



Edukasi Pencegahan Stunting di 1000 Hari Pertama Kehidupan di Desa Tolisu dan Desa Rusa Kencana Kabupaten Banggai

Dewi T. Lamato^{1✉}, Zamli Zamli²

^{1,2} Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Mega Buana Palopo

Article History

Submit 01 Agustus 2025

Revised 04 September 2025

Accepted 06 September 2025

Kata kunci

Edukasi;
Stunting;
Ibu Hamil;
Penyuluhan;
1000 HPK

Keywords

Education;
Stunting;
Pregnant woman;
Conseling

Abstrak

Stunting merupakan masalah kesehatan yang berdampak panjang pada pertumbuhan dan perkembangan anak. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sejak kehamilan hingga usia dua tahun, adalah masa kritis pencegahan stunting. Rendahnya pengetahuan ibu hamil dan keluarga tentang gizi, pola asuh, dan perilaku hidup sehat masih menjadi faktor risiko utama. Kegiatan pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pencegahan stunting melalui edukasi partisipatif. Kegiatan dilaksanakan di Desa Tolisu dan Desa Rusa Kencana, wilayah kerja Puskesmas Toili II Kabupaten Banggai pada Juli 2025 dengan 30 peserta ibu hamil. Metode berupa penyuluhan menggunakan buku Kesehatan Ibu dan Anak serta diskusi interaktif, dengan evaluasi pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan rata-rata sebesar 42% (dari 8,9 menjadi 9,5). Kegiatan ini meningkatkan kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang, ASI eksklusif, dan perilaku hidup sehat, serta efektif sebagai upaya promotif dan preventif yang dapat diterapkan berkelanjutan di masyarakat pedesaan.

Abstract

Stunting remains a major public health problem in Indonesia, with lasting effects on children's growth and development. The first 1,000 days of life, from pregnancy to the age of two, is a critical period to prevent stunting. Limited knowledge of nutrition, parenting, and healthy behaviors among pregnant women and families contributes to its high prevalence. This community service aimed to improve pregnant women's knowledge about stunting prevention through participatory education. The activity was conducted in Tolisu and Rusa Kencana Villages, Toili II Health Center, Banggai, in July 2025 with 30 pregnant women. Counseling sessions used the Maternal and Child Health handbook and interactive discussions, with knowledge assessed using pre-test and post-test. Results showed a 42% increase in average scores (from 8.9 to 9.5). The program improved awareness of balanced nutrition, exclusive breastfeeding, and healthy practices. This educational intervention proved effective and can be sustained in rural communities.

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu jenis malnutrisi yang terjadi pada anak akibat akumulasi efek kurang asupan gizi dan ada infeksi pada anak sejak proses kehamilan (Hidayat, 2022). Stunting masih menjadi salah satu masalah kesehatan utama di Indonesia yang berdampak panjang terhadap kualitas sumber daya manusia. Berdasarkan hasil Survei Status Gizi

Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting nasional mencapai 19,8% (Kemenkes RI, 2024). Angka ini menunjukkan bahwa hampir satu dari lima anak balita di Indonesia mengalami gangguan pertumbuhan kronis akibat kekurangan gizi, infeksi berulang,

Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) yang dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun merupakan fase emas yang sangat menentukan kualitas hidup anak dimasa depan. Stunting dan masalah gizi lainnya dapat dicegah terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan dan upaya lain seperti Pemberian makanan tambahan, dan fortifikasi zat besi pada bahan pangan. Peningkatan upaya promotif dan preventif dilakukan melalui berbagai cara yaitu peningkatan kesehatan ibu dan anak, KB dan kesehatan reproduksi, penguatan perbaikan gizi masyarakat, peningkatan pengendalian penyakit, penguatan gerakan masyarakat hidupsehat (Germas) dan peningkatan kesehatan dan pengawasan obat dan makanan (Yuwanti et al., 2022).

Upaya pemerintah untuk memperbaiki perilaku warganya di dalam pencegahan stunting terangkum didalam strategi nasional yang terdiri dari lima pilar pencegahan stunting, khususnya Pilar kedua yang meliputi kampanye dan komunikasi perubahan perilaku berskala nasional, Hal-hal yang bisa ditempuh untuk mewujudkan pilar ini ialah meningkatkan komunikasi antar manusia dengan mengembangkan pesan-pesan yang berkesesuaian dengan kebutuhan kelompok target yaitu pengetahuan dan sikap tentang 1000 HPK, yang mana sasarannya adalah WUS dan remaja putri (Tendean et al., 2025).

Penanganan stunting sesuai sasaran merupakan harapan bersama. Upaya penurunan prevalensi stunting dilakukan dengan intervensi 1000 HPK, menyelenggarakan konseling IMD dan ASI Eksklusif (Meri Agritubella & Delvira, 2020)

ASI Eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan, pemberian makanan pendamping ASI mulai anak usia 6 bulan sampai dengan usia 2 tahun, berikan imunisasi dasar lengkap dan vitamin A, pantau pertumbuhan balita di posyandu terdekat, serta terapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Hidayah & Marwan, 2020). Sehingga perlu kebijakan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam hal memberikan nutrisi yang bergizi pada bayi/anak dan ibu hamil (Marni & Ratnasari, 2021).

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 14 hingga 21 Juli 2025 di Desa Tolisu dan Desa Rusa Kencana yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Toili II Kabupaten Banggai dengan dukungan pihak puskesmas, bidan desa, kader posyandu, serta pemerintah desa Sasaran kegiatan adalah seluruh ibu hamil di kedua desa tersebut dengan jumlah peserta sebanyak 30 orang.

Tahap Persiapan

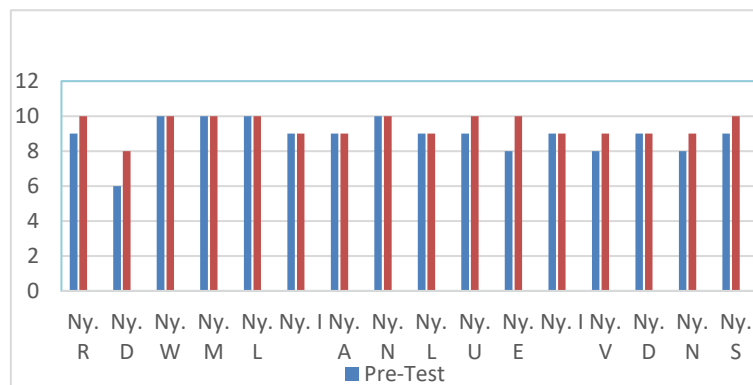
1. Diawali dengan tahap koordinasi bersama pihak Puskesmas Toili II untuk mendapatkan izin
2. menyusun jadwal kegiatan yang disesuaikan dengan hari buka posyandu di masing-masing desa.
3. persiapan materi penyuluhan berupa buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) media gambar, serta materi presentasi yang relevan dengan topik pencegahan stunting

Tahap Pelaksanaan

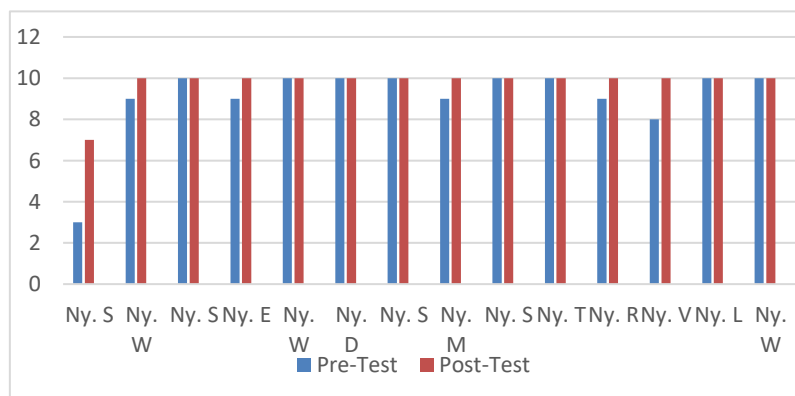
1. dilakukan pengukuran pengetahuan awal peserta melalui pre-test
2. penyuluhan tentang stunting, gizi seimbang, pentingnya ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI, serta pola asuh anak melalui pendekatan partisipatif, diskusi interaktif, dan tanya jawab
3. peserta diminta mengisi post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan.
4. Hasil pre-test dan post-test kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mengukur efektivitas kegiatan dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pencegahan stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan.

HASIL

Adapun hasil dari kegiatan pengabdian Masyarakat ini terkait dengan edukasi pencegahan stunting di 1000 hari pertama kehidupan di desa Tolisu dan desa Rusa kencana kabupaten banggai mulai dari pre-test, penyuluhan, diskusi, hingga post-test Adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Hasil Kuesioner Pre dan Post-test Ibu Hamil Di Posyandu Desa Tolisu



Gambar 2. Hasil Kuesioner Pre dan Post-test Ibu Hamil Di Posyandu Desa Rusa Kencana

Evaluasi hasil menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor pengetahuan sebesar 42%, dari 8,9 sebelum penyuluhan menjadi 9,5 setelah penyuluhan.

Berikut Dokumentasi kegiatan penyuluhan :



Gambar 3. Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting di Posyandu Desa Tolisu



Gambar 4. Kegiatan penyuluhan pencegahan stunting di Posyandu Desa Rusa Kencana

Seluruh hasil yang diperoleh sesuai dengan tujuan kegiatan, yaitu menumbuhkan kesadaran dan pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan stunting sejak masa kehamilan melalui edukasi partisipatif.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengukuran dengan menggunakan kuisioner Peningkatan skor pengetahuan sebesar 42% setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, edukasi partisipatif yang dilakukan di Desa Tolisu dan Desa Rusa Kencana efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang pencegahan stunting, dan diskusi serta pemberian materi terkait 1000 Hari Pertama Kehidupan (Sa'adah et al., 2024). Hasil ini menegaskan bahwa penyuluhan berbasis interaksi, diskusi, dan tanya jawab mampu mengubah cara pandang peserta terhadap pentingnya gizi seimbang, perilaku hidup sehat, serta peran keluarga dalam mencegah stunting sejak masa kehamilan. Strategi bicara digunakan untuk memperluas pengetahuan seseorang karena dengan metode ini sasaran lebih efektif dalam menerima informasi (Rahmadini et al., 2024). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang melaporkan adanya peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah dilakukan edukasi gizi dan ASI eksklusif melalui pendekatan kelompok (Hasneli N et al., 2023). Bahwa metode diskusi interaktif lebih efektif dibandingkan ceramah satu arah dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil mengenai pencegahan stunting. Selain peningkatan skor pengetahuan, diskusi menunjukkan bahwa peserta mulai memahami pentingnya konsumsi gizi seimbang, perilaku hidup bersih,

perawatan payudara untuk persiapan menyusui, dan pemberian ASI eksklusif sebagai bagian dari pencegahan stunting.

Keberhasilan kegiatan ini didukung oleh beberapa faktor, antara lain adanya dukungan dari Puskesmas Toili II, keterlibatan bidan desa dan kader posyandu, serta antusiasme peserta yang tinggi. Media pembelajaran sederhana seperti buku Kesehatan Ibu dan Anak serta ilustrasi gambar juga memudahkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan.

Meskipun demikian, kegiatan ini memiliki keterbatasan karena cakupan wilayah dan jumlah peserta yang relatif kecil, serta belum adanya tindak lanjut jangka panjang untuk memantau perubahan perilaku. Ke depan, program serupa dapat dikembangkan dengan melibatkan lebih banyak desa, menambahkan sesi pendampingan berkelanjutan, dan bekerja sama dengan kader posyandu agar dampak yang dihasilkan lebih luas dan berkelanjutan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui penyuluhan dan edukasi partisipatif tentang pencegahan stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan di Desa Tolisu dan Desa Rusa Kencana berhasil meningkatkan pengetahuan ibu hamil sebesar 42% serta menumbuhkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang, perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemberian ASI eksklusif. Hasil ini menunjukkan bahwa edukasi yang dirancang dengan pendekatan interaktif efektif sebagai strategi promotif dan preventif untuk mencegah stunting. Untuk keberlanjutan program, disarankan agar kegiatan serupa dilakukan secara berkala dan diperluas cakupannya dengan melibatkan kader posyandu dan pemerintah desa, serta disertai pendampingan berkelanjutan guna membentuk perilaku sehat pada ibu dan keluarga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Puskesmas Toili II beserta tenaga kesehatan, bidan desa, kader posyandu, serta pemerintah Desa Tolisu dan Desa Rusa Kencana yang telah memberikan dukungan dan fasilitas selama kegiatan berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Universitas Mega Buana yang telah memfasilitasi program pengabdian kepada masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Hasneli N, Y., Adipa, M. E. A., Liana Putri Ramadlani, Jennyfer Veronika, Nazifah Syahirah Hasanah, