

Edukasi Cegah Stunting Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Pada Kelas Ibu Hamil

Rochmawati¹, Sri Rahayu Ningsih², Febriyanti Zulyani³, Sri Mukti Suhartini⁴

¹Program Studi Pendidikan Profesi Bidan

^{2,3,4}Program Studi Kedokteran Universitas Gunadarma

Email korespondensi : ramadhan.rochmawati@gmail.com

ABSTRAK

Stunting masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia dengan prevalensi mencapai 37% pada anak balita. Permasalahan ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik tetapi juga perkembangan kognitif anak. Pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil, kader kesehatan, dan dukun beranak tentang pencegahan stunting pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) di Desa Cibentang, Kabupaten Bogor. Kegiatan menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif dengan melibatkan 35 peserta yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Materi edukasi disampaikan melalui kombinasi ceramah interaktif, diskusi kelompok, demonstrasi, dan simulasi dengan didukung booklet "Gizi Seimbang untuk 1000 HPK" yang telah terdaftar HKI. Evaluasi dilakukan secara lisan dan menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting. Penggunaan booklet sebagai media pembelajaran terbukti efektif dalam mendukung proses transfer pengetahuan. Keterlibatan kader kesehatan dan dukun beranak yang memiliki kedekatan dengan masyarakat menjadi strategi efektif untuk keberlanjutan program. Fokus pada periode 1000 HPK merupakan intervensi cost-effective mengingat masa kritis dalam perkembangan anak. Keberlanjutan program dirancang melalui pengaktifan kembali kelas ibu hamil dengan tema pengolahan makanan kaya nutrisi berbasis kearifan lokal. Diharapkan kegiatan ini dapat mendorong perubahan perilaku positif dan berkontribusi pada penurunan prevalensi stunting di Desa Cibentang.

Kata kunci: stunting, 1000 hari pertama kehidupan, edukasi gizi, ibu hamil, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Stunting remains a public health challenge in Indonesia with a prevalence reaching 37% among children under five. This problem impacts not only physical growth but also cognitive development. This community service aimed to increase knowledge and awareness among pregnant women, health cadres, and traditional birth attendants about stunting prevention during the First 1000 Days of Life in Cibentang Village, Bogor Regency. The activity employed an educative-participatory approach involving 35 participants selected through purposive sampling. Educational materials were delivered through interactive lectures, group discussions, demonstrations, and simulations, supported by a "Balanced Nutrition for the First 1000 Days" booklet registered with intellectual property rights. Verbal evaluation showed significant improvement in participants' knowledge regarding stunting prevention. The booklet proved effective as a learning medium in supporting knowledge transfer. The

involvement of health cadres and traditional birth attendants who have close relationships with the community became an effective strategy for program sustainability. Focusing on the First 1000 Days of Life represents a cost-effective intervention considering this critical period in child development. Program sustainability was designed through reactivation of pregnant women classes with themes on processing nutrient-rich foods based on local wisdom. This activity is expected to encourage positive behavioral changes and contribute to reducing stunting prevalence in Cibentang Village.

Keywords: *stunting, first 1000 days of life, nutrition education, pregnant women, community service*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan permasalahan gizi yang masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini didefinisikan sebagai status gagal tumbuh pada anak yang dicirikan dengan penilaian antropometri tinggi badan menurut umur kurang dari minus dua standar deviasi berdasarkan standar pertumbuhan yang ditetapkan oleh World Health Organization (WHO) (Abeway et al., 2018). Data menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Indonesia masih tinggi, yaitu sekitar 37% (hampir 9 juta) anak balita mengalami stunting berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2013, menjadikan Indonesia sebagai negara dengan prevalensi stunting kelima terbesar di dunia. Permasalahan stunting bukan hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga pada perkembangan kognitif anak. Ekholuenetale et al. (2020) menyatakan bahwa dampak jangka pendek stunting meliputi penurunan perkembangan otak, kecerdasan, pertumbuhan fisik, dan metabolisme tubuh yang tidak normal. Hal ini diperkuat oleh penelitian Arini et al. (2019) yang menemukan adanya korelasi antara tingkat stunting dan perkembangan anak, di mana anak dengan stunting ringan sebanyak 76,7% mengalami keterlambatan perkembangan kognitif, sementara anak dengan stunting berat sebanyak 92,9% mengalami keterlambatan. Sebesar 73,1% anak stunting tidak mampu menyebutkan jenis warna, membedakan ukuran benda, menyebutkan jenis kelamin, atau memasang gambar yang dikenal. (Manggala et al., 2018) menjelaskan bahwa penurunan status gizi mendahului pengaruh asupan zat gizi terhadap gangguan tumbuh kembang anak, yang menyebabkan anak tidak memiliki pengalaman stimulasi otak yang baik, sehingga berdampak pada kecerdasan dan perkembangan anak secara keseluruhan.

Pencegahan stunting perlu dilakukan sejak dini, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Periode ini dimulai sejak janin dalam kandungan hingga anak berusia 2 tahun dan merupakan periode kritis dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. (Rahayu, 2018) menjelaskan bahwa status gizi ibu selama kehamilan tidak hanya memengaruhi kesehatan ibu tetapi juga pertumbuhan dan perkembangan janin yang dikandungnya hingga anak dewasa. Kebutuhan nutrisi ibu hamil meningkat signifikan, di antaranya kebutuhan protein hingga 68%, asam folat 100%, kalsium 50%, dan zat besi 200-300%. Pemenuhan nutrisi tersebut harus mencakup enam kelompok makanan utama: (1) makanan yang mengandung protein (hewani dan nabati), (2) susu dan

olahannya, (3) roti dan bebijian, (4) buah dan sayur kaya vitamin C, (5) sayuran berwarna hijau tua, dan (6) buah dan sayur lainnya. Ibu hamil dengan kondisi kurus atau mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) memerlukan perhatian khusus berupa pemberian makanan tambahan. Kemenkes RI (2018) dalam Atikah (2018) menekankan pentingnya pemberian tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan dan menjaga kesehatan ibu untuk menghindari sakit yang dapat memengaruhi pertumbuhan janin. Setelah bayi lahir, praktik pemberian ASI eksklusif sampai usia 6 bulan merupakan langkah penting dalam pencegahan stunting. ASI mengandung nutrisi mikro dan makro, termasuk protein dan kolostrum yang mampu meningkatkan sistem kekebalan tubuh bayi (Kemenkes RI, 2018).

Pada usia 6 bulan, bayi mulai diperkenalkan dengan Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang harus memperhatikan kandungan gizi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Kemenkes RI (2018) menekankan bahwa kualitas nutrisi lebih penting daripada harga, dan kegagalan memberikan nutrisi yang cukup selama fase 1000 HPK dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan dari bayi hingga dewasa. Upaya penurunan kejadian stunting memerlukan pendekatan komprehensif, salah satunya melalui perubahan perilaku masyarakat. Program penyuluhan, edukasi, dan pemberdayaan masyarakat menjadi intervensi penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu tentang pemenuhan nutrisi selama kehamilan hingga periode 1000 HPK. Di Desa Cibentang, Kecamatan Ciseeng, Kabupaten Bogor, permasalahan utama yang dihadapi adalah masih rendahnya pengetahuan ibu hamil dan keluarga tentang nutrisi selama kehamilan dan nutrisi bagi anak dalam periode 1000 HPK. Mengacu pada permasalahan tersebut, Program Studi Kebidanan Universitas Gunadarma melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa sosialisasi "Edukasi Cegah Stunting Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)" di kelas ibu hamil.

Kegiatan sosialisasi yang dilaksanakan dengan dukungan Bidan Desa Cibentang ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya ibu hamil, kader kesehatan, dan keluarga tentang pentingnya pengetahuan dan pemenuhan nutrisi ibu hamil dan anak dalam masa 1000 HPK. Kegiatan ini mencakup penyampaian materi oleh narasumber dari Tim Kebidanan dan Kedokteran kepada 30 orang ibu hamil dan kader kesehatan. Materi yang disampaikan meliputi penjelasan tentang konsep 1000 HPK, dampak kekurangan gizi pada periode emas, kebutuhan nutrisi ibu hamil, cara memenuhi kebutuhan gizi anak pada periode 1000 HPK, jenis nutrisi untuk ibu hamil dan anak, serta praktik mencuci tangan yang benar. Setelah penyampaian materi, peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi dengan narasumber, sehingga terjadi pertukaran informasi dan pengalaman yang bermanfaat untuk meningkatkan pemahaman peserta. Kegiatan ini juga dilengkapi dengan pembagian cinderamata bagi peserta yang aktif selama sesi berlangsung, sebagai bentuk apresiasi dan motivasi. Metode edukasi interaktif seperti ini diharapkan dapat meningkatkan efektivitas penyampaian informasi dan mendorong perubahan perilaku positif dalam pencegahan stunting.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan implementasi dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya dalam aspek pengabdian kepada

masyarakat. Melalui kegiatan ini, Program Studi Kebidanan Universitas Gunadarma turut berkontribusi dalam upaya nasional untuk mengurangi prevalensi stunting di Indonesia, khususnya di wilayah Desa Cibentang. Dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya nutrisi pada periode 1000 HPK, diharapkan dapat terjadi perubahan perilaku yang akan berdampak pada penurunan angka kejadian stunting dan peningkatan kualitas kesehatan ibu dan anak. Artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan kegiatan edukasi pencegahan stunting sejak 1000 HPK di kelas ibu hamil Desa Cibentang dan menganalisis efektivitasnya dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta tentang pentingnya nutrisi selama kehamilan dan pada periode 1000 HPK. Hasil kegiatan ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pengembangan program intervensi serupa di wilayah lain untuk mendukung upaya penurunan prevalensi stunting di Indonesia.

METODE

Desain dan Pendekatan Pengabdian Masyarakat

Pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif dengan desain kegiatan intervensi komunitas melalui sosialisasi dan edukasi kesehatan. Fokus kegiatan adalah peningkatan pengetahuan dan kesadaran pemenuhan nutrisi pada ibu hamil dan anak dalam masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai upaya pencegahan stunting. Kegiatan ini dirancang sebagai implementasi pelayanan kepada masyarakat (Abdimas) yang dilaksanakan oleh tim dosen Program Studi Kebidanan dan Kedokteran Universitas Gunadarma bersama mahasiswa kebidanan. Metode edukatif-partisipatif dipilih karena mampu mengoptimalkan partisipasi aktif peserta dalam proses pembelajaran dan memungkinkan terjadinya transfer pengetahuan yang efektif (Kemenkes RI, 2020). Pendekatan ini memungkinkan terjadinya interaksi dua arah antara fasilitator dengan peserta, sehingga materi edukasi dapat diserap dengan lebih baik dan relevan dengan kebutuhan sasaran.

