

**AKSI CEGAH STUNTING: TINGKATKAN KESEJAHTERAAN MASYARAKAT  
MELALUI EDUKASI 1000 HPK**

Nurul Jannatul Wahidah<sup>1\*</sup>, Riswi Alinda Fatmawati<sup>2</sup>, Tsabita Hanan Mufidah<sup>3</sup>,  
Anjani Nur Azizah<sup>4</sup>, Arina Dinal Haque<sup>5</sup>, Nurul Ismatun Khasanah<sup>6</sup>, Sari  
Oktantri Setiani<sup>7</sup>, Zahra Azizah Amalia<sup>8</sup>

<sup>1-8</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret

Email Korespondensi: njwahidah@staff.uns.ac.id

Disubmit: 26 Oktober 2023 Diterima: 29 Oktober 2023 Diterbitkan: 01 Desember 2023  
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i12.12806>

**ABSTRAK**

Kondisi gagal tumbuh selama masa golden period akibat kekurangan gizi kronis yang dialami anak usia di bawah lima tahun disebut dengan stunting. Permasalahan ini akan sulit diperbaiki dan dapat berlanjut hingga anak dewasa apabila tidak segera dicegah sebelum anak menginjak usia 5 tahun. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan wanita usia subur mengenai 1000 HPK. Metode pengabdian yang digunakan adalah pendekatan Service Learning (SL). Instrumen yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini yaitu booklet "Buku Saku Cegah Stunting, Generasi Bangsa Hebat dengan Optimalisasi Golden Period Sehat" dan media PowerPoint Presentation. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa intervensi pendidikan kesehatan mengenai 1000 HPK melalui sosialisasi dan pemberian media booklet secara langsung memberikan pengaruh terhadap peningkatan hasil pengetahuan wanita usia subur. Booklet 1000 HPK penting untuk diberikan dalam upaya peningkatan pengetahuan Wanita usia Subur sebagai aksi nyata cegah stunting. dengan

**Kata Kunci:** Stunting, Wanita Usia Subur, 1000 HPK Buku Saku

**ABSTRACT**

*The condition of failure to grow during the golden period due to chronic malnutrition experienced by children under five years of age is called stunting. This problem will be difficult to fix and can continue into adulthood if it is not prevented before the child turns 5 years old. This community service aims to increase knowledge of women of childbearing age regarding 1000 HPK. The service method used is the Service Learning (SL) approach. The instruments used in this community service are the booklet "Buku Saku Cegah Stunting, Generasi Bangsa Hebat dengan Optimalisasi Golden Period Sehat" and PowerPoint Presentation media. The results of this service show that health education interventions regarding 1000 HPK through socialization and provision of media booklets directly influence the increase in knowledge outcomes of women of childbearing age. 1000 HPK Booklet can be used as media to Woman in childbearing Age to increase their knowledge as a real action to decrease stunting.*

**Keywords:** Stunting, Woman in Childbearing Age, 1000 HPK, Booklet

## 1. PENDAHULUAN

Neurogenesis atau proses pembentukan sel-sel saraf akan sangat gencar terjadi ketika seorang anak masuk dalam tahap tumbuh kembang yang dinamakan Golden Period. Golden period merupakan suatu istilah untuk menyebut 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Periode ini terjadi sejak anak di dalam kandungan ibu hingga anak berusia 2 tahun setelah kelahiran (Derbyshire & Obeid, 2020). Masa-masa ini sangat krusial atau penting bagi pertumbuhan seorang anak, karena jika pemenuhan nutrisinya kurang, akan memiliki dampak negatif bagi kesehatan dan fungsi tubuh anak baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Susanne et al., n.d., 2021).

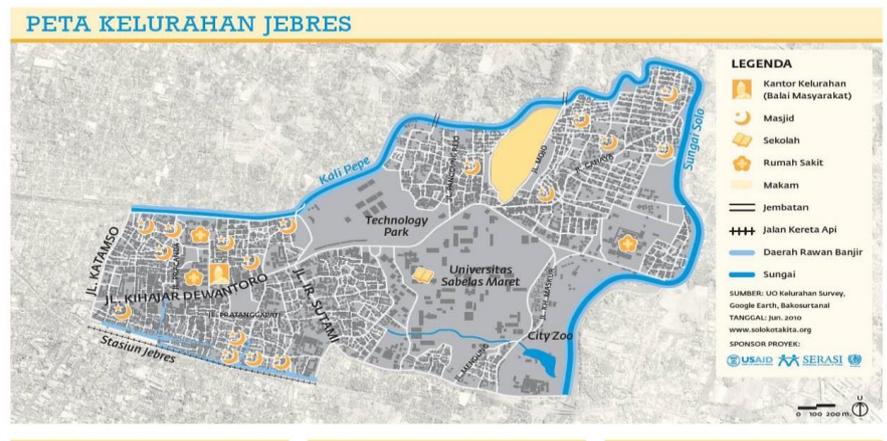
Kondisi gagal tumbuh sebagai akibat kekurangan gizi kronis yang dialami anak usia di bawah lima tahun disebut dengan stunting. Kondisi ini memungkinkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dibanding anak seusianya. Kekurangan gizi ini biasanya terjadi selama masa golden period anak tersebut. Permasalahan ini akan sulit diperbaiki dan dapat berlanjut hingga anak dewasa apabila tidak segera dicegah sebelum anak menginjak usia 5 tahun. Dalam Studi Status Gizi Indonesia tahun 2021 dipaparkan bahwa angka stunting di Indonesia masih sebesar 24,41%. angka ini masih jauh dari target yang ditetapkan Indonesia dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2020-2024 yang menargetkan stunting berada pada angka 14% pada tahun 2024. Oleh karena itu, tugas berat ini menjadi major project yang digalakkan di Indonesia yang didukung juga oleh Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting (Badan Pusat Statistik RI, 2022). WHO menargetkan dapat mengurangi sebanyak 40% anak dibawah umur 5 tahun yang stunting pada tahun 2025. Sejalan dengan hal tersebut Pemerintah Indonesia juga menargetkan angka penurunan stunting di Indonesia pada tahun 2024 sebanyak 14%, untuk mencapai target tersebut maka penurunan untuk setiap tahunnya rata - rata 3,8%. Dilihat dari hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 ditemukan angka stunting sebanyak 21,6% yang mengalami penurunan sebanyak 2,8% dari tahun 2021 (Kemenkes RI, 2022).

