

EDUKASI 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN SEBAGAI STRATEGI PENVEGAHAN STUNTING DI POSYANDU DESA PALAMPITAN HULU KECAMATAN AMUNTAI TENGAH KABUPATEN HULU SUNGAI UTARA

Ni Made Musiyani Anjasmari¹, Mahdalina², Nike Royalisa Apriliawan³, Anita Sari⁴, Imaniar Fitriani⁵, Anida Nurmiana⁵, Urai Eddi Faisal⁶

Program Studi S1 Administrasi Publk, Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) Amuntai

e-mail: mademuisyani81@gmail.com

Abstrak

Stunting merupakan salah satu permasalahan gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar di berbagai negara berkembang, termasuk Indonesia. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita yang ditandai dengan tinggi badan lebih rendah dari standar usianya akibat kekurangan gizi dalam waktu lama, terutama pada periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif, kemampuan belajar, kerentanan terhadap penyakit, serta produktivitas individu di masa dewasa.

Penyebab stunting bersifat multidimensional, meliputi faktor kurangnya asupan gizi yang memadai, rendahnya pemberian ASI eksklusif, pola asuh yang kurang tepat, terbatasnya akses layanan kesehatan, sanitasi dan kebersihan lingkungan yang buruk, serta faktor sosial ekonomi keluarga. Selain itu, kurangnya pengetahuan orang tua mengenai gizi dan kesehatan ibu-anak juga menjadi faktor pendukung terjadinya stunting. Oleh karena itu, penanganan stunting memerlukan pendekatan yang terintegrasi dan berkelanjutan.

Upaya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui pemenuhan gizi seimbang bagi ibu hamil dan balita, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan, pemberian makanan pendamping ASI yang bergizi, peningkatan akses terhadap layanan kesehatan, perbaikan sanitasi lingkungan, serta edukasi gizi kepada masyarakat. Keterlibatan berbagai pihak seperti pemerintah, tenaga kesehatan, kader posyandu, dan masyarakat sangat diperlukan dalam menekan angka stunting. Dengan upaya yang terkoordinasi, diharapkan prevalensi stunting dapat menurun sehingga tercipta generasi yang sehat, cerdas, dan produktif.

Kata Kunci: Stunting, 1.000 HPK, Pencegahan stunting, kesehatan masyarakat.

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem that remains a major challenge in many developing countries, including Indonesia. Stunting refers to a condition of impaired growth and development in children, characterized by height-for-age below the standard, resulting from long-term

nutritional deficiencies, particularly during the First 1,000 Days of Life (from pregnancy until a child reaches two years of age). This condition not only affects physical growth but also has long-term consequences on cognitive development, learning capacity, immune system function, and productivity in adulthood.

The causes of stunting are multidimensional, including inadequate nutritional intake, low rates of exclusive breastfeeding, improper childcare and feeding practices, limited access to healthcare services, poor sanitation and hygiene, and low socioeconomic status. In addition, insufficient parental knowledge regarding maternal and child nutrition and health contributes significantly to the risk of stunting. Therefore, addressing stunting requires a comprehensive and sustainable approach.

Stunting prevention efforts include ensuring balanced nutrition for pregnant women and children under five, promoting exclusive breastfeeding for the first six months, providing nutritious complementary foods, improving access to healthcare services, enhancing environmental sanitation, and delivering continuous nutrition education to communities. Collaboration among government institutions, healthcare workers, community health volunteers, and families is essential to reduce stunting prevalence. With coordinated and sustained interventions, it is expected that stunting rates can decline, leading to the development of a healthier, smarter, and more productive generation.

Keywords: *stunting, chronic malnutrition, first 1,000 days of life, child health, stunting prevention*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia. Stunting terjadi ketika anak balita mengalami gagal tumbuh panjang/tinggi badan karena kekurangan gizi dalam jangka waktu lama, khususnya pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) — yakni sejak masa kehamilan hingga usia dua tahun. Dampak stunting tidak hanya berupa pertumbuhan fisik yang terhambat, tetapi juga berpengaruh pada perkembangan kognitif, produktivitas, dan kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Permasalahan stunting dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk kurangnya asupan gizi yang adekuat, rendahnya pengetahuan gizi masyarakat, sanitasi lingkungan yang buruk, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan. Oleh karena itu, upaya penanggulangan stunting membutuhkan keterlibatan berbagai pihak, mulai dari pemerintah, tenaga kesehatan, tokoh masyarakat, hingga masyarakat itu sendiri.

Kabupaten Hulu Sungai Utara (HSU) merupakan salah satu wilayah di Provinsi Kalimantan Selatan yang masih menghadapi prevalensi stunting yang relatif tinggi.

Berdasarkan data Survei Status Gizi Indonesia (SGI) tahun 2024, prevalensi stunting di HSU mencapai sekitar 36 %, meningkat dari sekitar 28 % pada tahun sebelumnya. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga balita di wilayah ini mengalami stunting, jauh di atas batas ambang yang ditetapkan oleh pemerintah dan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) untuk status stunting rendah (<20 %).

Melihat besarnya angka stunting di HSU, program-program pencegahan dan penanganan stunting menjadi prioritas utama pemerintah daerah. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilakukan oleh mahasiswa di masyarakat menjadi wahana penting dalam mendukung upaya tersebut melalui berbagai pendekatan, seperti edukasi gizi, penyuluhan pola hidup sehat, pendampingan kepada keluarga dengan balita dan ibu hamil, serta kolaborasi dengan layanan kesehatan setempat.

Situasi ini menunjukkan perlunya intervensi yang terencana, berkelanjutan, dan berbasis pemberdayaan masyarakat untuk menurunkan angka stunting. Melalui KKN, mahasiswa dapat berkontribusi secara langsung dalam rangka mensosialisasikan informasi penting tentang gizi yang tepat, pola asuh sehat, serta langkah-langkah pencegahan stunting yang efektif di tingkat keluarga dan komunitas.

Faktor Penyebab Stunting

Stunting tidak terjadi karena satu penyebab tunggal, melainkan merupakan hasil dari berbagai faktor yang saling berkaitan dan berlangsung dalam jangka waktu lama. Secara umum, faktor penyebab stunting dapat dikelompokkan sebagai berikut:

1. Faktor Gizi

Faktor gizi merupakan penyebab utama stunting. Kekurangan gizi kronis dalam waktu lama dapat menghambat pertumbuhan anak. Hal ini meliputi:

- a. Kekurangan asupan energi dan zat gizi penting
- b. Pola makan tidak seimbang (kurang protein, vitamin, dan mineral)
- c. Tidak memperoleh ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan
- d. Pemberian MP-ASI yang tidak sesuai kualitas, kuantitas, dan frekuensinya

2. Faktor Kesehatan

Kondisi kesehatan ibu dan anak sangat berpengaruh terhadap risiko stunting, antara lain:

- a. Riwayat penyakit infeksi berulang seperti diare, ISPA, dan cacangan

- b. Status imunisasi yang tidak lengkap
- c. Ibu hamil mengalami kekurangan gizi atau anemia
- d. Bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR)

3. Faktor Pola Asuh

Pola asuh orang tua memegang peranan penting dalam tumbuh kembang anak, meliputi:

- a. Kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi dan kesehatan anak
- b. Pola pemberian makan yang kurang tepat
- c. Kurangnya perhatian terhadap kebersihan makanan dan lingkungan anak

4. Faktor Sanitasi dan Lingkungan

Lingkungan yang tidak sehat dapat meningkatkan risiko infeksi dan gangguan pertumbuhan, seperti:

- a. Keterbatasan akses air bersih
- b. Sanitasi yang buruk dan tidak tersedianya jamban sehat
- c. Lingkungan yang kotor dan tidak higienis

5. Faktor Sosial Ekonomi

Kondisi sosial ekonomi keluarga turut memengaruhi risiko stunting, di antaranya:

- a. Pendapatan keluarga yang rendah
- b. Keterbatasan akses terhadap makanan bergizi
- c. Tingkat pendidikan orang tua yang rendah

6. Faktor Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan yang kurang optimal juga berkontribusi terhadap stunting, seperti:

- a. Akses terbatas ke fasilitas kesehatan
- b. Kurangnya pemantauan pertumbuhan anak di posyandu
- c. Edukasi kesehatan dan gizi yang belum optimal

TARGET DAN LUARAN

Target dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Masyarakat peserta Posyandu di Desa Palampitan Hulu Kecamatan Amuntai Tengah, Kabupaten Hulu Sungai

Utara. Sasaran utama kegiatan ini adalah Ibu Hamil serta Ibu Bayi dan Balita, sehingga diperlukan pendampingan dan edukasi yang tepat.

Luaran yang diharapkan dari kegiatan ini adalah Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang stunting, memberikan edukasi gizi seimbang serta Mendukung pencegahan stunting di Desa.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode sosialisasi dengan tema “1000 Hari Pertama Kehidupan” yang dilaksanakan di Posyandu Desa Palampitan Hulu, Kecamatan Amuntai Tengah, Kabupaten Hulu Sungai Utara, Provinsi Kalimantan Selatan. Kegiatan sosialisasi ini diikuti oleh Peserta Posyandu khususnya Ibu hamil serta Ibu yang memiliki Bayi dan Balita.

Pelaksanaan kegiatan menggunakan beberapa metode. Pertama, pemaparan materi mengenai 1000 Hari Kehidupan sebagai pencegahan stunting yang disampaikan secara langsung kepada Ibu-ibu. Kedua, pengumpulan umpan balik melalui sesi tanya jawab sebagai bentuk interaksi antara pemateri dan peserta. Ketiga, implementasi tema kegiatan dilakukan melalui membantu kegiatan posyandu berupa pemeriksaan ibu hamil, pemantauan kelengkapan imunisasi dan lain-lain.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan KKN di Posyandu

Pelaksanaan kegiatan KKN yang berfokus pada pencegahan stunting di Posyandu dilaksanakan melalui beberapa program utama, yaitu edukasi gizi, pendampingan penimbangan balita, serta sosialisasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Kegiatan ini melibatkan kader posyandu, ibu balita, serta ibu hamil di wilayah setempat.

Adapun hasil kegiatan yang diperoleh selama pelaksanaan KKN antara lain:

1. Edukasi Gizi kepada Ibu Balita

Mahasiswa memberikan penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, dan pemberian MP-ASI yang tepat. Kegiatan ini diikuti dengan antusias oleh para ibu, terlihat dari banyaknya pertanyaan dan diskusi yang berlangsung.

2. Pendampingan Penimbangan dan Pengukuran Balita

Mahasiswa membantu kader posyandu dalam proses penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan balita. Dari kegiatan ini, diperoleh data tumbuh kembang

balita yang dapat digunakan untuk pemantauan status gizi.

3. Sosialisasi PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat)

Sosialisasi dilakukan mengenai pentingnya mencuci tangan pakai sabun, menjaga kebersihan lingkungan, dan penggunaan air bersih untuk mencegah penyakit infeksi.

4. Pemberian Media Edukasi

5. Mahasiswa membagikan leaflet atau poster sederhana tentang pencegahan stunting agar informasi dapat dipahami dan diingat oleh masyarakat.

PEMBAHASAN

Kegiatan KKN di Posyandu menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang stunting masih perlu ditingkatkan. Sebagian ibu balita belum memahami secara menyeluruh tentang pentingnya gizi seimbang dan pemberian MP-ASI yang tepat. Hal ini menjadi salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya stunting.

Pendampingan yang dilakukan mahasiswa membantu kader posyandu dalam memperlancar kegiatan pelayanan kesehatan balita. Selain itu, kehadiran mahasiswa juga memberikan motivasi bagi ibu balita untuk rutin datang ke posyandu.

Sosialisasi PHBS memberikan pemahaman kepada masyarakat bahwa kebersihan lingkungan dan perilaku hidup sehat sangat berpengaruh terhadap kesehatan anak. Penyakit infeksi yang sering terjadi akibat sanitasi buruk dapat memperburuk kondisi gizi anak.

Secara umum, kegiatan KKN di Posyandu memberikan dampak positif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pencegahan stunting. Namun, upaya ini perlu dilakukan secara berkelanjutan melalui kerja sama antara kader kesehatan, pemerintah desa, dan masyarakat agar penurunan angka stunting dapat tercapai secara optimal.

DOKUMENTASI KEGIATAN



SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan KKN yang berfokus pada pencegahan stunting di Posyandu, dapat disimpulkan bahwa kegiatan edukasi dan pendampingan yang dilakukan mahasiswa memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta penerapan pola hidup bersih dan sehat (PHBS).

Keterlibatan mahasiswa dalam membantu kegiatan posyandu, seperti penimbangan dan pengukuran balita, juga mendukung pemantauan tumbuh kembang anak secara rutin. Antusiasme ibu balita dalam mengikuti penyuluhan menunjukkan adanya minat dan kepedulian terhadap kesehatan anak.

Namun demikian, masih ditemukan keterbatasan pengetahuan sebagian masyarakat terkait pencegahan stunting, sehingga diperlukan edukasi yang berkelanjutan dan kerja sama antara kader posyandu, tenaga kesehatan, pemerintah desa, dan masyarakat. Dengan upaya bersama dan berkesinambungan, diharapkan angka stunting dapat ditekan dan kualitas kesehatan anak semakin meningkat.

SARAN

Berdasarkan pelaksanaan kegiatan KKN terkait pencegahan stunting di Posyandu, beberapa saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat dan Orang Tua Balita

Diharapkan orang tua lebih memperhatikan pemenuhan gizi anak, memberikan ASI eksklusif, serta rutin membawa anak ke posyandu untuk pemantauan tumbuh kembang.

2. Bagi Kader Posyandu

Kader posyandu diharapkan aktif memberikan edukasi tentang gizi, kesehatan ibu dan anak, serta memotivasi masyarakat untuk rutin mengikuti kegiatan posyandu.

3. Bagi Pemerintah Desa dan Puskesmas

Perlu adanya dukungan berkelanjutan dalam bentuk program edukasi gizi, penyediaan sarana sanitasi, serta peningkatan layanan kesehatan ibu dan anak.

4. Bagi Mahasiswa KKN Selanjutnya

Mahasiswa KKN berikutnya diharapkan dapat melanjutkan program edukasi stunting secara berkesinambungan serta melakukan inovasi program yang menarik agar pesan kesehatan lebih mudah dipahami masyarakat.

Dengan adanya kerja sama dari berbagai pihak, diharapkan upaya pencegahan stunting dapat berjalan optimal dan memberikan dampak positif bagi kesehatan anak di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam pelaksanaan kegiatan ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak Pelaksana Kegiatan Posyandu di Desa Palampitan Hulu yang telah memberikan izin, kesempatan, serta dukungan sehingga kegiatan pengabdian dapat terlaksana dengan baik. Terima kasih juga disampaikan kepada para guru dan siswa-siswi yang telah berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang telah membantu dalam proses persiapan, pelaksanaan, dan penyusunan laporan kegiatan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Mudah-mudahan segala bantuan, kerja sama, dan dukungan yang diberikan dibalas dengan baik. Penulis berharap kegiatan ini bermanfaat bagi semua orang. Ini juga akan membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Proses Pencegahan Stunting di Kabupaten Hulu Sungai Utara.



DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Situasi Balita Pendek (Stunting) di Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Pedoman Pencegahan dan Penanganan Stunting di Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI). Jakarta: Kemenkes RI.
- Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas). (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting. Jakarta: Bappenas.
- World Health Organization (WHO). (2014). Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief. Geneva: WHO.
- UNICEF. (2019). The State of the World's Children: Children, Food and Nutrition. New York: UNICEF.

