan dengan menggunakan lembar balik. Kegiatan selanjutnya pada tanggal 20 Mei 2021 yang dihadiri ibu bayi/balita sebanyak 30 orang. Pada kegiatan ini dilakukan evaluasi dengan metode post test.



Gambar 3. Kegiatan lanjutan di Puskesmas Mangasa Makassar

HASIL YANG DICAPAI

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah keberhasilan target jumlah peserta, tercapainya tujuan kegiatan, materi yang direncanakan, pemahaman peserta tentang materi yang diberikan. Target peserta pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Mangasa Kota Makassar adalah ibu bayi/balita di wilayah kerja Puskesmas Mangasa sebanyak 30 orang.

Hasil evaluasi yang diperoleh adalah 29 orang (96,6%) mengalami peningkatan pengetahuan setelah diberikan penyuluhan tentang 1000 hari pertama kehidupan. Dan terdapat 1 orang (3,3%) dengan pengetahuan yang sama dengan sebelum penyuluhan. Berdasarkan data tersebut maka rencana tindak lanjut yang dilakukan adalah dengan pemberian informasi lanjut oleh bidan yang bertugas di Puskesmas

Hasil penelitian Zulaeha A Amdadi, dkk (2020) menunjukkan adanya pengaruh pelaksanaan edukasi pada ibu hamil terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang 1000 hari pertama kehidupan dengan nilai ($p=0,000$).

Linda Puspita (2021) tentang pencegahan stunting melalui 1000 HPK, menyatakan bahwa Bidan desa dan kader posyandu memiliki tugas penting untuk memperkenalkan dan menyampaikan program

1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) kepada masyarakat, khususnya kepada ibu hamil, ibu menyusui dan ibu yang memiliki anak usia 0-2 tahun melalui berbagai kegiatan penyuluhan di masyarakat.

Hasil penelitian Saudi dan Anggraini (2018) tentang pemantauan 1000 hari pertama kehidupan dalam rangka mencegah stunting pada kader di Desa Menemeng Lombok Tengah menyatakan bahwa pemberian edukasi memberikan efek yang baik pada pengetahuan dan sikap calon pengantin wanita.

Nilfar Ruaida. 2018. Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) Di Indonesia, mengatakan bahwa Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stunting antara lain adalah keadaan gizi ibu saat hamil, status BB bayi saat lahir, mendapatkan IMD atau tidak, pemberian ASI Eksklusif, MP-ASI, dan pola asuh orang tua. Dalam rangka pencegahan terjadinya stunting terutama pada balita pemerintah melaksanakan Program Percepatan Perbaikan Gizi dengan Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan.

KESIMPULAN DAN SARAN

a. Kesimpulan

1. Adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan
2. Kegiatan pengabdian masyarakat berlangsung dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai rencana kegiatan yang telah di susun.

b. Saran

Diharapkan pihak terkait, khususnya bidan dan petugas gizi yang ada di wilayah kerja puskesmas mangasa dapat melakukan edukasi dan pemantauan lanjut pada ibu balita yang ada diwilayahnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Makassar yang telah memberikan bantuan biaya kepada kami yang dapat dipergunakan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai salah satu Tri Dharma Perguruan Tinggi. Kegiatan selanjutnya akan kami laporkan secara lengkap pada laporan akhir pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA. 2013. Rencana Kerja Pembinaan Gizi Masyarakat tahun 2013. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
2. Kementerian bidang Kesejahteraan Rakyat, 2013. Pedoman perencanaan program Gerakan Nasional percepatan perbaikan gizi dalam rangka seribu hari pertama kehidupan (Gerakan 1000 HPK), Jakarta.
3. Kementerian Kesehatan RI. 2015. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA.
4. Rahayu Atika, dkk. 2018. Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. Yogyakarta: Penerbit CV Mine.
5. Unicef, 2013. Improving Child Nutrition The achievable imperative for global progress. Diakses:www.unicef.org/media/files/nutrition_report_2013.pdf tanggal 24 Desember 2019.
6. Unicef, 2013. Improving Child Nutrition The achievable imperative for global progress. Diakses:www.unicef.org/media/files/nutrition_report_2013.pdf tanggal 24 Desember 2019
7. Notoatmodjo S. 2007. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta (ID): Rineksa Cipta
8. Sulistyarningsih H (2011) Gizi untuk kesehatan ibu dan anak. Yogyakarta: Graha Ilmu
9. Mucha N, 2013. Implementing Nutrition-Sensitive Development: Reaching Consensus.briefing paper,Akses:www.bread.org/institute/papers/nutrition-sensitive-interventions.pdf tanggal 26 Januari 2020
10. Anugraheni HS. Faktor Risiko Kejadian Stunting pada Anak Usia 12-36 Bulan di Kecamatan Pati, Kabupaten Pati. 2012. Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.Tesis p: 30-37.
11. United Nation (UN). 2015. Sustainable Development Goals, 17 Goals to transform our world. <http://www.un.org/sustainabledevelopment/Sustainable-developmentgoals/> Diakses tanggal 2 Januari 2020.
12. Saudia dan Anggraini. 2018. Pemantauan 1000 hari pertama kehidupan dalam rangka pencegahan stunting melalui pelatihan kader kesehatan di Desa Menemeng wilayah kerja Puskesmas Bagu Kecamatan Pringgarata Kabupaten Lombok Tengah. Jurnal Midwifery Update Poltekkes Kemenkes Mataram.
13. Mutiara Ramadhan, 2017. Hubungan Pengetahuan 1000 Hari Pertama Kehidupan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe. Universitas Air Langga. Surabaya.
14. Zulaeha A, dkk. 2021. Edukasi Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Media Kesehatan Poltekkes Makassar.
15. Linda Puspita. 2021. pencegahan stunting melalui 1000 HPK. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu. Universitas Aisyiah Pringsewu.
16. Nilfar Ruaida. 2018. Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Mencegah Terjadinya Stunting (Gizi Pendek) Di Indonesia. Jurnal Global Health Science Poltekkes Kemenkes Maluku.