Responden dan Sasaran Pengabdian

Responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 35 orang yang terdiri dari:

1. Ibu hamil (25 orang) yang sedang mengikuti Kelas Ibu Hamil di Desa Cibentang
2. Kader kesehatan (7 orang) yang bertugas di wilayah Desa Cibentang
3. Dukun beranak (3 orang) yang masih aktif melayani persalinan di wilayah tersebut

Pemilihan responden dilakukan dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi sebagai berikut:

- Ibu hamil: trimester berapa pun, berdomisili di Desa Cibentang, dan bersedia mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir

- Kader kesehatan: aktif minimal 1 tahun terakhir di Desa Cibentang
- Dukun beranak: masih aktif praktik dan bersedia berkolaborasi dengan tenaga kesehatan

Pemilihan tiga kelompok responden ini didasarkan pada pertimbangan bahwa pencegahan stunting memerlukan kolaborasi berbagai pihak yang berperan dalam periode 1000 HPK, terutama kelompok yang memiliki pengaruh terhadap perilaku gizi ibu hamil. Jumlah responden yang mencapai 35 orang dinilai optimal untuk memungkinkan terjadinya diskusi interaktif dan transfer pengetahuan yang efektif.

Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

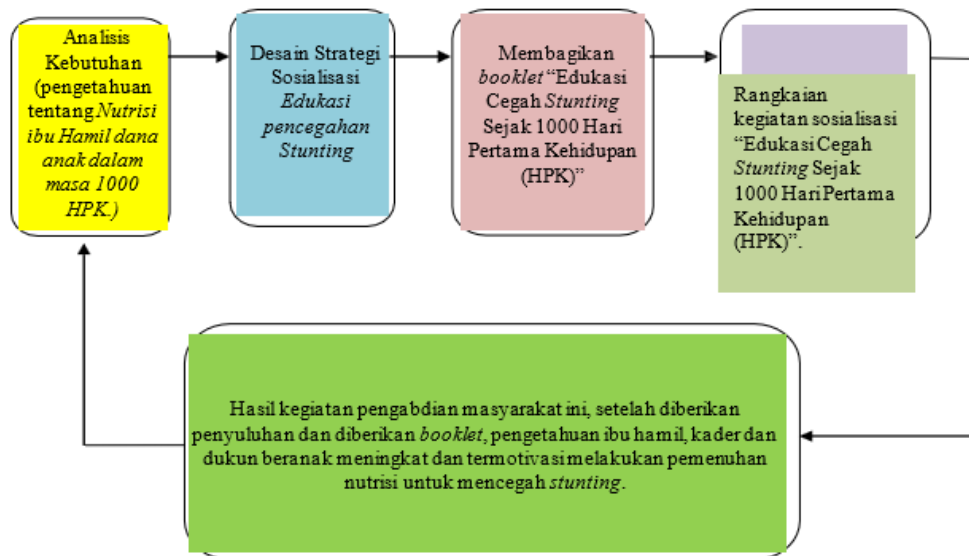
Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Balai Desa Cibentang, Kecamatan Ciseeng, Kabupaten Bogor, Jawa Barat. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada hasil studi pendahuluan yang menunjukkan bahwa Desa Cibentang memiliki angka stunting yang masih tinggi yaitu sebesar 24,3% pada tahun 2023, serta memiliki akses pelayanan kesehatan yang masih terbatas (Data Puskesmas Ciseeng, 2023).

Kegiatan dilaksanakan dalam kurun waktu 3 bulan (Februari-April 2024) dengan rangkaian sebagai berikut:

- Koordinasi dan analisis kebutuhan: Februari 2024 (minggu ke-1 dan ke-2)
- Persiapan materi dan media edukasi: Februari 2024 (minggu ke-3 dan ke-4)
- Pelaksanaan edukasi: Maret 2024 (minggu ke 1-2)
- Evaluasi dan tindak lanjut: Maret-April 2024

Proses Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Sesuai dengan rancangan metodologi, proses pelaksanaan pengabdian masyarakat ini mengikuti alur yang sistematis sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 1.



Berdasarkan alur pada Gambar 1, pelaksanaan pengabdian masyarakat ini melalui tahapan-tahapan sebagai berikut:

1. Koordinasi dengan Pihak Terkait

Tahap awal dilakukan koordinasi dengan berbagai pihak terkait meliputi:

- Kepala Desa Cibentang untuk mendapatkan izin pelaksanaan kegiatan
- Bidan koordinator Puskesmas Ciseeng untuk mendapatkan data stunting dan kondisi gizi masyarakat
- Koordinator Kelas Ibu Hamil untuk sinkronisasi jadwal kegiatan
- Ketua kader posyandu untuk mobilisasi peserta

Koordinasi dilakukan melalui pertemuan tatap muka dan komunikasi daring. Pada tahap ini juga dilakukan penandatanganan kesepakatan kerjasama (MoU) antara tim pengabdian masyarakat Universitas Gunadarma dengan Pemerintah Desa Cibentang sebagai bentuk komitmen bersama.

2. Sosialisasi Awal Kegiatan

Sosialisasi awal dilakukan untuk menjelaskan tujuan, manfaat, dan rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat kepada calon peserta. Tim melakukan sosialisasi pada forum pertemuan rutin kader dan kelas ibu hamil yang sudah ada. Pada tahap ini juga dilakukan pendataan awal calon peserta dan penyebaran undangan resmi. Sosialisasi awal ini penting untuk membangun kepercayaan masyarakat dan meningkatkan komitmen partisipasi (Abeway et al., 2018). Metode sosialisasi yang digunakan adalah presentasi singkat dilanjutkan dengan sesi tanya jawab untuk mengklarifikasi berbagai pertanyaan dari calon peserta.

3. Analisis Kebutuhan Mitra

Analisis kebutuhan dilakukan untuk memastikan bahwa materi edukasi sesuai dengan kebutuhan spesifik masyarakat Desa Cibentang. Metode yang digunakan adalah:

- Wawancara dengan 10 ibu hamil sebagai sampel untuk menggali pengetahuan, sikap, dan praktik terkait gizi selama kehamilan
- Diskusi terarah (FGD) dengan 5 kader kesehatan untuk mengidentifikasi tantangan dalam pencegahan stunting di lapangan
- Studi dokumen dari data Puskesmas dan Posyandu terkait status gizi ibu hamil dan balita di Desa Cibentang

Hasil analisis kebutuhan menunjukkan beberapa masalah prioritas, yaitu:

1. Pengetahuan tentang nutrisi selama kehamilan yang masih terbatas
2. Kurangnya pemahaman tentang pentingnya periode 1000 HPK
3. Masih adanya mitos dan kepercayaan yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang
4. Keterbatasan akses terhadap sumber protein berkualitas

Temuan ini kemudian menjadi dasar penyusunan materi edukasi yang lebih kontekstual dengan kebutuhan setempat.

4. Persiapan Pelaksanaan Edukasi

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, tim melakukan persiapan pelaksanaan edukasi yang meliputi:

a. Penyusunan materi edukasi yang disesuaikan dengan karakteristik peserta

- Materi untuk ibu hamil: fokus pada praktik pemenuhan gizi seimbang dan pemantauan berat badan
- Materi untuk kader: fokus pada deteksi dini risiko stunting dan teknik edukasi gizi
- Materi untuk dukun beranak: fokus pada kolaborasi dengan tenaga kesehatan dan dukungan praktik gizi sehat

b. Pengembangan media edukasi

- Booklet "Gizi Seimbang untuk 1000 HPK" sebagai bahan utama
- Alat peraga piring makanan seimbang untuk ibu hamil
- Video edukasi pendek tentang pencegahan stunting

c. Persiapan logistik

- Penyiapan tempat kegiatan yang memadai

- Penyediaan konsumsi yang sesuai dengan prinsip gizi seimbang sebagai contoh praktis
- Penyiapan cinderamata bagi peserta aktif sebagai bentuk apresiasi

Booklet sebagai bahan utama dirancang dengan memperhatikan prinsip komunikasi efektif, yaitu menggunakan bahasa sederhana, ilustrasi yang relevan, dan konten yang praktis untuk diterapkan sehari-hari. Booklet ini kemudian akan didaftarkan sebagai Hak Kekayaan Intelektual sebagai salah satu luaran pengabdian masyarakat.

5. Pelaksanaan Edukasi

Pelaksanaan edukasi "Cegah Stunting Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)" dilakukan dalam dua sesi pertemuan dengan durasi masing-masing 3 jam. Metode penyampaian materi menggunakan kombinasi:

a. Ceramah interaktif (30%)

- Penyampaian konsep dasar stunting dan 1000 HPK
- Penjelasan tentang kebutuhan gizi ibu hamil dan menyusui
- Pengenalan tanda-tanda risiko stunting

b. Diskusi kelompok (25%)

- Pembahasan tentang tantangan pemenuhan gizi seimbang di tingkat rumah tangga
- Identifikasi mitos seputar gizi ibu hamil dan cara mengatasinya
- Perumusan strategi pencegahan stunting berbasis komunitas

c. Demonstrasi (25%)

- Praktik penyusunan menu seimbang untuk ibu hamil
- Demonstrasi pengukuran lingkaran lengan atas (LILA) dan interpretasinya
- Cara pemantauan pertumbuhan bayi dengan benar

d. Simulasi (20%)

- Bermain peran dalam edukasi gizi kepada masyarakat
- Simulasi konseling gizi pada ibu hamil dengan kondisi khusus (KEK, anemia)

Materi disampaikan oleh tim dosen Program Studi Kebidanan dan Kedokteran Universitas Gunadarma yang memiliki kompetensi di bidang gizi dan kesehatan reproduksi. Mahasiswa kebidanan berperan sebagai fasilitator dalam diskusi kelompok dan pendamping saat demonstrasi dan simulasi. Pada akhir kegiatan edukasi, dilakukan evaluasi pemahaman peserta melalui post-test dan pengumpulan komitmen tindak lanjut dari masing-masing peserta. Setiap peserta

menerima booklet "Gizi Seimbang untuk 1000 HPK" dan cinderamata sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi aktif mereka.

6. Penyusunan Laporan dan Publikasi

Setelah seluruh rangkaian kegiatan edukasi selesai, tim melakukan:

- Penyusunan laporan komprehensif kegiatan pengabdian masyarakat
- Penulisan naskah artikel untuk jurnal pengabdian masyarakat
- Pendaftaran Hak Kekayaan Intelektual untuk booklet yang telah dikembangkan

Laporan kegiatan mencakup seluruh tahapan dari perencanaan hingga evaluasi, disertai dengan dokumentasi dan analisis hasil. Naskah artikel dikirimkan ke jurnal pengabdian masyarakat terakreditasi untuk memperluas diseminasi hasil kegiatan.

Bahan dan Instrumen Pengabdian

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, beberapa bahan dan instrumen yang digunakan meliputi:

1. Bahan Utama

- Booklet "Gizi Seimbang untuk 1000 HPK" yang berisi informasi tentang kebutuhan gizi ibu hamil, praktik pemberian makan bayi dan anak, serta pemantauan pertumbuhan.
- Modul pelatihan untuk kader kesehatan tentang deteksi dini risiko stunting.

2. Bahan Pendukung

- Alat peraga piring makanan seimbang untuk ibu hamil
- Form pemantauan berat badan ibu hamil
- Form pemantauan pertumbuhan bayi
- Media edukasi visual (poster, flipchart)
- Cinderamata bagi peserta aktif
- Makanan sehat sebagai contoh praktis gizi seimbang

3. Instrumen Pengabdian

- Kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur pengetahuan peserta
- Formulir evaluasi kepuasan peserta
- Lembar observasi untuk menilai keterlibatan peserta
- Panduan wawancara untuk analisis kebutuhan
- Panduan diskusi kelompok terarah

Penggunaan booklet sebagai bahan utama didasarkan pada penelitian (Arini, 2016) yang menunjukkan bahwa media cetak berupa booklet efektif meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan, terutama jika dilengkapi dengan ilustrasi yang menarik dan bahasa yang mudah dipahami.

Metode Evaluasi

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan untuk mengukur keberhasilan program dan mengidentifikasi area perbaikan. Metode evaluasi yang digunakan meliputi:

1. Evaluasi Proses

- Tingkat partisipasi peserta (kehadiran dan keterlibatan aktif)
- Kesesuaian pelaksanaan dengan rencana (waktu, materi, metode)
- Tanggapan langsung peserta selama kegiatan berlangsung

2. Evaluasi Hasil

- Perubahan pengetahuan peserta (membandingkan skor pre-test dan post-test)
- Tingkat kepuasan peserta terhadap kegiatan (menggunakan kuesioner evaluasi)
- Komitmen tindak lanjut dari peserta (rencana aksi pribadi)

3. Evaluasi Dampak

- Rencana implementasi pengetahuan yang diperoleh (wawancara follow-up 1 bulan setelah kegiatan)
- Perubahan praktik pemberian makan pada ibu hamil (sampel kasus)
- Peningkatan aktivitas kader dalam pemantauan status gizi

Data evaluasi dianalisis secara deskriptif untuk menggambarkan efektivitas kegiatan dan mengidentifikasi aspek yang perlu ditingkatkan pada kegiatan serupa di masa mendatang.

Etika Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini memperhatikan aspek etika sebagai berikut:

1. Semua peserta mendapatkan informasi lengkap tentang tujuan dan proses kegiatan
2. Partisipasi bersifat sukarela tanpa paksaan
3. Data personal peserta dijaga kerahasiaannya
4. Materi edukasi disusun dengan memperhatikan sensitivitas budaya lokal

5. Pemberian cinderamata tidak bersifat mempengaruhi atau memaksa partisipasi

Kegiatan ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Gunadarma dan izin pelaksanaan dari Pemerintah Desa Cibentang.

HASIL PEMBAHASAN

Gambaran Hasil Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa "Edukasi Cegah *Stunting* Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)" telah dilaksanakan di Kelas Ibu Hamil, Desa Cibentang, Kecamatan Ciseeng, Kabupaten Bogor. Program ini merupakan bentuk implementasi tri dharma perguruan tinggi dalam upaya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat, khususnya ibu hamil, kader kesehatan, dan dukun beranak mengenai pencegahan stunting pada periode kritis 1000 hari pertama kehidupan. Kegiatan sosialisasi berlangsung selama 120 menit dengan melibatkan 30 peserta yang berdomisili di wilayah Desa Cibentang. Pelaksanaan kegiatan terbagi dalam tiga sesi utama, yaitu pembukaan, penyampaian materi edukasi, dan penutupan. Materi yang disampaikan dalam kegiatan ini meliputi:

1. Konsep dasar 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)
2. Dampak kekurangan gizi pada periode emas perkembangan anak
3. Kebutuhan nutrisi ibu hamil
4. Strategi pemenuhan kebutuhan gizi anak pada periode 1000 HPK
5. Jenis-jenis nutrisi penting bagi ibu hamil
6. Jenis-jenis nutrisi esensial bagi anak dalam masa 1000 HPK
7. Praktik higiene personal: cara mencuci tangan yang baik dan benar

Untuk mendukung proses edukasi, tim pengabdian masyarakat telah menyediakan media pembelajaran berupa *booklet* berjudul "Edukasi Cegah *Stunting* Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)" yang telah terdaftar dengan nomor HKI EC00202457831. *Booklet* ini berisi informasi komprehensif tentang pencegahan stunting dan panduan praktis yang dapat diterapkan oleh ibu hamil dan keluarga dalam kehidupan sehari-hari.

Pembahasan Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat

Peningkatan Pengetahuan Peserta

Berdasarkan evaluasi lisan yang dilakukan setelah kegiatan sosialisasi, terdapat peningkatan signifikan pada pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting sejak 1000 HPK. Fenomena ini sejalan dengan pendapat (Ivan Armando Nauval, 2022) yang menyatakan bahwa pengetahuan tidak hanya diperoleh dari pendidikan formal tetapi juga dapat dipengaruhi oleh pendidikan non-formal. Pengetahuan dapat diperoleh melalui berbagai sumber informasi seperti media cetak (surat kabar, majalah, jurnal kesehatan), interaksi sosial

(petugas kesehatan, teman), media elektronik (televisi, internet), dan media sosial, serta pengalaman atau kontak dengan lingkungan fisik. Dalam konteks kegiatan pengabdian ini, sosialisasi yang dilakukan oleh tim kebidanan kepada ibu hamil, kader kesehatan, dan dukun beranak merupakan bentuk pendidikan non-formal yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Peningkatan pengetahuan ini sangat krusial mengingat prevalensi stunting di Indonesia masih cukup tinggi, termasuk di wilayah Kabupaten Bogor.

(Elyandri, 2022) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa intervensi edukasi gizi mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting sebesar 25,3%. Sejalan dengan temuan tersebut, hasil evaluasi dalam kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi yang komprehensif dan penggunaan media pembelajaran berupa booklet efektif meningkatkan pemahaman peserta tentang stunting dan pencegahannya.

Efektivitas Media Pembelajaran

Penggunaan *booklet* sebagai media pembelajaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini terbukti efektif dalam mendukung proses transfer pengetahuan. Hal ini sesuai dengan penelitian (Pibriyanti et al., 2023) yang menyatakan bahwa penggunaan media visual seperti booklet dapat meningkatkan retensi informasi hingga 55% dibandingkan metode ceramah tanpa alat bantu visual yang hanya mencapai 30%. *Booklet* "Edukasi Cegah Stunting Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)" yang dikembangkan oleh tim pengabdian masyarakat dirancang secara khusus dengan mempertimbangkan karakteristik sasaran. Konten booklet disusun dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami, dilengkapi dengan ilustrasi menarik serta informasi praktis yang dapat langsung diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Desain booklet yang menarik dan informatif ini berkontribusi pada efektivitas proses pembelajaran.

Menurut (Majid et al., 2022), media edukasi kesehatan yang efektif harus memenuhi kriteria mudah dipahami, menarik, sesuai dengan karakteristik sasaran, dan mengandung informasi yang akurat. *Booklet* yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini telah memenuhi kriteria-kriteria tersebut, sehingga mampu menjadi instrumen yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan peserta.

Peran Kader Kesehatan dan Dukun Beranak

Keterlibatan kader kesehatan dan dukun beranak dalam kegiatan edukasi cegah stunting merupakan strategi yang tepat untuk memastikan keberlanjutan program. Kader kesehatan dan dukun beranak merupakan figur yang memiliki kedekatan dengan masyarakat, khususnya ibu hamil dan keluarga di Desa Cibentang. Dengan meningkatkan pengetahuan mereka tentang stunting dan pencegahannya, diharapkan mereka dapat menjadi agen perubahan yang efektif di lingkungan masyarakat. (Hartini et al., 2023) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa kader kesehatan yang terlatih dapat meningkatkan cakupan program kesehatan ibu dan anak hingga 37% di wilayah pedesaan.

Pemberdayaan kader kesehatan dan dukun beranak dalam pencegahan stunting merupakan strategi efektif mengingat keterbatasan tenaga kesehatan profesional yang tersedia di daerah pedesaan seperti Desa Cibentang.

Dalam kegiatan pengabdian ini, kader kesehatan dan dukun beranak tidak hanya menjadi peserta pasif, tetapi juga didorong untuk berpartisipasi aktif melalui diskusi dan tanya jawab. Pendekatan partisipatif ini bertujuan untuk meningkatkan rasa kepemilikan terhadap program dan memotivasi mereka untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh dalam praktik sehari-hari.

Implementasi Konsep 1000 Hari Pertama Kehidupan

Fokus kegiatan pengabdian pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan strategi yang tepat dalam upaya pencegahan stunting. Periode 1000 HPK, yang meliputi 270 hari selama kehamilan dan 730 hari pada dua tahun pertama kehidupan anak, merupakan periode kritis dalam perkembangan otak dan fisik anak. Kekurangan gizi pada periode ini dapat menyebabkan kerusakan permanen yang sulit dikoreksi pada tahap kehidupan selanjutnya. (Hani, 2025) menegaskan bahwa intervensi pada periode 1000 HPK memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas individu di masa dewasa. Investasi pada periode ini memberikan *rate of return* yang lebih tinggi dibandingkan intervensi pada periode kehidupan lainnya. Oleh karena itu, edukasi yang berfokus pada periode 1000 HPK seperti yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian ini merupakan strategi yang cost-effective dalam pencegahan stunting.

