

## EDUKASI PERSIAPAN 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN (HPK) PADA REMAJA SEBAGAI UPAYA PENCEHAGAN STUNTING SEJAK DINI DI SMA NEGERI 1 MOYO UTARA

Fitri Setianingsih<sup>1\*</sup>, Galuh Permatasari<sup>2</sup>, Luh Putu Sriyuliasuti<sup>3</sup>, Ana Lestari<sup>4</sup>, Yunita Lestari<sup>5</sup>  
<sup>1,2,3,4,5</sup> Program Studi D3 Kebidanan, STIKES Griya Husada Sumbawa  
[fitrisetianingsih.stikesghs@gmail.com](mailto:fitrisetianingsih.stikesghs@gmail.com)

### ABSTRAK

Stunting menjadi salah satu masalah gizi utama di dunia hingga saat ini yang berdampak fatal. Stunting mengakibatkan hal yang cukup serius dampaknya meningkatnya angka morbiditas dan mortalitas, terganggunya perkembangan kognitif, motorik, verbal menurun, meningkatnya biaya kesehatan, peningkatan resiko penyakit tidak menular, peforma belajar yang menurun pada masa anak sekolah, dan stunting dapat mengurangi kreatifitas pada saat dewasa. Kemenkes No. 39 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga menyebutkan salah satu upaya menurunkan prevelensi stunting yaitu intervensi pada 1000 HPK. Periode 1000 hari pertama kehidupan merupakan golden age sehingga saat periode ini konsumsi gizi sangat penting karena merupakan masa paling kritis untuk perkembangan fisik dan kognitif anak. Remaja sebagai agent of change di masyarakat juga dapat memberikan sumbang saran dan mendukung program-program pemerintah dalam upaya pencegahan stunting terkait dengan percepatan penurunan stunting. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan remaja konsep 1000 HPK, dampak kekurangan gizi masa 1000 HPK, kebutuhan gizi seimbang pada remaja putri. Dari kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi ini menunjukkan peningkatan pemahaman remaja tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan, dampak dari kekurangan gizi pada 1000 HPK serta pentingnya pemenuhan gizi yang baik dan seimbang pada masa remaja.

**Kata Kunci:** Remaja putri, 1000 hpk, gizi, stunting, pengetahuan.

### ABSTRACT

*Stunting is one of the main nutritional problems in the world today which has fatal consequences. Stunting causes quite serious impacts, increasing morbidity and mortality rates, disrupting cognitive, motoric and verbal development, increasing health costs, increasing the risk of non-communicable diseases, decreased learning performance during school children, and stunting can reduce creativity in adulthood. Ministry of Health No. 39 of 2016 concerning Implementation of the Healthy Indonesia Program with a Family Approach states that one of the efforts to reduce the prevalence of stunting is intervention at 1000 HPK. The period of the first 1000 days of life is the golden age, so during this period nutritional consumption is very important because it is the most critical period for children's physical and cognitive development. Teenagers as agents of change in society can also provide suggestions and support government programs in efforts to prevent stunting related to accelerating stunting reduction. The aim of this community service activity is to increase teenagers' knowledge of the 1000 HPK concept, the impact of malnutrition during the 1000 HPK period, the need for balanced nutrition in young women. This community service activity shows that this educational activity shows an increase in teenagers' understanding of the importance of the first 1000 days of life, the impact of malnutrition in the 1000 HPK and the importance of providing good and balanced nutrition during adolescence.***Keywords:** Young women, 1000 hpk, nutrition, stunting, knowledge

## PENDAHULUAN

Stunting menjadi salah satu masalah gizi utama di dunia hingga saat ini yang berdampak fatal. Stunting mengakibatkan hal yang cukup serius yaitu meningkatnya angka mordibitas dan mortalitas, terganggunya perkembangan kognitif, motorik, verbal menurun, meningkatnya biaya kesehatan, peningkatan resiko penyakit tidak menular, peforma belajar yang menurun pada masa anak sekolah, dan stunting dapat mengurangi kreatifitas pada saat dewasa (1,2).

