

## EDUKASI PENTINGNYA PEMENUHAN GIZI PADA 1000 HPK DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING

Masrida Sinaga<sup>1\*</sup>, Deviarbi Sakke Tira<sup>2</sup>, Tadeus A.L. Regaletha<sup>3</sup>

<sup>1-4</sup>Prodi Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana  
[masrida.sinaga@staf.undana.ac.id](mailto:masrida.sinaga@staf.undana.ac.id)

### **Abstrak**

Salah satu masalah kesehatan yang menjadi perhatian pemerintah sekarang ini adalah stunting. Upaya untuk mencegah dan menurunkan angka stunting adalah dengan mengoptimalkan status gizi terutama dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Salah satu tantangan dalam mengatasi masalah stunting adalah pemahaman dan persepsi yang salah tentang stunting. Salah satu upaya untuk mengatasi masalah tersebut adalah meningkatkan pemahaman masyarakat, yaitu dapat dilakukan melalui kegiatan edukasi kepada masyarakat.

Tujuan umum kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan, dan sikap ibu hamil dan ibu hamil tentang pentingnya pemenuhan gizi dan pola asuh yang baik pada 1000 HPK, dalam upaya mencegah stunting. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan, sumbang saran dan diskusi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan, sumbang saran dan diskusi.

Kegiatan yang dilakukan berhasil meningkatkan pemahaman dan pengetahuan ibu hamil dan ibu Balita tentang pentingnya pemenuhan gizi pada 1000 HPK dalam upaya pencegahan stunting, mencakup pengetahuan pengasuhan anak dan pemberian makanan seimbang pada 1000 HPK, serta pentingnya pemberian ASI dan ASI eksklusif. Data menunjukkan bahwa rata-rata nilai pre test peserta adalah 19,90 poin, namun setelah penyuluhan (post test) meningkat menjadi 25,75 poin. Hasil uji-T juga menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang signifikan setelah diberikan penyuluhan. Perlu ada perhatian dari pemerintah daerah setempat dan dinas kesehatan terhadap pengoptimalan fasilitas Posyandu, seperti penambahan fasilitas alat peraga edukasi, serta penghargaan dan pembinaan kader yang mau bekerja secara sukarela.

**Kata kunci:** Balita, Ibu Hamil, Stunting, 1000 Hari Pertama Kehidupan, Status Gizi

## EDUCATION ON THE IMPORTANCE OF FULFILLING NUTRITION IN 1000 HPK IN STUNTING PREVENTION EFFORTS

Masrida Sinaga<sup>1\*</sup>, Deviarbi Sakke Tira<sup>2</sup>, Tadeus A.L. Regaletha<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Public Health Study Program, Nusa Cendana University

\*[masrida.sinaga@staf.undana.ac.id](mailto:masrida.sinaga@staf.undana.ac.id)

### **Abstract**

One of the health problems that is currently the government's concern is stunting. Efforts to prevent and reduce stunting rates are by optimizing nutritional status, especially in the First 1000 Days of Life (HPK). One of the challenges in overcoming the problem of stunting is the wrong understanding and perception of stunting. One effort to overcome this problem is to increase public understanding, which can be done through educational activities for the community.

The general objective of this activity is to increase the knowledge and attitudes of pregnant women and pregnant women about the importance of fulfilling nutrition and good parenting in 1000 HPK, in an effort to prevent stunting. The method used in this activity is counseling, brainstorming and discussion. The method used in this activity is counseling, brainstorming and discussion.

The activities carried out succeeded in increasing the understanding and knowledge of pregnant women and mothers with toddlers about the importance of fulfilling nutrition in 1000 HPK in efforts to prevent stunting, including knowledge of child care and balanced feeding in 1000 HPK, as well as the importance of breastfeeding and exclusive breastfeeding. The data showed that the average pre-test score of the participants was 19.90 points, but after counseling (post-test) it increased to 25.75 points. The results of the T-test also showed that there was a significant increase in knowledge and understanding after being given counseling. There needs to be attention from the local government and the health office towards optimizing Posyandu facilities, such as adding educational teaching aids, as well as rewarding and coaching cadres who want to work voluntarily.

**Keywords:** *Toddlers, Pregnant Women, Stunting, First 1000 Days of Life, Nutritional Status*

## PENDAHULUAN

Kejadian stunting (sangat pendek dan pendek) merupakan masalah gizi utama yang dihadapi Indonesia. *Stunting* adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada anak yakni tinggi badan anak lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya. Kejadian stunting akan berdampak pada proses kembang otak yang terganggu, dimana dalam jangka pendek berpengaruh pada kemampuan kognitif. Jangka panjang mengurangi kapasitas untuk berpendidikan lebih baik dan hilangnya kesempatan untuk peluang kerja dengan pendapatan lebih baik. Dalam jangka panjang, anak stunting yang berhasil mempertahankan hidupnya, pada usia dewasa cenderung akan menjadi gemuk (obese), dan berpeluang menderita penyakit tidak menular (PTM), seperti hipertensi, diabetes, kanker, dan lain-lain.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan prevalensi Balita pendek di Indonesia sebesar 30,8%, menurun menjadi 27,7% pada tahun 2019, dan pada tahun 2020 menjadi 11,5%. Provinsi dengan persentase tertinggi kasus stunting pada Balita adalah Nusa Tenggara Timur. Berdasarkan Riskesdas (2018) sebesar 42,6%, meningkat menjadi 43,82%, dan menurun menjadi 23,8% pada tahun 2020. Kabupaten Kupang, Timor Tengah Selatan dan Timor Tengah Utara merupakan tiga kabupaten dengan angka stunting terbanyak di NTT. Sejak diterapkannya beberapa program penurunan masalah stunting, angka stunting di Kabupaten Kupang menurun dari 35% pada 2019 menjadi 25,8% pada 2020. Pada tahun 2020, angka stunting di salah satu Puskesmas di wilayah Kabupaten Kupang masih tinggi yaitu 30,9%, namun mengalami penurunan pada tahun 2021 yaitu menjadi 26,1% (Puskesmas Uitao, 2022). Walau mengalami penurunan, angka tersebut masih tergolong cukup tinggi, karena masih berada di atas standar yang ditetapkan *World Health Organization* (WHO) yaitu di bawah 20%, sehingga perlu dilakukan upaya-upaya untuk menurunkannya.

Stunting merupakan sebuah ancaman bagi kualitas sumber daya manusia. Masalah stunting menggambarkan adanya masalah gizi kronis, dipengaruhi dari kondisi ibu atau calon ibu, masa janin, dan masa bayi atau Balita, termasuk penyakit yang diderita selama masa Balita. Stunting erat kaitannya dengan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu yang lama, umumnya karena asupan yang tidak sesuai kebutuhan gizi. Stunting terjadi mulai dari dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berusia dua tahun. Stunting tidak hanya disebabkan oleh faktor gizi buruk yang dialami oleh ibu hamil maupun anak Balita, akan tetapi disebabkan oleh banyak faktor, secara umum beberapa penyebab stunting ialah praktek pengasuhan yang kurang baik, termasuk kurangnya pengetahuan ibu mengenai kesehatan dan gizi sebelum dan pada masa kehamilan, serta setelah ibu melahirkan.

1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sejak dalam kandungan, merupakan usia emas bagi tumbuh kembang anak. Pola asuh dan status gizi sangat dipengaruhi oleh pemahaman orang tua (seorang ibu) maka, dalam mengatur kesehatan dan gizi di keluarganya. Karena itu, edukasi diperlukan agar dapat mengubah perilaku yang bisa mengarahkan pada peningkatan kesehatan gizi atau ibu dan anaknya. Edukasi kepada masyarakat menambah pemahaman mereka mengenai gizi dan kesehatan, khususnya tentang pencegahan stunting. Dengan kemandirian keluarga yaitu pengetahuan dan sikap orang tua terkait pemberian makanan yang memenuhi gizi seimbang, stunting bisa dicegah, yaitu melalui optimalisasi gizi dan kesehatan dalam 1000 HPK yaitu dari masa kehamilan hingga **golden age** usia 2 tahun (Dewi dan Aminah, 2016).