Materi edukasi yang disampaikan dalam kegiatan ini mencakup aspek-aspek penting dalam pencegahan stunting pada periode 1000 HPK, seperti pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil, praktik menyusui eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI yang adekuat, serta praktik higiene dan sanitasi. Cakupan materi yang komprehensif ini bertujuan untuk memberikan pemahaman holistik kepada peserta tentang berbagai faktor yang berkontribusi terhadap stunting.

Praktik Higiene Personal

Salah satu materi penting yang disampaikan dalam kegiatan pengabdian adalah praktik higiene personal, khususnya cara mencuci tangan yang baik dan benar. Praktik higiene yang buruk merupakan salah satu faktor risiko stunting melalui peningkatan kejadian penyakit infeksi seperti diare dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA). Penyakit infeksi berulang dapat mengganggu penyerapan nutrisi dan berkontribusi pada kejadian stunting. Menurut penelitian (Kusumadewi et al., 2025), praktik mencuci tangan dengan sabun dapat mengurangi kejadian diare hingga 47% dan ISPA hingga 23% pada anak balita. Dalam konteks pencegahan stunting, praktik higiene personal yang baik merupakan intervensi sederhana namun efektif untuk memutus mata rantai penyakit infeksi yang dapat mengganggu tumbuh kembang anak.

Dalam kegiatan pengabdian ini, materi higiene personal disampaikan melalui demonstrasi langsung cara mencuci tangan yang baik dan benar sesuai standar WHO. Pendekatan pembelajaran melalui demonstrasi dan praktik langsung ini bertujuan untuk memastikan bahwa peserta tidak hanya memahami teori tetapi juga mampu mempraktikkan dengan benar dalam kehidupan sehari-hari.

Pemanfaatan Potensi Lokal

Meskipun tidak secara eksplisit disebutkan dalam kegiatan yang telah dilaksanakan, rencana tahapan berikutnya yang melibatkan pengolahan makanan kaya nutrisi dari kearifan lokal Desa Cibentang menunjukkan adanya upaya untuk memanfaatkan potensi lokal dalam pencegahan stunting. Pendekatan ini sejalan dengan konsep pembangunan berkelanjutan yang menitikberatkan pada pemanfaatan sumber daya lokal untuk mengatasi permasalahan setempat. Pemanfaatan potensi lokal dalam pencegahan stunting memiliki beberapa keuntungan, antara lain: (1) meningkatkan aksesibilitas masyarakat terhadap sumber pangan bergizi, (2) mendorong kemandirian pangan keluarga, (3) melestarikan kearifan lokal, dan (4) meningkatkan ekonomi masyarakat melalui pemberdayaan potensi lokal.

(Sulistyowati, 2024) dalam penelitiannya menemukan bahwa pemanfaatan pangan lokal dalam program pencegahan stunting dapat meningkatkan status gizi balita sebesar 15,7% dalam waktu 6 bulan intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis kearifan lokal memiliki potensi besar dalam upaya pencegahan stunting.

Luaran dan Dampak Kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah menghasilkan luaran berupa Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dalam bentuk *booklet* berjudul "Edukasi Cegah Stunting Sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)" dengan nomor pendaftaran EC00202457831. *Booklet* ini tidak hanya berfungsi sebagai media edukasi selama kegiatan berlangsung, tetapi juga dapat dimanfaatkan oleh masyarakat Desa Cibentang dan sekitarnya untuk meningkatkan pengetahuan tentang pencegahan stunting dalam jangka panjang (Nurbaeti, 2024). Selain itu, kegiatan pengabdian ini juga telah memberikan dampak berupa peningkatan daya saing sumber daya manusia melalui penambahan wawasan dan pengetahuan tentang pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku positif di masyarakat dalam upaya pencegahan stunting (Prafitri et al., 2023).

Dampak jangka panjang yang diharapkan dari kegiatan pengabdian ini adalah penurunan prevalensi stunting di Desa Cibentang melalui peningkatan praktik pemberian makan yang adekuat, perbaikan pola asuh, dan peningkatan pemanfaatan layanan kesehatan. Untuk mencapai hal tersebut, diperlukan upaya berkesinambungan dan melibatkan berbagai pihak, termasuk pemerintah desa, tenaga kesehatan, kader, tokoh masyarakat, dan keluarga.

Keberlanjutan Program

Untuk memastikan keberlanjutan program pencegahan stunting di Desa Cibentang, tim pengabdian masyarakat telah merencanakan tahapan berikutnya berupa pengaktifan kembali kelas ibu hamil dengan tema-tema lain yang relevan dengan pencegahan stunting. Salah satu tema yang akan diangkat adalah pengolahan makanan kaya nutrisi berbasis kearifan lokal Desa Cibentang. Strategi pengaktifan kembali kelas ibu hamil ini sejalan dengan penelitian Puspitasari dkk. (2021) yang menemukan bahwa kelas ibu hamil yang aktif dan berkelanjutan dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik ibu hamil dalam pencegahan stunting sebesar 42,5%. Pendekatan berbasis komunitas seperti kelas ibu hamil merupakan platform yang efektif untuk transfer pengetahuan dan pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting.

Dokumentasi Kegiatan



Gambar 1. Pembukaan kegiatan sosialisasi oleh ketua tim pengabdian masyarakat



Gambar 2. Penyampaian materi edukasi cegah stunting oleh tim pengabdian masyarakat



Gambar 3. Pembagian cinderamata kepada peserta



Gambar 4. Foto bersama tim pengabdian masyarakat dengan peserta

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi pencegahan stunting sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) di Desa Cibentang telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai pentingnya nutrisi pada periode kritis perkembangan anak. Melalui pendekatan edukatif-partisipatif, kegiatan ini mampu memfasilitasi transfer pengetahuan secara efektif kepada 35 peserta yang terdiri dari ibu hamil, kader kesehatan, dan dukun beranak. Penggunaan booklet sebagai media pembelajaran terbukti efektif dalam mendukung proses edukasi, sebagaimana ditunjukkan oleh peningkatan pemahaman peserta setelah mengikuti kegiatan. Keterlibatan kader kesehatan dan dukun beranak sebagai agen perubahan di masyarakat merupakan strategi yang tepat untuk memastikan keberlanjutan program. Fokus kegiatan pada periode 1000 HPK merupakan intervensi yang cost-effective dalam upaya pencegahan stunting, mengingat periode ini merupakan masa kritis dalam perkembangan otak dan fisik anak. Penekanan pada praktik higiene personal, khususnya cara mencuci tangan yang benar, memberikan pemahaman holistik kepada peserta mengenai faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kejadian stunting. Keberlanjutan program melalui pengaktifan kembali kelas ibu hamil dengan tema pengolahan makanan kaya nutrisi berbasis kearifan lokal diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku positif di masyarakat dan berkontribusi pada penurunan prevalensi stunting di Desa Cibentang dalam jangka panjang.

REFERENSI

- Abeway, S., Gebremichael, B., Murugan, R., Assefa, M., & Adinew, Y. M. (2018). *Stunting and Its Determinants among Children Aged 6 - 59 Months in Northern Ethiopia: A Cross-Sectional Study*. 2018. <https://doi.org/10.1155/2018/1078480>
- Arini, F. A. (2016). *Pengaruh Pelatihan Pemberian MP ASI Kepada Ibu dengan Anak Baduta Di Kecamatan Sukmajaya Kota Depok Terhadap Pengetahuan dan Perilaku Pemberian MP ASI*. 80-89.
- Elyandri, T. G. (2022). *Edukasi Cegah Stunting Pada Ibu Hamil Di Posyandu Cempaka Desa Rancagong*. 1(1), 29-34.
- Hani, U. (2025). *Kelas Ibu Balita Dan Hamil (Lastamil): Integrasi Literasi Kesehatan Dengan Penguatan Support Group System Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Dan Picky Eating*. 15, 689-698.
- Hartini, L., Widiyanti, D., Maigoda, T. C., Yanniarti, S., & Yulyana, N. (2023). *Kehamilan Sehat untuk Cegah Stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)*. Penerbit Nem.
- Ivan Armando Nauval. (2022). *Sosialisasi Program Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Oleh Kkn Universitas Islam Batik Surakarta Di Desa Cetan Kecamatan Ceper Kabupaten Klaten*. 0(02), 168-176.
- Kusumadewi, R. R., Yuliaswati, E., Prabasari, S. N., Kustiyati, S., Kesehatan, F. I., Tengah, J., & Hamil, K. I. (2025). *Upaya pencegahan stunting melalui kelas ibu hamil*. 5(1), 11-18.
- Majid, M., Tharihk, A. J., & Zarkasyi, R. (2022). *Cegah stunting melalui perilaku hidup sehat*. Penerbit NEM.
- Manggala, A. K., Wiswa, K., Kenwa, M., Me, M., Kenwa, L., Agung, A., Dwinaldo, G., Jaya, P., Agung, A., & Sawitri, S. (2018). *Paediatrica Indonesiana*. 58(5), 205-212.
- Nurbaeti, I. (2024). *Edukasi Kesehatan Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Pulau Harapan Kepulauan Seribu, Jakarta*. 7(2), 690-697.
- Pibriyanti, K., Yulianawati, F., Cahyani, A. S., & Sari, A. P. (2023). *Edukasi Kesehatan 1000 HPK Melalui Pendidikan Gizi Ibu Hamil*. 4(3), 2363-2370.
- Prafitri, L. D., Zuhana, N., Budiarto, E., & Widyastuti, W. (2023). *Edukasi Layanan Konvergensi Stunting pada Ibu Hamil*. Penerbit Nem.
- Rahayu, A. (2018). *Study Guide - Stunting Dan Upaya Pencegahannya Bagi Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*.
- Sulistyowati, N. (2024). *Edukasi Kepada Ibu Hamil Dan Ibu Balita Dalam Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Posyandu Anugerah*. 3(01), 9-15.