

**PEMBERDAYAAN KADER POSYANDU DALAM MEMPERSIAPKAN GENERASI MILENIAL DENGAN MENGOPTIMALKAN KONDISI 1000 HPK**

*Empowerment Of Posyandu Cadres In Preparing The Millennial Generation By Optimizing Conditions Empowerment Of Posyandu Cadres In Preparing The Millennial Generation By Optimizing The Conditions Of 1000 HPK*

**Zulaeha A Amdadi, Afriani, Fitriati Sabur**

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

[afriani@poltekkes-mks.ac.id](mailto:afriani@poltekkes-mks.ac.id)

**ABSTRAK**

Periode emas merupakan simpul kritis awal terjadinya pertumbuhan. Stunting berdampak jangka panjang sampai berulang pada daur kehidupan. Kurang gizi menjadi penyebab langsung, khususnya dalam balita berdampak jangka pendek meningkatnya morbiditas. Jika kasus ini bersifat kronis, maka akan mensugesti fungsi kognitif yakni taraf kecerdasan yg rendah & berdampak dalam kualitas sumberdaya manusia. Pendekatan yg dilakukan pada aktivitas darma warga merupakan peningkatan pengetahuan pemberdayaan kader posyandu pada mempersiapkan generasi milenial buat mencegah gangguan pertumbuhan anak menggunakan memenuhi kebutuhan gizi semenjak hamil. Solusi yg ditawarkan buat merampungkan kasus merupakan menaikkan pengetahuan kader posyandu pada daerah kerja Puskesmas Tamalatae Makassar mempersiapkan generasi milenial menggunakan mengoptimalkan syarat 1000 hari pertama kehidupan. Luaran yg didapatkan merupakan prosiding, leaflet & lbr balik. Sasaran dalam aktivitas ini merupakan kader posyandu pada daerah kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Dengan sasaran capaian meningkatnya pengetahuan pada upaya pemberdayaan kader posyandu pada mempersiapkan generasi milenial menggunakan mengoptimalkan syarat 1000 hari pertama kehidupan. Sasaran merupakan kader yg berada pada Wilayah kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Metode yg dipakai merupakan:ceramah, diskusi, & tanya jawab. Hasil yg dicapai merupakan meningkatnya pengetahuan kader pada mempersiapkan generasi milenial menggunakan mengoptimalkan 1000 hari pertama kehidupan menggunakan memakai indera bantu modul.

Kata kunci: Kader posyandu, 1000 HPK, generasi milenial

**ABSTRACT.**

The period of the first 1000 days of life (1000 HPK) is a critical node as the beginning of stunting growth, which on the other hand has a long-term impact so that it repeats itself in the life cycle. Malnutrition as a direct cause, especially in toddlers, has a short-term impact on increasing morbidity. If this persoalan is chronic, it will affect cognitive function, namely the low level of intelligence and impact on the quality of human resources. The approach taken in community service activities is to increase knowledge on empowering posyandu cadres in preparing the millennial generation to prevent child growth disorders by meeting nutritional needs since pregnancy. The solution offered to solve the persoalan is to increase the knowledge of posyandu cadres in the Tamalatae Makassar Health Center work area to prepare the millennial generation by optimizing the conditions for the first 1000 days of life. The resulting outputs are proceedings, leaflets and flipcharts. The sasaran for this activity is posyandu cadres in the working area of the Tamalate Makassar Health Center. With the sasaran of achieving increased knowledge in an effort to empower posyandu cadres in preparing the millennial generation by optimizing the conditions for the first 1000 days of life. The sasaran is cadres in the working area of the Tamalate Makassar Health Center. The methods used are:lectures, discussions, and questions and answers. The result achieved is increased cadre knowledge in preparing the millennial generation by optimizing the first 1000 days of life using module tools.

Keywords: *Posyandu cadres, 1000 HPK, millennial generation*

**PENDAHULUAN**

Periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) adalah simpul kritis menjadi awal terjadinya pertumbuhan Stunting, yg kebalikannya berdampak jangka panjang sampai berulang pada daur kehidupan. Kurang gizi menjadi penyebab langsung, khususnya dalam balita berdampak jangka pendek meningkatnya morbiditas. Jika kasus ini bersifat kronis, maka akan mensugesti fungsi kognitif yakni taraf kecerdasan yg rendah & berdampak dalam kualitas sumberdaya manusia. Pada syarat berulang (pada daur kehidupan) maka anak yg mengalami kurang gizi diawal kehidupan (periode 1000 HPK) mempunyai risiko penyakit nir menular dalam usia dewasa [6,7].