Pada masa 1000 HPK dimulainya fase perkembangan otak yang berperan dalam membentuk otak sosial, keterampilan secara fisik, kemampuan berbicara, kemampuan membedakan benar dan salah, keadaan kesehatan berjangka panjang, yang nantinya dapat mempengaruhi keadaan sosial ekonomi. Pemenuhan gizi pada 1000 HPK harus optimal. Oleh karena itu, ibu harus mengupayakan perbaikan gizi dimulai dari hamil, bayi, dan balita, dan diharapkan nantinya dapat melahirkan anak yang sehat (Amdadi et al., 2021). Apabila saat periode 1000 HPK gizi untuk anak tidak diberikan secara optimal dapat menyebabkan permasalahan beban gizi ganda serta penyakit yang dapat menjangkit di masa depan (Husnah, 2017).

## 2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Stunting adalah masalah serius di banyak negara, utamanya Indonesia. Stunting dapat didefinisikan pada terganggunya pertumbuhan anak yang tidak sesuai dengan usianya, yang dapat memengaruhi kognitif, dan tumbuh kembang anak. Untuk mengatasi masalah stunting diperlukan peningkatan pengetahuan dengan pemberian komunikasi, informasi, dan edukasi pada wanita usia subur terkait stunting. Ironisnya mungkin tidak banyak masyarakat luas utamanya wanita usia subur yang memiliki pemahaman yang

memadai tentang stunting dan bagaimana dampaknya pada anak, sehingga diperlukan sebuah intervensi dengan media tertentu untuk bisa meningkatkan pemahaman tersebut secara komprehensif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Jebres 1, Surakarta, tanggal 10 Desember 2022 pukul 09.00 WIB tepatnya di Gedung Serba Guna Melati. Berikut adalah gambran peta lokasi dilaksanakannya pengabdian masyarakat ini.



Gambar 1. Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat

Pengabdian yang bertujuan untuk meningkatkan peran wanita usia subur untuk mencegah stunting di wilayah setempat melalui komunikasi, informasi dan edukasi tentang 1000 HPK.

Adapun rumusan pertanyaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Apa prioritas masalah kesehatan masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Ngoresan, Jebres, Surakarta?
2. Bagaimana tingkat balita dengan malnutrisi di wilayah RW 22 Ngoresan, Jebres, Surakarta?
3. Apakah terjadi peningkatan pengetahuan setelah penerapan edukasi dengan menggunakan booklet 1000 HPK?
4. Apa hambatan utama dalam melibatkan masyarakat dalam program edukasi ini?
5. Bagaimana Kerjasama dengan pihak berkepentingan seperti pemerintah, LSM dan sector swasta yang mendukung edukasi stunting menggunakan booklet 1000 HPK?

### 3. KAJIAN PUSTAKA

#### a. Konsep Stunting

Stunting adalah kondisi dimana pertumbuhan anak terhambat, menyebabkan anak memiliki tinggi badan yang lebih pendek dari rata-rata anak seumurannya. Stunting merupakan keadaan dimana pertumbuhan linier gagal mencapai potensi genetiknya. Keadaan ini dihitung dengan panjang ayau tinggi badan anak yang lebih dari minus dua standar deviasi dari median standar pertumbuhan anak sesuai pedoman WHO (Patel & Bajpai, 2021). Stunting biasanya terjadi pada masa awal kehidupan, terutama pada dua tahun pertama, dan dapat