Asia menyumbang setengah dengan persentase (55%) dari jumlah balita yang menderita stunting di dunia. Indonesia sendiri tercatat sebagai negara penyumbang prevalensi stunting urutan ketiga di Asia Tenggara. Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan prevalensi balita stunting di Indonesia tahun 2019 mengalami penurunan dibandingkan 2018, yaitu dari 30,8% menjadi 27,7% (3). Angka persentase stunting di Indonesia masih tinggi meskipun mengalami penurunan, karena masih jauh dari nilai standar WHO yang seharusnya di bawah 20% (4). Target stunting dari *Sustainable Development Goals* (SDGs) adalah menghapuskan semua bentuk kekurangan gizi, termasuk stunting dan wasting pada anak di bawah usia 5 tahun, pada tahun 2030.

Kejadian stunting di NTB mencapai angka

33,49 %. Berdasarkan input data lewat sistem aplikasi elektronik pencatatan dan pelaporan gizi berbasis masyarakat (e-PPGBM) tahun 2021, angka stunting di NTB mencapai 21,43 %. Berdasarkan temuan terbaru data e-PPGBM per 4 Juli 2022, kasus stunting di NTB menjadi 18,88 %. Hal tersebut setara dengan 81.015 penderita (5).

Prevalensi stunting di Kabupaten Sumbawa pada tahun 2023 sebanyak 8,11%. Meski tergolong rendah, tetapi kasus stunting masih ada terutama di Kecamatan Labuhan Badas yaitu pada wilayah kerja UPT. Puskesmas Kecamatan Labuhan Badas Unit 1 dengan prevalensi rendah yaitu 5,2 % namun jumlah absolut tinggi sebanyak 103 anak sehingga sangat perlu diwaspadai dengan melihat faktor penyebab di daerah tersebut yang merupakan salah satu daerah lokasi lokus stunting selama 4 tahun berturut-turut dan sampai sekarang belum keluar dari data lokus di Kabupaten Sumbawa (6).

Kemenkes No. 39 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga menyebutkan salah satu upaya menurunkan prevelensi stunting yaitu intervensi pada 1000 HPK. Periode 1000 hari pertama kehidupan merupakan golden age sehingga saat periode ini konsumsi gizi sangat penting karena merupakan masa paling kritis untuk perkembangan fisik dan kognitif anak. Selama

tahap remaja dan sebagai calon ibu, intervensi dapat dilakukan untuk mencegah dampak stunting. Pengetahuan yang cukup tentang 1000 HPK dan remaja yang dididik mengenai masalah stunting sejak dini diharapkan berdampak pada perubahan sikap terhadap pencegahan stunting sehingga terjadi penurunan angka kejadian stunting (7). Remaja sebagai agent of change di masyarakat juga dapat memberikan sumbang saran dan mendukung program-program pemerintah dalam upaya pencegahan stunting terkait dengan percepatan penurunan stunting (8). Pengetahuan remaja merupakan factor penting yang mempengaruhi sikap dalam pencegahan stunting sejak dini. Pengetahuan yang didasarkan dengan pemahaman akan menumbuhkan sikap positif dalam upaya pencegahan stunting. Kurniati dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan sikap dengan kejadian stunting pada anak yang dilahirkannya. Selama ini upaya meningkatkan pengetahuan tentang stunting hanya difokuskan pada ibu hamil atau ibu yang sudah memiliki bayi, padahal untuk mempersiapkan generasi yang berkualitas dimulai sebelum hamil, maka upaya promosi yang dapat dilakukan untuk mencegah stunting ditujukan kepada remaja tentang persiapan 1000 hari pertama kehidupan (HPK) dalam upaya pencegahan stunting (9).

## **METODE**

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui edukasi dengan tujuan memberikan pemahaman kepada remaja tentang pentingnya mempersiapkan sejak dini kebutuhan apa saja yang penting pada 1000 hari peratama kehidupan materi yang diberikan diantaranya konsep 1000 HPK, dampak kekurangan gizi masa 1000 HPK, kebutuhan gizi seimbang pada remaja putri. Materi ini diberikan dengan harapan agar remaja putri memiliki pengetahuan yang baik terkait pentingnya 1000 HPK dan pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada masa remaja untuk menyambut 1000 HPK sehingga remaja sejak dini menjadi pemutus rantai kajadian stunting dimasa depan. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 9 bulan Januari 2025. Sasaran pengabdian ini adalah remaja putri yang merupakan siswa SMA N 1 Moyo Utara. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di ruang AULA SMA N 1 Moyo Utara.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan edukasi persiapan 1000 hari pertama kehidupan (HPK) pada remaja sebagai upaya pencehagan stunting sejak dini dilaksanakan sebagai bentuk pengabdian masyarakat dosen STIKES

Griya Husada Sumbawa dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan tinggi. Dari kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi ini menunjukkan peningkatan pemahaman remaja tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan, dampak dari kekurangan gizi pada 1000 HPK serta pentingnya pemenuhan gizi yang baik dan seimbang pada masa remaja. Hal ini terlihat dari keaktifan remaja putri dalam sesi tanya jawab dan mengajukan pertanyaan-pertanyaan yang sangat bagus dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mereka khususnya terkait makanan seimbang bagi remaja. Karena, dengan memahami pentingnya nutrisi yang baik kita dapat lebih jelas melihat bagaimana hal itu berdampak pada kesehatan jangka panjang. dengan begitu diharapkan remaja dapat membuat pilihan yang lebih sehat dalam hal diet dan nutrisi.



Gambar 1: Penyuluhan

## **SIMPULAN**

Berdasarkan uraian yang sudah dijelaskan sebelumnya maka dapat di simpulkan bahwa kegiatan pengabdian kepada masyarakat yaitu edukasi persiapan 1000 hari pertama kehidupan (HPK) pada remaja sebagai upaya pencegahan stunting sejak dini yang telah dilakukan dapat memberikan peningkatan pengetahuan dan pemahaman pada remaja putri tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan disiapkan sejak dini sebagai upaya pencegahan stunting pada hgenerasi selanjutnya. Dengan adanya edukasi ini harapannya informasi ini dapat disebarluaskan oleh remaja putri kepada keluarga dan teman sebaya lainnya Sehingga upaya pencegahan stunting menjadi tanggungjawab bersama.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kami ucapkan kepada Terimaka Kasih Kepada pihak yang terlibat dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini yakni LPPM STIKES Griya Husada Sumbawa, Pihak SMA N 1 Moyo Utara serta jajarannya, teman-teman anggota pengabdian kepada masyarakat yang telah bersedia membantu dalam proses kegiatan pengabdian kepada masyarakat, para siswi SMA N 1 Moyo

Utara yang telah antusias dalam mengikuti edukasi sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan baik.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Fitriani, Barangkau, Masrah Hasan, Ruslang, Eka Hardianti, Khaeria, et al. Cegah Stunting Itu Penting! J Pengabdian Kpd Masy Sosiosaintifik. 2022;4(2):63–7.
2. Mustikasari Kurnia Pratama R, Yugi Antari G, Mustika Handayani A, Permatasari G, Sri Yuliasuti LP. Pengaruh Penyuluhan Gizi Seimbang Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja. J Mutiara Kesehat Masy. 2022;7(2):144–50.
3. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2021. Pusdatin.Kemkes.Go.Id. 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
4. UNICEF Indonesia. Laporan Tahunan Indonesia 2022 [Internet]. UNICEF Laporan Tahunan Indonesia 2022. 2022. p. 6. Available from: [https://www.unicef.org/indonesia/id/Laporan\\_Tahunan\\_UNICEF\\_Indonesia\\_2022.pdf](https://www.unicef.org/indonesia/id/Laporan_Tahunan_UNICEF_Indonesia_2022.pdf)
5. Wahyudin. Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat 2022 [Internet]. Mataram; 2023.
6. Dinas Kesehatan Kabupaten Sumbawa. Rekapitulasi PWSIBU-Kabupaten Sumbawa. Praya; 2021.
7. Antari GY, Nudhira U. Analisis Faktor Risiko Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III. Ahmar Metastasis Heal J. 2021;1(3):85–91.
8. Kinanti BMIM, Marlina Y, Suwanti S. Pengaruh Penyuluhan Menggunakan Media Leaflet Tentang Stunting Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri. J Midwifery Updat. 2022;4(1):9.
9. Kurniati S, Suangga F, Agusthia M. Pengaruh Endorfin Massage Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Ibu Bersalin Kala I di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Topaya. J Nurs Updat [Internet]. 2023;14(1):236–42.