Upaya pencegahan stunting perlu dilakukan oleh berbagai elemen, bukan hanya pemerintah, tidak terkecuali institusi pendidikan khususnya perguruan tinggi melalui kegiatan tridarmanya. Hal ini sangat penting untuk mewujudkan Indonesia yang lebih berkualitas dan mampu bersaing ditingkat global, salah satunya dengan edukasi gizi di masyarakat.

Edukasi ini sangat penting dalam rangka penerapan gizi seimbang. Setiap keluarga harus mampu mengenal, mencegah, dan mengatasi masalah gizi setiap anggota keluarganya. Hal ini sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 23 Tahun 2014 tentang Upaya Perbaikan Gizi. Adapun upaya yang dilakukan untuk mengenal, mencegah, dan mengatasi masalah gizi yaitu dengan cara menimbang berat badan secara teratur, memberikan ASI saja kepada bayi sejak lahir sampai umur 6 bulan, menu makanan yang bervariasi, menggunakan garam beryodium, dan pemberian suplemen gizi sesuai anjuran petugas kesehatan. Suplemen gizi yang diberikan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 51 tahun 2016 tentang Standar Produk Suplementasi Gizi, meliputi kapsul vitamin A, tablet tambah darah (TTD), makanan tambahan untuk ibu hamil, anak Balita, dan anak usia sekolah, makanan pendamping ASI, dan bubuk multi vitamin dan mineral (Kemenkes, 2021).

## KAJIAN LITERATUR

Gizi memegang peranan penting dalam siklus hidup manusia. Gizi diperlukan bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik dan mental serta kesehatan, sehingga perlu memenuhi gizi seimbang setiap harinya. Gizi seimbang adalah memenuhi kebutuhan gizi perhari dengan asupan zat-zat gizi makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Hal ini penting terutama untuk mencegah stunting. Kesehatan dan gizi anak sangat penting untuk diperhatikan sejak dini mulai dari dalam kandungan, terutama pada 1000 HPK. Kesehatan dan gizi itu sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak yang mendapat gizi yang seimbang dan sehat akan tumbuh menjadi manusia yang berkualitas.

Anak sejak usia 0 hingga 24 bulan, adalah masa-masa pesat perkembangannya. Terkait dengan kondisi tersebut, masih banyak ibu yang

pemahamannya kurang tentang pemberian makanan dan gizi yang cukup. Sehingga, hal ini berdampak terhadap masalah kesehatan ibu dan anak.

Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi pangan. Ibu yang cukup pengetahuan gizinya akan dapat memperhitungkan kebutuhan gizinya dan anaknya agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Selain itu pengetahuan yang dimiliki ibu akan berpengaruh terhadap jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh anaknya. Salah satu sebab gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan gizi atau kemauan untuk menerapkan informasi tentang gizi dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi yang baik akan menyebabkan seorang ibu mampu menyusun menu yang baik untuk dikonsumsi oleh anggota keluarga khususnya anak Balita yang mengkonsumsi menu tersebut, yang nantinya berdampak positif terhadap keadaan status gizinya.

Stunting merupakan suatu kondisi pertumbuhan tinggi badan anak yang terhambat atau perawakan pendek yang merupakan manifestasi kronis dari kekurangan gizi atau mengalami kekurangan gizi dalam waktu yang cukup lama. Stunting erat kaitannya dengan masalah gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu yang lama, umumnya karena asupan yang tidak sesuai kebutuhan gizi. Stunting terjadi mulai dari dalam kandungan dan baru terlihat saat anak berusia dua tahun (WHO, 2014).

Stunting ditandai dengan tinggi badan yang lebih pendek dibandingkan dengan anak seusianya. Anak yang menderita stunting akan lebih rentan terhadap penyakit dan ketika dewasa berisiko untuk mengidap penyakit degeneratif. Dampak stunting tidak hanya pada segi kesehatan tetapi juga mempengaruhi tingkat kecerdasan anak. Anak merupakan aset bangsa di masa depan.

Kondisi stunting tentunya akan memberi dampak buruk bagi seorang anak, baik dampak jangka pendek mau pun jangka panjang. Anak dengan kekurangan gizi kronis di awal kehidupan, perkembangan otaknya juga terhambat hingga kemampuan kecerdasan dan performa edukasinya kelak pun akan lebih rendah dibanding anak yang tidak stunting. Selain itu, pertumbuhan tinggi dan komposisi otot tubuhnya juga akan terhambat yang pada akhirnya akan menurunkan sistem kekebalan tubuh (lebih mudah sakit) dan performa kerja di masa dewasa.

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa 20% kejadian stunting sudah terjadi sejak bayi masih berada di dalam kandungan. Kondisi ini diakibatkan oleh asupan gizi ibu selama kehamilan kurang berkualitas, sehingga nutrisi yang diterima janin sedikit. Hal tersebut mengakibatkan anak Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), sehingga pertumbuhan anak terhambat dan sering terkena penyakit infeksi (Sukmawati, dkk, 2018).

Merujuk pada pola pikir UNICEF/Lancet, masalah stunting terutama disebabkan karena ada pengaruh dari pola asuh, cakupan dan kualitas pelayanan kesehatan, lingkungan, dan ketahanan pangan, maka berikut ini mencoba untuk membahas dari sisi pola asuh dan ketahanan pangan tingkat keluarga. Dari kedua kondisi ini dikaitkan dengan strategi implementasi program yang harus

dilaksanakan. Pola asuh (*caring*), termasuk di dalamnya adalah Inisiasi Menyusui Dini (IMD), menyusui eksklusif sampai dengan 6 bulan, dan pemberian ASI dilanjutkan dengan makanan pendamping ASI (MPASI) sampai dengan 2 tahun merupakan proses untuk membantu tumbuh kembang bayi dan anak (Unicef, 2012).

Penyebab utama dari terjadinya kasus stunting adalah kurangnya asupan gizi yang diterima sejak 1000 hari pertama kehidupan. Masalah stunting dipengaruhi oleh rendahnya akses terhadap makanan dari segi jumlah dan kualitas gizi, serta seringkali tidak beragam. Kurangnya kesadaran dan pengetahuan ibu tentang pentingnya asupan gizi dan pola pengasuhan yang baik untuk anak juga turut menjadi penyebab timbulnya stunting. Selain itu, terbatasnya akses masyarakat terhadap makanan bergizi, air bersih, sanitasi, dan fasilitas kesehatan menjadi penyebab lain terjadinya stunting (Kusuma, 2013).

Penyebab terjadinya stunting adalah multifaktorial. Penyebab paling utama adalah kekurangan gizi kronis pada awal 1.000 HPK yaitu sejak awal kehamilan (konsepsi) hingga anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi dapat berupa kurangnya jumlah asupan makanan, atau kualitas makanan yang kurang baik, seperti kurangnya variasi makanan. Faktor lain yang turut berperan dalam risiko stunting antara lain kesehatan ibu selama kehamilan, pola asuh dan kesehatan anak atau kekecenderungan mengalami penyakit infeksi, kondisi sosio-ekonomi serta lingkungan. Penyakit infeksi dapat menurunkan penyerapan zat gizi dari usus, kehilangan zat gizi secara langsung (misalnya pada diare), dan peningkatan kebutuhan zat gizi untuk pemulihan sehingga zat gizi tidak dimanfaatkan untuk pertumbuhan.

Istilah stunting masih dianggap asing oleh masyarakat desa, sehingga pemahaman masyarakat mengenai stunting masih rendah. Masyarakat masih menganggap bahwa kondisi tubuh anak dipengaruhi oleh faktor genetik sehingga pertumbuhan anak kurang diperhatikan. Adanya edukasi masyarakat sangat diperlukan sebagai salah satu upaya agar masyarakat lebih memahami stunting. Upaya merubah perilaku keluarga menjadi Keluarga Sadar Gizi bukanlah hal yang mudah. Diperlukan suatu upaya pendidikan gizi masyarakat yang terus menerus, termasuk penyebarluasan informasi melalui media massa, pembinaan dan penggerakan tokoh dan kelompok-kelompok masyarakat, serta pendampingan keluarga baik oleh tenaga profesional maupun masyarakat terlatih. (Husaini, 2014).

## **METODE PELAKSANAAN**

### **a. Khalayak Sasaran**

Sasaran dari kegiatan ini adalah 25 orang ibu Balita dan ibu hamil. Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Boablain Desa Huilelot, yang merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Uitao Kecamatan Semau Kabupaten Kupang. Melalui kegiatan ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat terhadap masalah stunting dan penanggulangannya, tercipta kondisi

lingkungan yang mendukung program penguatan 1000 HPK sebagai pencegahan stunting,

### **b. Metode Kegiatan**

Metode kegiatan ini adalah ceramah/penyuluhan. Metode ini dipilih untuk menyampaikan teori dan konsep-konsep yang sangat prinsip dan penting untuk dimengerti serta dikuasai oleh sasaran. Kegiatan yang dilakukan adalah edukasi tentang pentingnya gizi seimbang, dan bagaimana cara memenuhi kebutuhan makanan sehat, terutama pada 1000 HPK.

### **c. Waktu Pelaksanaan Kegiatan**

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 20 Agustus 2022, yaitu edukasi tentang pentingnya gizi seimbang, dan bagaimana cara memenuhi kebutuhan makanan sehat, terutama pada 1000 HPK.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan yang dilakukan untuk mengatasi permasalahan mitra adalah penyuluhan terhadap ibu Balita dan ibu hamil di Posyandu Boablain di Desa Huilelot, merupakan salah satu Posyandu di wilayah kerja Puskesmas Uitao. Kegiatan yang telah dilaksanakan mampu memberikan tambahan pengetahuan bagi ibu Balita dan ibu hamil di Posyandu. Hal ini dibuktikan dengan antusiasme peserta yang mengikuti kegiatan tersebut, yaitu memberikan umpan balik berupa pertanyaan-pertanyaan tentang materi yang sudah disampaikan. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Notoatmodjo, 2012). Setelah mengikuti penyuluhan, diharapkan pengetahuan masyarakat yang meningkat akan berdampak terhadap perilaku sehat sehari-hari, terutama dalam peningkatan status gizi terutama pada 1000 HPK untuk mencegah stunting.

Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi pangan. Ibu yang cukup pengetahuan gizinya akan dapat memperhitungkan kebutuhan gizi anak Balitanya agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Selain itu pengetahuan yang dimiliki ibu akan berpengaruh terhadap jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh anaknya. Salah satu sebab gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan gizi atau kemauan untuk menerapkan informasi tentang gizi dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi yang baik akan menyebabkan seorang ibu mampu menyusun menu yang baik untuk dikonsumsi oleh anggota keluarga khususnya anak Balita yang mengkonsumsi menu tersebut, yang nantinya berdampak positif terhadap keadaan status gizinya

Kegiatan yang telah dilaksanakan mampu memberikan tambahan pengetahuan bagi ibu Balita dan ibu hamil di Posyandu. Hal ini dibuktikan dengan antusiasme peserta yang mengikuti kegiatan tersebut, yaitu memberikan umpan balik berupa

pertanyaan-pertanyaan tentang materi yang sudah disampaikan. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Notoatmodjo, 2012). Pengetahuan masyarakat yang meningkat akan berdampak terhadap perilaku sehat sehari-hari, terutama dalam peningkatan status gizi terutama pada 1000 HPK untuk mencegah stunting.

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Notoatmodjo, 2007). Setelah mengikuti penyuluhan, diharapkan pengetahuan masyarakat yang meningkat akan berdampak terhadap perilaku sehat sehari-hari, terutama dalam peningkatan status gizi Balita. Apabila status gizi anak optimal, maka anak akan terhindar dari penyakit serta tumbuh kembang anak juga optimal.

Pengetahuan ibu tentang gizi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi pangan. Ibu yang cukup pengetahuan gizinya akan dapat memperhitungkan kebutuhan gizi anak Balitanya agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Selain itu pengetahuan yang dimiliki ibu akan berpengaruh terhadap jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh anaknya. Salah satu sebab gangguan gizi adalah kurangnya pengetahuan gizi atau kemauan untuk menerapkan informasi tentang gizi dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi yang baik akan menyebabkan seorang ibu mampu menyusun menu yang baik untuk dikonsumsi oleh anggota keluarga khususnya anak Balita yang mengkonsumsi menu tersebut, yang nantinya berdampak positif terhadap keadaan status gizinya

Secara umum kegiatan ini dinyatakan berhasil dengan baik. Para ibu hamil dan ibu Balita sangat senang menerima Tim Pelaksana, karena mereka mendapatkan tambahan pengetahuan yang mendukung mereka dalam mengasuh dan menerapkan pola makan seimbang terutama pada 1000 HPK.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa tingkat kehadiran peserta lebih dari target (25 peserta). Evaluasi hasil bertujuan untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan program dengan indikator adanya perubahan pemahaman, pengetahuan ibu hamil dan ibu Balita peserta penyuluhan. Hasil uji-T menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan dan pemahaman setelah diberikan penyuluhan. Rata-rata nilai pre test peserta adalah 19,90 poin, namun pada saat post test meningkat menjadi 25,75 poin. Hasil uji-T juga menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $<0,05$  (0,000), dengan interpretasi ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan peserta sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan.

Berdasarkan hasil evaluasi balikan juga diketahui bahwa 96% peserta menyatakan bahwa kegiatan ini bermanfaat, 100% menyatakan kegiatan sesuai dengan harapan, 100% menyatakan kegiatan tepat waktu, 92% menyatakan model

penyajian materi sudah tepat. Karena itu, kegiatan ini bisa dikatakan berhasil, dimana rata-rata hasil evaluasi di atas 90%.

## KESIMPULAN

- a. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan adalah penyuluhan terhadap ibu hamil dan ibu Balita tentang pentingnya pemenuhan gizi dan pola asuh yang baik pada 1000 HPK, dalam upaya mencegah stunting.
- b. Tingkat kehadiran peserta lebih dari target (25 peserta). Evaluasi hasil menunjukkan adanya perubahan pemahaman, pengetahuan ibu hamil dan ibu Balita peserta penyuluhan. Rata-rata nilai pretest peserta adalah 19,90 poin, namun pada saat posttest meningkat menjadi 25,75 poin. Hasil uji-T juga menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $<0,05$  (0,000), dengan interpretasi ada perbedaan yang signifikan antara pengetahuan peserta sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bappenas 2013. Pedoman Perencanaan Program Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam rangka 1000 Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK), Tahun 2013.
- Black RE, Allen LH, Bhutta ZA, et al for the Maternal and Child Undernutrition Study Group. Maternal and child undernutrition: global and regional exposures and health consequences. *Lancet* 2008. Published online Jan 17. DOI: 10.1016/S0140-6736(07)61690-0.
- Dewi M, Aminah M., 2016, Pengaruh edukasi gizi terhadap feeding practice ibu Balita stunting usia 6-24 bulan. *Indonesian Journal of Human Nutrition*.
- Kementerian Kesehatan RI. 2013. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 75 Tahun 2013 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan bagi Bangsa Indonesia. Jakarta
- \_\_\_\_\_ 2014. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 23 Tahun 2014 tentang Upaya Perbaikan Gizi. Jakarta.
- \_\_\_\_\_ 2016. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Jakarta.
- \_\_\_\_\_ (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Jakarta
- \_\_\_\_\_ 2018. Cegah Stunting Itu Penting. Jakarta
- \_\_\_\_\_ 2021, Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2021
- Kusuma, E.K., 2013, Faktor Risiko Kejadian Stunting pada anak Usia 2-3 tahun di Kecamatan Semarang Timur, Skripsi, Prodi Ilmu Gizi FK Undip, Semarang.
- Peraturan Presiden nomor 42 tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dengan prioritas Seribu Hari Pertama Kehidupan atau 1000 HPK.
- Puskesmas Uitao, 2022, Data Program KIA
- Sudargo, T. (2018). 1.000 Hari Pertama Kehidupan. In. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

- Sukmawati, dkk, 2018, Status Gizi Ibu Hamil, BBLR dengan Stunting pada Balita, Media Gizi Pangan, Vol. 25 Edisi 1.
- Trihono, dkk. 2015. Pendek (Stunting) di Indonesia, masalah dan solusinya. Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- UNICEF. 2012. Programming Guide. Infant and Young Child Feeding, 2012. Lancet Series. 2013.
- WHO, 2014, WHA Global Nutrition Targets 2025: Stunting Policy Brief, Geneva: World Health Organization.