

**PERAN IBU PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DALAM PENCEGAHAN
GANGGUAN TUMBUH KEMBANG ANAK****Novi Puspita Sari^{1*}, Nani Apriani Natsir Djide², Sulfiana³, Akmal Novrian
Syahrudin⁴**¹⁻³STIKES Nani Hasanuddin Makassar⁴Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Tamalatea Makassar

Email Korespondensi: Novipuspitasari@stikesnh.ac.id

Disubmit: 12 Februari 2022

Diterima: 17 Februari 2022

Diterbitkan: 01 Juni 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i6.6154>**ABSTRAK**

Seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK) merupakan periode emas seorang anak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Gangguan yang terjadi pada periode ini, berdampak pada kelangsungan hidup dan tumbuh kembang anak yang bersifat permanen dan berjangka panjang serta lebih sulit untuk diperbaiki setelah anak berusia 2 tahun. Tujuan dari pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan akan pentingnya peran ibu pada masa 1000 HPK dalam pencegahan terjadinya gangguan tumbuh kembang pada anak. Metode yang digunakan adalah penyuluhan, diskusi dan tanya jawab kepada 21 ibu-ibu yang memiliki anak usia 0-24 bulan. Hasil menunjukkan bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, sebagian besar ibu belum mengetahui tentang 1000HPK serta dampak yang terjadi terhadap tumbuh kembang anak. Namun setelah dilakukan penyuluhan, pengetahuan dan pemahaman peserta tentang 1000HPK meningkat sekitar 94.8%. Saran agar orang tua rutin membawa dan memeriksakan anaknya setiap bulan ke pelayanan kesehatan dan memberikan asupan gizi yang cukup untuk menunjang tumbuh kembang yang optimal.

Kata Kunci: Penyuluhan, 1000 HPK, Tumbuh Kembang**ABSTRACT**

The first thousand days of life (1000HPK) is a golden period for a child to grow and develop optimally. The obstacles that occur in this period will have an impact on the survival and development of children which are permanent and long term. The purpose was to increase knowledge about the importance of the role of mothers during the 1000HPK period in preventing developmental disorders. The method used is counseling, discussion and question and answer. Participants were 21 mothers with children aged 0-24 months. Based on the results, it showed that before counseling was carried out, most of the mothers did not know about the first 1000 days of life and the impact it had on children's growth and development. However, after the counseling was conducted, the participants' knowledge and understanding of 1000HPK increased by about 94.8%. Suggestions that parents continue to increase their activity in bringing and checking their children every month to health services and providing adequate nutritional intake to support optimal growth and development.

Keywords: Counseling, 1000 HPK, Growth and Development

1. PENDAHULUAN

Tumbuh kembang anak di Indonesia masih perlu mendapatkan perhatian serius, Angka keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan masih cukup tinggi yaitu sekitar 5–10 % mengalami keterlambatan perkembangan umum. Dua dari 1.000 bayi mengalami gangguan perkembangan motorik dan 3 sampai 6 dari 1.000 bayi juga mengalami gangguan pendengaran serta satu dari 100 anak mempunyai kecerdasan kurang dan keterlambatan bicara (Asnaniar & Lasini, 2016).

Berdasarkan Riskesdas (2018), secara Nasional Prevalensi Balita Pendek, gizi kurang dan Kurus di Indonesia menunjukkan angka yang cukup tinggi masing-masing 30.8%, 17.7% dan 10.2% (Riskesdas, 2018). Menurut WHO, masalah kesehatan masyarakat dapat dianggap kronis bila prevalensi *stunting* lebih dari 20 persen. Artinya, secara nasional masalah *stunting* di Indonesia tergolong kronis.

Dampak tumbuh kembang yang dapat di alami anak berupa gangguan perkembangan otak, pertumbuhan massa tubuh dan komposisi badan sehingga anak bisa *stunting* atau pendek dibandingkan standar tinggi anak seusianya, gangguan metabolisme tubuh, gangguan pertumbuhan bahkan dapat mengakibatkan penyakit gizi akut yang dapat berujung pada kematian. Kesemuanya itu bersifat permanen dan sulit untuk diperbaiki setelah anak berusia 2 tahun. Nutrisi yang adekuat diperlukan dalam pertumbuhannya untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal (Sugeng et al., 2019).

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan dua peristiwa yang berbeda tetapi tidak bisa dipisahkan (Izah et al., 2019). Tumbuh kembang optimal adalah tercapainya proses tumbuh kembang yang sesuai dengan potensi yang dimiliki anak. Dengan Mengetahui penyimpangan terhadap tumbuh kembang, maka dapat dilakukan berbagai upaya pencegahan, stimulasi dan intervensi dini pada masa-masa proses tumbuh kembang anak (Rukmasari et al., 2021).

Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), merupakan upaya dalam memperkuat komitmen rencana aksi percepatan perbaikan gizi sejak 1000 hari dari masa kehamilan hingga usia dua tahun (Nefy et al., 2019). Dimasa inilah periode tumbuh kembang anak yang paling optimal baik untuk intelegensi maupun fisiknya (Harna et al., 2021).

Semua nutrisi penting untuk perkembangan dan fungsi otak secara keseluruhan yang optimal bergantung pada penyediaan nutrisi penting dalam jumlah yang cukup selama periode waktu sensitif dalam 1000 hari pertama kehidupan. Pemenuhan gizi untuk menciptakan kualitas hidup yang baik berawal dari pemenuhan gizi sedari bayi/balita. Balita gizi kurang memiliki tingkat asupan energi, protein dan lemak lebih rendah dibandingkan dengan balita gizi baik (Diniyyah & Nindya, 2017). Balita dengan gizi yang kurang dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga penyakit akan muncul dan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan jaringan otak (Sofiana et al., 2021).

Praktik pemberian makan yang kurang baik mengakibatkan anak tidak memperoleh asupan gizi seimbang dan secara kumulatif mengakibatkan gangguan pertumbuhan anak. Kekurangan gizi maupun kelebihan gizi berupa obesitas dan diet yang tidak seimbang telah terbukti berpotensi mengurangi perkembangan otak (Unicef, 2013)

Peran dan fungsi orangtua ikut serta dalam mempengaruhi proses tumbuh kembang. Nurul (2020) dalam penelitiannya menyebut bahwa sosok ibu adalah salah satu kunci utama dalam tumbuh kembang anak (Nurul

Abidah & Novianti, 2020). Orang tua, terutama ibu, adalah faktor terpenting dalam kinerja tiga tugas: mengasah, mencintai, dan membina (Jayanti et al., 2021).

Peran orang tua sedini mungkin akan berdampak terhadap tumbuh kembang mereka di masa depan, terutama peran ibu pada periode kritis 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Kesadaran akan pentingnya pemberian gizi yang baik terkadang belum sepenuhnya dimengerti. Adapun orang tua yang sudah mengetahui tentang gizi tetapi tidak diterapkan dalam kehidupan dan adapula yang tidak mengetahuinya sama sekali (Hartono et al., 2018). Ibu yang memiliki pengetahuan gizi terutama pada masa 1000 HPK diharapkan mampu menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat sehingga dapat mencegah terjadinya gangguan tumbuh kembang pada anak.

2. MASALAH

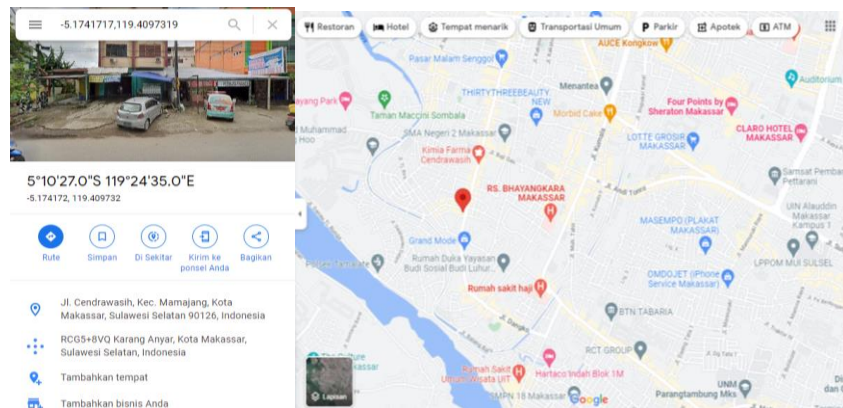
Puskesmas Cendrawasih merupakan puskesmas yang terletak di Kota Makassar. Berdasarkan hasil survei status gizi balita Indonesia tahun 2021, presentase balita Underweight dan Wasting di Kota Makassar adalah 13,7% dan 4,9%. Anak yang mengalami kekurangan gizi di 1000 HPK akan meningkatkan risiko obesitas, diabetes, jantung, stroke, serta penyakit degeneratif pada masa dewasa, penurunan kemampuan belajar, hambatan pertumbuhan kognitif dan IQ yang rendah yang menurunkan produktivitas masa dewasa dan meningkatnya risiko *drop out* dari sekolah. Selanjutnya akan menghasilkan penularan kurang gizi dan kemiskinan pada generasi selanjutnya (USAID, 2014).

Dalam pemenuhan gizi seorang balita, ibu memegang peranan yang sangat penting. Ibu merupakan orang yang paling dekat dengan anak dalam hal pengasuhannya, jadi ibu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang gizi balita, tentunya diharapkan ibu juga akan memiliki sikap dan perilaku yang baik pula dalam pemenuhan gizi balita (Muslimin et al., 2020). Sehingga tindakan untuk meningkatkan nutrisi selama periode 1000 Hari Pertama Kehidupan sangat penting untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan optimal pada anak-anak.

Berdasarkan hal tersebut maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik “Peran Ibu Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Pencegahan Gangguan Tumbuh Kembang Anak di Wilayah Kerja Puskesmas Cendrawasih Kota Makassar”. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai apa saja masalah tumbuh kembang yang terjadi apabila pemenuhan kebutuhan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan tidak tercukupi dan bagaimana cara pencegahannya.

Gambaran IPTEKS yang diberikan kepada ibu berupa penyampaian informasi tentang 1000 HPK, yaitu titik kritis yang harus diperhatikan selama periode 1000 HPK, dampak gangguan gizi 1000 HPK terhadap tumbuh kembang, kebutuhan gizi dan praktik pemberian makan bayi dan anak, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan, dan upaya pencegahan gangguan tumbuh kembang anak. Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan tentang pentingnya peran ibu dalam melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak, serta memiliki kesadaran bahwa dengan pemenuhan gizi pada 1000 hari pertama kehidupan dapat mencegah

terjadinya gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak yang akan berdampak di masa mendatang.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. METODE

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan pengabdian masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Cendrawasih yaitu mempersiapkan alat bantu untuk kegiatan promosi Kesehatan, mulai dari pembuatan *power point* dan *Leaflet*.

b. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan dilakukan dengan cara tatap muka langsung berupa edukasi/penyuluhan. Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

1. Kegiatan *Pre-Test*, dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu yang memiliki anak usia 0-24 bulan mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat 10 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan. Peserta pada kegiatan ini adalah sebanyak 21 orang.
2. Penyampaian materi tentang Peran Ibu Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Pencegahan Gangguan Tumbuh Kembang Anak yang dilakukan oleh Ketua Pengabdian sebagai edukator dibantu dengan alat promosi kesehatan berupa *leaflet* yang memuat informasi terkait materi yang diberikan. Setelah materi disampaikan oleh edukator, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).

c. Tahap Evaluasi

Pada akhir kegiatan dilaksanakan evaluasi berupa *Post-test*, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan ibu terhadap materi yang telah disampaikan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Januari 2022 bertempat di Puskesmas Cendrawasih Kecamatan Mamajang Kota Makassar yang dihadiri oleh ibu yang memiliki bayi usia 0-24 bulan sebanyak 21 orang. Walaupun penyuluhan dilakukan berulang-ulang karena disesuaikan dengan waktu

masyarakat akan tetapi warga sebagai audiens mengikuti kegiatan ini dengan sangat antusias memperhatikan materi yang diberikan.

Berdasarkan hasil pretest yang telah dilakukan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan diperoleh presentase sebesar 53,3%. Setelah dilakukan penyuluhan Gizi tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan, kemudian dilakukan posttest dan diperoleh presentase sebesar 94,8%. Dari hasil pretest dan posttest yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan. Sehingga dengan adanya peningkatan pengetahuan ini bisa bermanfaat untuk menambah wawasan ibu. Keseriusan peserta memperhatikan materi penyuluhan dari tim pengabdian mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mereka.

Pengetahuan yang dimiliki ibu merupakan kunci utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita dan dapat mempengaruhi status gizi balita (Susilowati & Himawati, 2017).

Salah satu sumber permasalahan terhadap tumbuh kembang anak adalah kurangnya perhatian orangtua, pengetahuan orangtua yang terbatas, dan kurang maksimal dan kurang berkesinambungnya program penyuluhan, edukasi, dan atau sosialisasi perihal deteksi dini tumbuh kembang pada anak. Edukasi merupakan salah satu cara efektif dalam memberikan pencerahan, pemahaman dan pengetahuan terutama kepada orangtua dalam merawat anak (Hibana & Surahman, 2019).

Peran orang tua sedini mungkin akan berdampak terhadap tumbuh kembang mereka di masa depan. Anak yang memiliki awal tumbuh kembang yang baik akan tumbuh menjadi dewasa yang lebih sehat sehingga nantinya akan memiliki kehidupan yang lebih baik (Pem, 2015).



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat



Gambar 3. Leaflet Pengabdian Masyarakat

5. KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema Peran Ibu Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Pencegahan Gangguan Tumbuh Kembang Anak telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. Keseriusan peserta memperhatikan materi penyuluhan dari tim pengabdian mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mereka mengenai apa saja masalah tumbuh kembang yang terjadi apabila pemenuhan kebutuhan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan tidak tercukupi dan bagaimana cara Pencegahannya. Orang tua agar tetap meningkatkan keaktifannya dalam membawa dan memeriksakan tumbuh kembang balita setiap bulan dan memberikan nutrisi yang optimal.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Asnaniar, W. O. S., & Lasini, M. B. (2016). Hubungan Lingkar Kepala dengan Perkembangan Motorik Anak Usia 1-24 bulan di Rumah Sakit Ibu dan Anak Pertiwi Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 9(2), 227-231.
- Diniyyah, S. R., & Nindya, T. S. (2017). Asupan Energi, Protein dan Lemak dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Suci, Gresik. *Amerta Nutrition*, 1(4), 341. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7139>
- Harna, Sa'pang, M., Swamilaksita, P. D., & Novianti, A. (2021). Pendidikan Gizi Efektif Terkait Standar Pemberian Makan. *Prosiding Hasil Pengabdian Masyarakat: Universitas Esa Unggul*, 54-57.
- Hartono, R., Ula, H., Sunarto, S., & Ipa, A. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Asupan Energi Pada Anak Stunting. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 13. <https://doi.org/10.32382/medkes.v12i1.31>
- Hibana, & Surahman, S. (2019). Optimalisasi Perkembangan Anak melalui Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 58-66.
- Izah, N., Prastiwi, R. S., & Andari, I. D. A. (2019). Stimulasi Dan Deteksi Dini Tumbuh Menggunakan Aplikasi Tumbuh Kembang Balita di Wilayah Kelurahan MArgadana. *Jurnal Abdimas PHB*, 2(2), 21-28.
- Jayanti, N., Rohemah, & Laili, U. (2021). Factors Affecting Toddlers' Development in Pamekasan Regency. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(01), 38-42.

- Muslimin, Gafur, A., Azwar, M., & Yulis, D. M. (2020). Pengetahuan Ibu Balita Dalam Pengendalian Stunting Di Sulawesi Selatan. *UNM Environmental Journals*, 3(2), 60. <https://doi.org/10.26858/uej.v3i2.15033>
- Nefy, N., Lipoeto, N. I., & Edison, E. (2019). Implementasi Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Kabupaten Pasaman 2017
[Implementation of The First 1000 Days of Life Movement in Pasaman Regancy 2017]</br>. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 186. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.186-196>
- Nurul Abidah, S., & Novianti, H. (2020). Pengaruh Edukasi Stimulasi Tumbuh Kembang terhadap Kemampuan Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun oleh Orangtua. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(2), 89-93. <https://doi.org/10.33860/jik.v14i2.132>
- Pem, D. (2015). Factors Affecting Early Childhood Growth and Development: Golden 1000 Days. *Advanced Practices in Nursing*, 01(01), 1-4. <https://doi.org/10.4172/2573-0347.1000101>
- Riskesdas. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Rukmasari, E. A., Sumarni, N., R, G. G., & Kosim. (2021). Peran Orang Tua Dalam Deteksi Dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Pada Anak Usia Balita Di Rt 04 Rw 01 Desa Jayaraga Kecamatan Tarogong Kidul - Garut. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 5(2), 311-316.
- Sofiana, L., Darmawati, L. P., Aditya, D. Y., Setyorini, D., & Amari, F. I. (2021). Pelatihan Pembuatan MP ASI Dalam Mewujudkan Pemenuhan Gizi Balita di Kampung Penumping, Gowongan, Jetis. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(2), 2019-2022. <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i2.7369>
- Sugeng, H. M., Tarigan, R., & Sari, N. M. (2019). Gambaran Tumbuh Kembang Anak pada Periode Emas Usia 0-24 Bulan di Posyandu Wilayah Kecamatan Jatinangor. *Jsk*, 4(3), 96-101.
- Susilowati, E., & Himawati, A. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak. *Jurnal Kebidanan*, 6(13), 21. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i13.2866>
- Unicef. (2013). *The first 1000 days of life: the brains window of opportunity*. <https://www.unicef-irc.org/article/958-the-first-1000-days-of-life-the-brains-window-of-opportunity.html>
- USAID. (2014). *Multi-sectoral Nutrition Strategy 2014-2025 Technical Guidance Brief: Implementation Guidance for Ending Preventable Maternal and Child Death*. <https://doi.org/10.5336/healthsci.2020-73626>