memiliki dampak jangka panjang pada kesehatan dan perkembangan anak (Siswati et al., 2022). Nomura et al., (2023) mengatakan bahwa ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan stunting pada anak, faktor ini termasuk asupan gizi yang tidak memadai sejak masa kehamilan, infeksi sejak masa kehamilan, penyakit kronis sejak masa kehamilan, sanitasi buruk dan asuhan ibu yang tidak komprehensif. Stunting dapat mengindikasikan bahwa telah terjadi retardasi pertumbuhan akibat defisiensi zat gizi dalam suatu kandungan makan, artinya ibu yang kurang gizi sejak awal kehamilan hingga lahir akan beresiko melahirkan anak dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Balita yang lahir dengan berat lahir rendah berpotensi menjadi pendek dibandingkan dengan balita yang lahir dengan berat badan normal (Jiang et al., 2018). Faktor lain yang juga dapat menjadi resiko stunting pada balita adalah pendidikan orang tua, khususnya pendidikan seorang ibu, memiliki dampak signifikan terhadap kemungkinan anaknya menjadi stunting, termasuk pendidikan kesehatan tentang gizi seimbang saat masa kehamilan, pentingnya pemberian ASI dan perawatan bayi Balita yang baik dan benar (Evy Noorhasanah dan Nor Isna Tauhidah, 2021). Stunting pada balita perlu menjadi perhatian khusus karena dapat menghambat perkembangan fisik dan mental anak. Stunting dapat beresiko meningkatkan kesakitan dan kematian anak. Salah satu kesakitan yang muncul akibat stunting adalah terhambatnya pertumbuhan kemampuan motorik dan mental anak. Anak stunting biasanya lebih sulit untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan cenderung mudah mengalami masalah emosional yang tidak stabil (Khan I, 2023). Stunting jika dibiarkan tentunya memiliki dampak serius pada kesehatan dan perkembangan anak, termasuk masalah kesehatan kronis, keterlambatan perkembangan kognitif, dan gangguan dalam produktivitas di masa dewasa (Nadhiroh et al., 2023). Saat ini banyak negara dan instansi pemerintahan telah mengembangkan strategi untuk mengirangi stunting, termasuk intervensi gizi, perbaikan sanitasi, dan pendidikan ibu. Pemerintah telah berusaha menghadapi isu stunting pada anak balita dengan melaksanakan beberapa program yang diharapkan mampu mengurangi resiko terjadinya stunting. Pertama, pemerintah telah melakukan upaya sosialisasi di setiap wilayah yang memiliki jumlah masyarakat yang terkena stunting. Melalui sosialisasi ini, pemerintah berupaya untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai stunting dan memberikan panduan tentang cara mengatasi masalah stunting mulai dari ibu hamil hingga anak balita. Dengan cara ini diharapkan setelah masyarakat menerima informasi, mereka akan siap mencegah dan mengatasi masalah stunting. Selain upaya sosialisasi, pemerintah juga melakukan langkah lain seperti pembeban makanan tambahan pada anak stunting dan pada ibu hamil yang mengalami kekurangan energi kronis (KEK) dan anemia yang disertai dengan pembeban makanan tambahan dan pengukuran antropometri. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dan memudahkan pemantauan pertumbuhan anak balita (Sari & Montessori, 2021).

b. Konsep Peningkatan Pengetahuan Stunting dengan Edukasi

Pengetahuan adalah hasil dari proses yang seseorang alami untuk memahami suatu informasi, yang dapat diperoleh melalui pengalaman langsung dengan objek tertentu atau melalui berbagai sumber, termasuk yang bersifat formal maupun informal. Pengetahuan yang didapat secara

informal bisa berasal dari media massa, pengalaman orang lain atau informasi yang disampaikan oleh seorang profesional kesehatan yang dapat berperan dalam membentuk pengetahuan seseorang (Ridwan et al., 2021). Peningkatan pengetahuan ibu menjadi faktor yang cukup mendukung untuk bisa mensukseskan penurunan stunting, karena secara teoritis dan logis ibu yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang stunting, pasti akan memiliki *awareness* yang baik untuk bisa terhindar dari stunting. Dalam konteks peningkatan pengetahuan ibu atau wanita usia subur tentang stunting, media edukasi memegang peran penting dalam menyampaikan informasi yang relevan dan komprehensif terkait stunting. Salah satu alasan utama mengapa media edukasi sangat penting dalam pencegahan stunting adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat luas tentang suatu masalah tertentu khususnya stunting. Hasil penelitian Ernawati (2022) menunjukkan bahwa terdapat berbagai jenis media promosi kesehatan yang dapat efektif dalam meningkatkan pemahaman mengenai stunting pada ibu dan balita, seperti brosur, poster, papan tulis portable, pamphlet, video, dan media social seperti whatsapp. Media ini dapat digunakan secara individu atau kelompok. Tingkat pemahaman yang diperoleh oleh individu tergantung pada jenis indera yang terlibat dalam proses penerimaan pesan. Pemahaman paling baik tercapai melalui media visual, oleh karena itu, penggunaan media visual dapat dioptimalkan, dan bahkan dapat dikombinasikan dengan berbagai media promosi kesehatan untuk melibatkan lebih banyak indera dan meningkatkan pemahaman khalayak. Melalui media edukasi seperti video, buku, iklan, media social dapat dihadirkan kepada khalayak luas agar penyampaian lebih menarik dan menyeluruh. Media edukasi utamanya booklet dapat membantu mengubah perilaku masyarakat (Ersila et al., 2021).

c. Tujuan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Adapun tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

- 1) Mengetahui prioritas masalah kesehatan masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Ngoresan, Jebres, Surakarta.
- 2) Mendeskripsikan tingkat balita dengan malnutrisi di wilayah kerja UPT Puskesmas Ngoresan, Jebres, Surakarta.
- 3) Meningkatkan pengetahuan wanita usia subur setelah penerapan edukasi dengan menggunakan booklet 1000 HPK Mengetahui dan memecahkan masalah jika ada hambatan utama dalam melibatkan masyarakat dalam program edukasi ini.
- 4) Meningkatkan Kerjasama dengan pihak berkepentingan seperti pemerintah, LSM dan sector swasta yang mendukung edukasi stunting menggunakan booklet 1000 HPK.

#### 4. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 7 november 2023 sampai 10 Desember 2022. Adapun rincian kegiatan dimulai pada Tanggal 7 november dengan melakukan identifikasi masalah di Puskesmas Ngoresan Jebres, dilanjutkan dengan penyusunan booklet, hingga persiapan perencanaan implementasi kegiatan hingga tanggal 9 desember 2022. Adapun kegiatan implementasi pemberian edukasi 1000 HPK dilakukan pada tanggal 10 desember 2022 pukul 09.00 WIB di Gedung Serba Guna Melati. Pengabdian yang bertujuan untuk meningkatkan peran wanita

usia subur untuk mencegah stunting di wilayah setempat melalui komunikasi, informasi dan edukasi tentang 1000 HPK. Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan 1 (satu) dosen pembimbing dan 7 (tujuh) mahasiswa kebidanan, fakultas kedokteran, Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pendekatan *Service Learning* (SL), yang mengacu pada penerapan pengetahuan di tengah-tengah masyarakat sekaligus berinteraksi dengan masyarakat untuk memberikan solusi terhadap persoalan-persoalan yang ada. Adapun langkah umum dalam melakukan pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

- a. Identifikasi Masalah: tim pengabdian masyarakat melakukan studi awal untuk memahami masalah secara mendalam. Dalam hal ini, tim berfokus pada bagaimana angka kejadian stunting di wilayah wilayah kerja UPT Puskesmas Ngorenan, Jebres, Surakarta.
- b. Partisipasi Masyarakat: tim pengabdian masyarakat sejak awal dalam proses perencanaan melakukan pertemuan dengan pemangku kepentingan, seperti bidan dan beberapa tenaga kesehatan di puskesmas Ngorenan, tokoh masyarakat, dan kader wilayah wilayah kerja UPT Puskesmas Ngorenan, Jebres, Surakarta.
- c. Pengembangan Rencana: berdasarkan pemahaman awal, tim pengabdian masyarakat membuat rencana aksi dan terstruktur. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menetapkan tujuan, langkah-langkah, dan sumber daya yang diperlukan.
- d. Implementasi: Selanjutnya, tim peneliti melakukan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi mengenai pentingnya 1000 HPK, praktik-praktik yang benar, dan dampak positifnya dalam mencegah stunting. Tim pengabdian masyarakat menggunakan pendekatan yang mudah dipahami dan relevan dengan budaya setempat. Instrumen yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini yaitu booklet “Buku Saku Cegah Stunting, Generasi Bangsa Hebat dengan Optimalisasi Golden Period Sehat” dan media PowerPoint Presentation.
- e. Monitoring dan Evaluasi: menetapkan indikator kinerja yang jelas untuk mengukur keberhasilan program, dan memastikan bahwa program pengabdian masyarakat ini berjalan dengan sesuai rencana.

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat ditunjukkan dengan bagan sebagai berikut:



Gambar 2. Siklus Diagram Kegiatan Pengabdian Masyarakat

## 5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### a. Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam aksi cegah stunting melalui edukasi 1000 HPK ini telah dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat Prodi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta (UNS). Edukasi mengenai 1000 HPK ini ditujukan kepada wanita usia subur untuk lebih *aware* terhadap pola gizi seimbang saat hamil hingga memiliki balita umur 2 tahun. Pada hari Senin 7 November 2023, tim pengabdian masyarakat melakukan identifikasi masalah, adapun tujuan dari kegiatan identifikasi dan analisis masalah ini yakni:

- 1) Untuk memahami masalah kesehatan secara jelas dan spesifik
- 2) Menganalisis secara langsung permasalahan dan kebutuhan masyarakat di wilayah kerja upt puskesmas ngoresan
- 3) Mempermudah penentuan prioritas masalah di wilayah kerja upt puskesmas Ngoresan
- 4) Mempermudah penentuan alternative pemecahan masalah.

Analisis ini meliputi analisis masalah kesehatan dan faktor-faktor yang memengaruhi masalah kesehatan tersebut. Pendekatan yang dilakukan adalah pendekatan epidemiologis. Dalam kegiatan ini, tim melibatkan bidan desa dan tenaga kesehatan lain di wilayah ngoresn, juga mensurvey langsung ke masyarakat. Adapun temuan dari kegiatan identifikasi masalah ini diantaranya adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Identifikasi Masalah

No	Prioritas Masalah	Pemecahan Masalah
1	Prevelansi balita dengan kekurangan gizi (underweight)	1. Meningkatkan kegiatan posyandu di walah
2	Bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR)	2. Meningkatkan penemuan kasus balita underweight 3. Menngkatkan kegiatan kelas ibu hamil dan kelas ibu balita 4. Meningkatkan kegiatan penyuluhan tentnag pentingnya pemeriksaan hamil dan pengukuran gizi ibu hamil secara rutin 5. <b>Menigkatkan kegiatan KIE tentang 1000 HPK</b> 6. Begerjasama secara komprhensifdengan dinas dan lintas sectoral terkait.
3	Persentase ibu hamil mendapatkan pelayanan kesehatan ibu hamil	1. Meningkatkan kesadaran ibu hamil tentang pemeriksaan hamil secara rutin dengan adanya penyuluhan baik didalam gedung ataupun diluar gedung
4	Persentasi ibu bersalin mendaptkan pelayanan persalinan	

5	Cakupan pertolongan persalinan oleh tenaga kesehatan yang memiliki kompetensi kebidanan	<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Meningkatkan pelayanan puskesmas terkait pelayanan ibu hamil dan kelas ibu hamil</li> <li>3. Bekerja sama dengan pihak jejaring seperti RS, DPM, PMB, dan Kb terkait pelayanan ibu hamil dan persalinan</li> </ol>
---	---	--

Pada saat hari H pelaksanaan kegiatan KIE 1000 HPK, tim pengabdian masyarakat melibatkan kader, dosen pembimbing dari Prodi Kebidanan Fakultas Kedokteran UNS, bidan serta tim tenaga kesehatan lain dari UPT Puskesmas Ngoresan. Karakteristik responden pada pengabdian ini dilihat dari usia, tingkat pendidikan, pekerjaan, dan keterpaparan informasi 1000 HPK. Menurut Depkes RI (2000), usia ibu dalam masa reproduksi terbagi menjadi 3 kelompok, yaitu usia <20 tahun, usia 21-35 tahun, dan usia >35 tahun. Secara umum, didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berusia <35 tahun (60%). Adapun, 6 (40%) lainnya berusia 21 - 35 tahun. Berdasarkan Lestari dan Edy Wirawan (2016), tingkat pendidikan formal terbagi menjadi 4, yaitu Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA), dan Perguruan Tinggi (PT). Berdasarkan tabel 1, mayoritas tingkat pendidikan responden adalah lulus SMA, yakni sebanyak 11 (73,3%) responden. Sebanyak 3 (20%) lulus perguruan tinggi dan 1 (6,7%) lulus SMP. Menurut Notoatmodjo (2012), kategori pekerjaan terbagi menjadi 7, yaitu pedagang, buruh/tani, PNS, TNI/Polri, pensiunan, wiraswasta, dan lain-lain, yakni ibu rumah tangga. Mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga, yakni sebanyak 13 (86,7%) dan 2 (13,3%) lainnya adalah wiraswasta. Sebanyak 5 (33,3%) responden belum pernah mendapat pendidikan kesehatan mengenai 1000 HPK. Adapun 10 (66,7%) responden lainnya sudah pernah mendapatkan. Hasil diskusi dan evaluasi dari kegiatan ini adalah mayoritas responden dapat menjawab 10 pertanyaan yang diberikan oleh fasilitator mengenai 1000 HPK dan kaitannya dengan pencegahan stunting.

#### b. Pembahasan

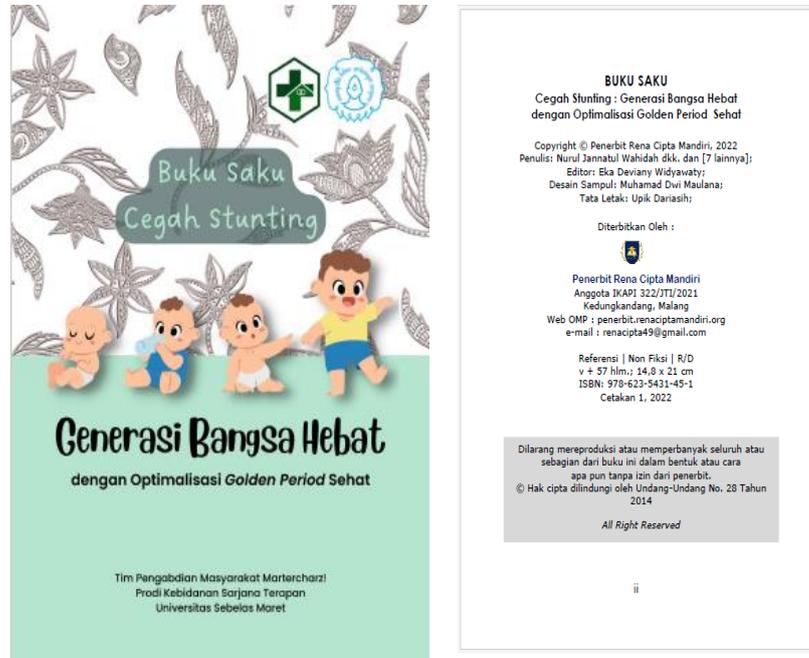
Setelah melakukan identifikasi masalah sebagaimana yang terlihat pada tabel 1. Tim pengabdian masyarakat kemudian memutuskan untuk melakukan kegiatan KIE tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Hal ini tentu diharapkan dapat menurunkan kejadian balita dengan *underweight*, menurunkan kejadian kelahiran BBLR, dan meningkatkan kemauan ibu untuk melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin, meningkatkan kemauan ibu untuk melakukan persalinan di tenaga kesehatan, dan melakukan pemeriksaan nifas secara rutin.