Masa 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan saat kritis di awal retardasi pertumbuhan, yang sebaliknya memiliki efek jangka panjang yang berulang sepanjang siklus hidup. Malnutrisi sebagai penyebab langsung, terutama pada anak kecil, memiliki efek jangka pendek pada peningkatan morbiditas. Apabila masalah ini bersifat kronis, maka akan mempengaruhi fungsi kognitif yaitu tingkat inteligensi yang rendah, dan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia. Dalam kondisi berulang (selama rentang hidup), anak yang kekurangan gizi di awal kehidupan (masa 1000 HPK) berisiko terkena penyakit tidak menular di masa dewasa [8]

Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh masalah gizi di atas dalam jangka pendek antara lain gangguan perkembangan otak, kecerdasan, pertumbuhan fisik dan gangguan metabolisme tubuh. Di sisi lain, akibat negatif yang dapat terjadi dalam jangka panjang adalah penurunan kemampuan kognitif dan kemampuan belajar, penurunan imunitas sehingga mudah sakit, serta risiko tinggi diabetes, obesitas, penyakit kardiovaskular, kanker, stroke, dan kecacatan di usia tua. Semua itu melemahkan kualitas sumber daya manusia Indonesia, produktivitas dan daya saing bangsa.

Nilai gizi 1000 HPK mempengaruhi kualitas kesehatan, kecerdasan dan produktivitas di masa depan. Ibu dan bayi memerlukan gizi yang cukup dan berkualitas untuk menjamin status gizi dan kesehatannya; keterampilan motorik, sosial dan kognitif; kemampuan belajar dan produktivitas masa depan. Anak-anak yang kekurangan gizi pada masa 1000 HPK mengalami masalah syaraf, berkurangnya kemampuan belajar, resiko putus sekolah, berkurangnya produktivitas dan kemampuan kerja, berkurangnya pendapatan, berkurangnya makanan bergizi, dan berkurangnya kemampuan mengasuh anak. Ini juga mengarah pada transmisi kekurangan gizi dan kemiskinan ke generasi berikutnya (USAID, 2014). Mengingat pentingnya pola makan per 1000 HPK, intervensi gizi per 1000 HPK menjadi prioritas untuk meningkatkan kualitas hidup generasi mendatang<sup>[10]</sup>.

Kerangka posyandu berperan penting dalam menyukseskan program 1000 Hari Pertama Kehidupan. Berdasarkan survei pendahuluan yang sebelumnya dilakukan di ruang kerja Puskesmas Tamalate Makassar, diketahui bahwa pengetahuan dan pemahaman kader Posyandu tentang 1000 hari pertama kehidupan (HPK) masih kurang. Sampai saat ini kader mendapatkan informasi tentang 1000 kehidupan pertama hanya melalui iklan di media cetak dan elektronik, sehingga perlu adanya materi pembelajaran mandiri yang dapat memperluas pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu melampaui 1000 hari pertama kehidupan.

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) dilaksanakan bekerja sama dengan kader Posyandu di ruang kerja Puskesmas Tamalate Makassar di Jalan Daeng Tata 1 Blok G.5/8, Mannuruki, Tamalate, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90224. Puskesmas Tamalate merupakan salah satu puskesmas yang menyelenggarakan pelayanan rawat jalan, termasuk pelayanan kesehatan ibu dan anak.



Gambar 1. Mitra PKM

## METODE PELAKSANAAN

### Tempat dan waktu

Puskesmas Tamalate Makassar di Jalan Daeng Tata 1 Blok G.5/8, Mannuruki, Tamalate, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90224

### Khalayak Sasaran

kader Posyandu di ruang kerja Puskesmas Tamalate Makassar

**Metode Pengabdian**

Metode yang digunakan adalah: penyuluhan, diskusi, tanya jawab. Kegiatan awal dimulai dengan pre test berupa pemberian kuesioner sebanyak 15 soal, kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan dan membagikan modul yang berisi informasi tentang 1000 hari pertama kehidupan yang diberikan kepada kader posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalate Makassar. Selanjutnya dilakukan post test setelah 14 hari

**Indikator Keberhasilan**

- a. Meningkatkan pengetahuan Kader Posyandu tentang pentingnya mempersiapkan generasi milenial dengan mengoptimalkan 1000 hari pertama kehidupan di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Kota Makassar
- b. Meningkatnya kepedulian Kader Posyandu dalam pentingnya mempersiapkan generasi milenial dengan mengoptimalkan 1000 hari pertama kehidupan di wilayah kerja Puskesmas Tamalate Kota Makassar

**Metode Evaluasi**

Evaluasi dilaksanakan dengan memberikan kuesioner pretest sebelum memberikan penjelasan kepada kader tentang 1000 HPK dan posttest dilaksanakan 2 minggu setelah pelaksanaan kegiatan

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berhasil dengan target sasaran, tujuan dan materi serta pemahaman terhadap materi yang diberikan. Target peserta pada kegiatan ini adalah ibu bayi/balita di wilayah kerja Puskesmas sebanyak 30 orang.



Gambar 3. Pelaksanaan kegiatan dan pretest



Gambar 4. Penjelasan tentang 1000 hari pertama kehidupan dilanjutkan posttest

Pencapaian materi cukup baik, karena materi tentang pentingnya 1000 hari pertama

kehidupan melalui pengolahan makanan pendamping ASI yang benar telah disampaikan secara keseluruhan dengan penjelasan materi dan demonstrasi serta pembagian lembar balik berisi menu sehat dan teknik pengolahannya untuk bayi balita serta sesi tanya jawab dengan peserta.

Pemahaman ibu bayi/balita tentang materi tersebut cukup baik, dilihat dari semangat dan perhatian ibu-ibu untuk berupaya mengaplikasikan materi yang telah didapatkan dengan melihat dari lembar balik yang dibagikan. Terdapat 29 (96,7%) mengalami peningkatan pengetahuan tentang pengolahan makanan pendamping ASI. Selanjutnya dilakukan evaluasi kembali oleh Tim pengabdian masyarakat saat pelaksanaan dan kunjungan berikutnya.



Gambar 5. Penyampaian Informasi Oleh Kader Kepada Ibu Hamil Tentang 1000 HPK

## KESIMPULAN DAN SARAN

### a. Kesimpulan

1. Adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman kader posyandu 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

1. Perlunya evaluasi lanjut oleh pihak terkait terhadap program 1000 hari pertama kehidupan pada ibu hamil.
2. Perlunya kegiatan lanjutan berupa pelatihan sejenis yang selenggarakan untuk meningkatkan kesejahteraan ibu hamil.

## 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. Selanjutnya kami ucapkan juga terima kasih kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Makassar dan Kepala Puskesmas Cendrawasih Makassar yang telah memfasilitasi sehingga kegiatan kami dapat berjalan dengan lancar. Ucapan terima kasih kepada Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat yang telah memfasilitasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang kami laksanakan.

## REFERENSI

1. Rahayu Atika, dkk. 2018. Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. Yogyakarta: Penerbit CV Mine.
2. Kementerian Sosial Republik Indonesia. 2015. 1000 Hari Pertama Kehidupan Penentu Ribuan Hari Berikutnya. Tangerang Selatan: Wahana Visi Indonesia. Diakses 18 Maret 2021, <http://wvindonesia.org/images/article/4141/Aksi%20Gizi%20Booklet.pdf>
3. Notoatmodjo S. 2017. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta (ID): Rineksa Cipta
4. Kementerian Sosial Republik Indonesia. 2015. 1000 Hari Pertama Kehidupan Penentu Ribuan Hari Berikutnya. Tangerang Selatan: Wahana Visi Indonesia. Diakses 18 Maret 2021, <http://wvindonesia.org/images/article/4141/Aksi%20Gizi%20Booklet.pdf>

5. Rosha, B.C dkk, 2016. Rosha BC, Sari K, SP Indri Y, Amaliah N, Utami NH. Peran intervensi gizi spesifik dan sensitive dalam perbaikan masalah gizi balita Kota Bogor. *Buletin Penelitian Kesehatan*. Vol.44 (2); 127-138
6. Riskesdas. 2018. Hasil utama riskesdas 2018. [http://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](http://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf)
7. Kementerian Kesehatan RI. 2015. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA.
8. Mutiara Ramadhan, 2017. *Hubungan Pengetahuan 1000 Hari Pertama Kehidupan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe. Universitas Air Langga*. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/62175>. Diakses 19 Juli 2019.
9. Dian Nurlaela, dkk. 2018. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Kartu Cinta Anak Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Meningkatkan Pengetahuan Pasangan Calon Pengantin di KUA Kecamatan Jatinangor. *Jkesvo (Jurnal Kesehatan Vokasional)* <http://journal.ugm.ac.id/jkesvo>. Diakses 25 Juli 2019.
10. Shofiyyatunnisaak, dkk. 2016. Hubungan perilaku ibu tentang 1000 hari pertama kehidupan dengan status gizi baduta di wilayah pedesaan. <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/86770>. Diakses 25 Juli 2019.
11. Husnah. (2017). Nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17, 179–183.
12. Saudia dan Anggraini (2018), tentang pemantauan 1000 hari pertama kehidupan dalam rangka pencegahan stunting melalui pelatihan kader kesehatan di Desa Menemeng wilayah kerja Puskesmas Bagu Kecamatan Pringgarata Kabupaten
13. Rahayu Atika, dkk. 2018. Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. Yogyakarta: Penerbit CV Mine.
14. Kementerian Sosial Republik Indonesia. 2015. 1000 Hari Pertama Kehidupan Penentu Ribuan Hari Berikutnya. Tangerang Selatan: Wahana Visi Indonesia. Diakses 18 Maret 2021, <http://wvindonesia.org/images/article/4141/Aksi%20Gizi%20Booklet.pdf>
15. Notoatmodjo S. 2017. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta (ID): Rineksa Cipta
16. Kementerian Sosial Republik Indonesia. 2015. 1000 Hari Pertama Kehidupan Penentu Ribuan Hari Berikutnya. Tangerang Selatan: Wahana Visi Indonesia. Diakses 18 Maret 2021, <http://wvindonesia.org/images/article/4141/Aksi%20Gizi%20Booklet.pdf>
17. Rosha, B.C dkk, 2016. Rosha BC, Sari K, SP Indri Y, Amaliah N, Utami NH. Peran intervensi gizi spesifik dan sensitive dalam perbaikan masalah gizi balita Kota Bogor. *Buletin Penelitian Kesehatan*. Vol.44 (2); 127-138
18. Riskesdas. 2018. Hasil utama riskesdas 2018. [http://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](http://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf)
19. Kementerian Kesehatan RI. 2015. Rencana Strategis Kementerian Kesehatan tahun 2015-2019. Jakarta: Direktorat Jenderal Bina Gizi dan KIA.
20. Mutiara Ramadhan, 2017. *Hubungan Pengetahuan 1000 Hari Pertama Kehidupan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe. Universitas Air Langga*. <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/62175>. Diakses 19 Juli 2019.
21. Dian Nurlaela, dkk. 2018. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Kartu Cinta Anak Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Meningkatkan Pengetahuan Pasangan Calon Pengantin di KUA Kecamatan Jatinangor. *Jkesvo (Jurnal Kesehatan Vokasional)* <http://journal.ugm.ac.id/jkesvo>. Diakses 25 Juli 2019.
22. Shofiyyatunnisaak, dkk. 2016. Hubungan perilaku ibu tentang 1000 hari pertama kehidupan dengan status gizi baduta di wilayah pedesaan. <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/86770>. Diakses 25 Juli 2019.
23. Husnah. (2017). Nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17, 179–183.
24. Saudia dan Anggraini (2018), tentang 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. [file:///D:/PENELITIAN%20DAN%20PENGMAS%20DOSEN/PENGMAS%202021/PEMANTAUAN 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DALAM RANGK.pdf](file:///D:/PENELITIAN%20DAN%20PENGMAS%20DOSEN/PENGMAS%202021/PEMANTAUAN%201000%20HARI%20PERTAMA%20KEHIDUPAN%20DALAM%20RANGK.pdf). Di akses 20 Maret 2020

25. Mutiara Ramadhan, 2017. *Hubungan Pengetahuan 1000 Hari Pertama Kehidupan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe. Universitas Air Langga.* <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/62175>. Diakses 19 Juli 2019.
26. Shofiyatunnisaak, dkk. 2016. Hubungan perilaku ibu tentang 1000 hari pertama kehidupan dengan status gizi baduta di wilayah pedesaan. <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/86770>. Diakses 25 Juli 2019.
27. Husnah. (2017). Nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17, 179–18.