Setelah menetapkan tujuan untuk memberikan edukasi terkait dengan pentingnya 1000 HPK untuk pencegahan stunting, kemudian tim pengabdian menyusun media edukasi yang berupa powerpoint dan media cetak yakni booklet 1000 HPK yang kita namai dengan "BUSA CENTING", Buku Saku cegah Stunting. Adapun outline buku BUSA CENTING dan powerpoint yang disampaikan kepada partisipan adalah sebagai berikut:

Bagian 1: Mengenal Golden Period

Bagian 2: Upaya Optimalisasi Golden Period

- Bagian 3: Pedoman dan Prinsip Gizi Seimbang  
Bagian 4: Masa Perencanaan Kehamilan  
Bagian 5: Masa Kehamilan  
Bagian 6: Masa Nifas dan Menyusui  
Bagian 7: Masa Kanak-kanak  
Bagian 8: Rekomendasi Resep Cegah Stunting



Gambar 3. Cover dan ISBN Buku Saku Cegah Stunting (BUSA CENTING)

Tim pengabdian masyarakat mengawali kegiatan dengan berdoa bersama, memperkenalkan diri, ucapan terima kasih, dan beberapa sambutan dari pihak Puskesmas Ngoresan dan dosen pembimbing. Selanjutnya, Tim pengabdian masyarakat menyampaikan materi sosialisasi mengenai 1000 HPK. Penyuluhan diberikan dengan menggunakan media audiovisual yang ditampilkan dalam powepoint dan buku. Pada setiap bagian dalam BUSA CENTING dan *poerwpoint*, Tim pengabdian masyarakat menyajikan materi dengan menarik, berwarna, dan penuh grafisasi yang menggambarkan isi dari materi. Hal ini dimaksudkan agar responden memiliki minat baca, minat mendengarkan, dan minat mengimplementasikan dengan sangat baik. Media edukasi booklet dan Audiovisual berupa power point merupakan media edukasi yang sangat efektif untuk bisa digunakan dalam menyampaikan informasi kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Raodah et al., (2023) bahwa pemberian edukasi booklet dapat meningkatkan penegtahuan dan sikap ibu balita stunting ( $p < 0.05$ ). Booklet yang digunakan dalam implementasi kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan media komunikasi kesehatan yang berupa buku yang dirancang untuk menarik perhatian, berisi kombinasi gamabr dan teks yang berwarna. Booklet BUSA CENTING ini memiliki ukuran kompak yang bisa dimasukkan ke saku, sehingga mudah dibawa kemana saja oleh responden. Isi dari boolet memang dirancang singkat, jelas, dan mudah dimengerti dalam waktu yang singkat dengan penggunaan Bahasa yang

mudah dipahami oleh orang awam. Kelebihan lain dari booklet ini adalah, pembaca tidak memerlukan arus listrik sehingga bisa dibaca dan dimanfaatkan kapanpun, dimanapun pembaca/responden inginkan. Booklet BUSA CENTING ini diberikan kepada setiap responden, artinya 1 booklet untuk 1 wanita usia subur yang menjadi sasaran kegiatan pengabdian masyarakat ini. Dengan mekanisme seperti ini diharapkan setiap individu memiliki dorongan untuk bertanggung jawab dalam meningkatkan pemahaman mereka melalui media ini. Dengan booklet ini diharapkan setiap individu dapat mempelajari sesuai kebutuhan mereka karena dalam booklet BUSA CENTING ini sudah berisi informasi yang sangat lengkap tentang pentingnya 1000 HPK dan berbagai macam ide MPASI yang sesuai usia balita untuk bisa diterapkan dalam pola pemberian makan bagi balita. Alasan utama adanya booklet BUSA CENTING sebagai media promosi kesehatan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah, karena booklet ini berfokus pada target indra penglihatan para pembaca, dimana seperti yang kita ketahui tingkat pengetahuan yang diperoleh melalui indra penglihatan merupakan proses penyerapan informasi dan edukasi paling tinggi jika dibandingkan dengan indra lainnya.

Pengetahuan dan sikap adalah dua aspek yang saling memengaruhi satu sama lain, artinya pemahaman yang kuat akan berdampak pada sikap seseorang untuk mengambil tindakan. Selain dengan isi yang menarik, tentu Tim pengabdian masyarakat juga menyajikan fakta berbasis data untuk menunjukkan urgensi pentingnya pencegahan stunting pada anak dimulai sejak dalam masa kehamilan. Penyampaian urgensi dan penyajian data ini diharapkan dapat memperkuat kesadaran dalam upaya pencegahan stunting bagi wanita usia subur. Setelah sesi materi, kemudian kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi oleh tim pengabdian masyarakat dengan responden.



Gambar 4. Pengisian lembar presensi dan pembagian booklet



Gambar 5. Pembukaan kegiatan



Gambar 6. Sambutan oleh pihak Puskesmas Ngoresan dan dosen pembimbing



Gambar 7. Pengisian lembar survey



Gambar 8. Sesi penyampaian materi



Gambar 9. Sesi tanya jawab dan sharing

Masyarakat semakin menyadari bahwa stunting merupakan masalah serius yang menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak-anak di Indonesia. Stunting adalah kondisi dimana pertumbuhan fisik anak terhambat akibat kekurangan gizi secara kronik (kurang gizi dalam waktu yang lama), yakni sejak dalam kandungan hingga balita. Masyarakat menjadi paham bahwa beberapa faktor yang dapat menurunkan dan mencegah stunting diantaranya adalah: Pertama, dengan pemberian dan penerapan pola gizi seimbang selama 1000 HPK dapat mendukung pertumbuhan bayi balita secara optimal, hal ini termasuk asupan protein, vitamin, mineral, dan gizi penting lainnya. Kedua, Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan dapat mengoptimalkan pemberian gizi yang sangat mendukung pertumbuhan anak dan melindungi mereka dari penyakit, karena masyarakat sudah tahu bahwa ASI eksklusif merupakan makanan terbaik bagi bayi yang mengandung banyak protein dan antibody untuk meningkatkan imunitas anak. Ketiga, Pemberian makanan Pendamping ASI (MP-ASI), yang diberikan setelah anak usia enam bulan, ini menjadi penting untuk mengenalkan mMPASI pada anak tepat sesuai usianya, terlebih Tim pengabdian masyarakat juga sudah menyediakan aneka pilihan makanan MPASI yang bervariasi untuk bisa diterapkan pada anak saat memasuki usia MPASI. Keempat adalah perawatan kesehatan, masyarakat menjadi sadar bahwa perawatan kesehatan yang baik selama kehamilan, persalinan, dan nifas merupakan masa yang tepat untuk lebih *aware* terhadap pencegahan stunting, dengan melakukan kunjungan rutin ke dokter dan imunisasi yang tepat bagi anak tentu dapat

mengoptimalkan kesehatan anak dan mengoptimalkan penyerapan gizi anak. Hal ini sejalan dengan yang telah dilakukan oleh Hamida & Zulaekah (2012) bahwa secara keseluruhan pemberian edukasi dan intervensi dapat menghasilkan pemahaman dan pengetahuan yang lebih baik pada responden tentang stunting dan cara untuk mencegahnya.

Kegiatan akhir dari pengabdian ini selain pemberian edukasi, yakni adanya kegiatan tambahan. Kegiatan tambahan tersebut yakni berupa pemeriksaan kesehatan dasar bagi kelompok sasaran yang telah menghadiri kegiatan ini.



Gambar 10. Pemeriksaan kesehatan

Kegiatan pengabdian masyarakat diakhiri dengan sesi penutup dan dokumentasi. Setelah kegiatan selesai, Tim pengabdian masyarakat melaksanakan pemeriksaan kesehatan gratis kepada responden, meliputi pengukuran tekanan darah, berat badan, lingkaran atas bagi ibu hamil, dan pemeriksaan kadar gula darah. Responden tampak antusias dan semangat dalam menyimak materi dan melakukan pemeriksaan kesehatan. Tim pengabdian masyarakat menilai pemberian sosialisasi dan media booklet efektif meningkatkan tingkat pengetahuan responden mengenai 1000 HPK.

## 6. KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian Komunikasi, Informasi, dan Edukasi tentang 1000 HPK dengan menggunakan media booklet pada wanita usia subur sebagai upaya konkret untuk mencegah stunting di wilayah Ngoresan, Jebres, Surakarta. Maka dapat disimpulkan bahwa:

- a. Prioritas masalah kesehatan masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Ngoresan, Jebres, Surakarta adalah perlunya pencegahan stunting untuk meningkatkan kualitas dan kesejahteraan kesehatan balita di wilayah setempat.
- b. Prevalensi balita dengan kekurangan gizi (underweight) dan prevalensi bayi dengan Berat Badan lahir rendah di wilayah kerja UPT Puskesmas Ngoresan, Jebres, Surakarta masih cukup tinggi, sehingga diperlukan langkah konkret untuk mencegah masalah yang lebih serius, misalnya stunting.
- c. Setelah penerapan edukasi dengan menggunakan booklet 1000 HPK, maka terjadi peningkatan pengetahuan tentang stunting pada Wanita Usia

Subur di wilayah wilayah kerja UPT Puskesmas Ngoresan, Jebres, Surakarta.

- d. Tidak ada hambatan yang berarti dalam melibatkan masyarakat dalam program edukasi ini, karena semua pihak, termasuk peserta kegiatan dan kader turut aktif berpartisipasi.
- e. Kerjasama dengan pihak berkepentingan seperti pemerintah, LSM dan sector swasta berjalan dengan baik, karena semua sector termasuk kepala desa, tim puskesmas, dan bidan desa mendukung kegiatan edukasi stunting menggunakan booklet 1000 HPK ini.

Adapun saran dan rekomendasi kegiatan pengabdian masyarakat di masa depan terkait edukasi 1000 HPK untuk mencegah peningkatan insidensi stunting adalah:

- a. Terus perbaharui dan kembangkan materi edukasi tentang stunting agar relevan dan mudah dipahami oleh target audiens. Gunakan pendekatan yang memadukan teks, gambar, dan media audio visual untuk menjelaskan konsep stunting dan cara mencegahnya.
- b. Pertimbangkan untuk meningkatkan penggunaan teknologi, seperti aplikasi ponsel untuk memberikan akses lebih luas ke materi edukasi stunting dan 1000 HPK, sehingga membantu untuk meningkatkan penyebaran informasi ke komunitas dan kelompok sasaran yang lebih luas dan bahkan mungkin komunitas yang sulit di jangkau.
- c. Jika saat ini sudah banyak dilakukan edukasi pada kelompok masyarakat sasaran yang beresiko memiliki balita stunting, maka diperlukan juga pelatihan regular untuk tenaga kesehatan dan kader terkait meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka untuk memberikan perawatan bayi balita, pengukuran antropometri, penilaian status gizi, dan pencegahan stunting.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Ri. (2022). *Profil Kesehatan Ibu Dan Anak Tahun 2022*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id/publication/2022/12/23/54f24c0520b257b3def481be/profil-kesehatan-ibu-dan-anak-2022.html>
- Derbyshire, E., & Obeid, R. (2020). Choline, Neurological Development And Brain Function: A Systematic Review Focusing On The First 1000 Days. *Nutrients*, 12(6), 1731. <https://doi.org/10.3390/nu12061731>
- Ernawati, A. (2022). Media Promosi Kesehatan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Stunting. *Jurnal Litbang: Media Informasi Penelitian, Pengembangan Dan Iptek*, 18(2), 139-152. <https://doi.org/10.33658/jl.v18i2.324>
- Ersila, W., Dwi Prafitri, L., Sabita, R., Studi, P., Fisioterapi, S., Kesehatan, I., Muhammadiyah, U., & Pekalongan, P. (2021). JURNAL KEPERAWATAN ANAMUHAMMADIYAH Pengaruh Media Booklet Terhadap Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Dalam Mendeteksi Perkembangan Balita Usia 24-36 Bulan. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(4), 2021.
- Evy Noorhasanah Dan Nor Isna Tauhidah. (2021). Hubungan Pola Asuh Ibu Dengan Kejadian Stunting Anak Usia 12-59 Bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 4(1). <https://doi.org/10.32584/jika.v4i1.959>
- Hamida, K., & Zulaekah, S. (2012). Penyuluhan Gizi Dengan Media Komik

- Untuk Meningkatkan Pengetahuan Tentang Keamanan Makanan Jajanan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 67-73.
- Husnah, H. (2017). Nutrisi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17(3), 179-183. <https://doi.org/10.24815/jks.v17i3.9065>
- Jiang, M., Mishu, M. M., Lu, D., & Yin, X. (2018). A Case Control Study Of Risk Factors And Neonatal Outcomes Of Preterm Birth. *Taiwanese Journal Of Obstetrics And Gynecology*, 57(6), 814-818. <https://doi.org/10.1016/j.tjog.2018.10.008>
- Kemendes RI. (2022). *Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (Ssgi) 2022*. Kementerian Kesehatan RI.
- Khan I, L. B. (2023). *Developmental Delay*. Statpearls Publishing.
- Nadhiroh, S. R., Micheala, F., Tung, S. E. H., & Kustiawan, T. C. (2023). Association Between Maternal Anemia And Stunting In Infants And Children Aged 0-60 Months: A Systematic Literature Review. *Nutrition*, 115, 112094. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2023.112094>
- Nomura, K., Bhandari, A. K. C., Matsumoto-Takahashi, E. L. A., & Takahashi, O. (2023). Risk Factors Associated With Stunting Among Children Under Five In Timor-Leste. *Annals Of Global Health*, 89(1). <https://doi.org/10.5334/aogh.4199>
- Patel, R., & Bajpai, A. (2021). Evaluation Of Short Stature In Children And Adolescents. *Indian Journal Of Pediatrics*, 88(12), 1196-1202. <https://doi.org/10.1007/s12098-021-03880-9>
- Raodah, Sitti Nur Djannah, & Lina Hadayani. (2023). Efektivitas Media Edukasi Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Balita Stunting Aceh. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 6(5), 931-937. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i5.3153>
- Ridwan, M., Syukri, A., & Badarussyamsi, B. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèè: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), 31. <https://doi.org/10.52626/jg.v4i1.96>
- Sari, R. P. P., & Montessori, M. (2021). Upaya Pemerintah Dan Masyarakat Dalam Mengatasi Masalah Stunting Pada Anak Balita. *Journal Of Civic Education*, 4(2), 129-136. <https://doi.org/10.24036/jce.v4i2.491>
- Siswati, T., Iskandar, S., Pramestuti, N., Raharjo, J., Rubaya, A. K., & Wiratama, B. S. (2022). Drivers Of Stunting Reduction In Yogyakarta, Indonesia: A Case Study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(24), 16497. <https://doi.org/10.3390/ijerph192416497>
- Susanne, C., Hauspie, R., Lepage, Y., & Vercauteren, M. (N.D.). *Nutrition And Growth* (Pp. 69-170). <https://doi.org/10.1159/000415296>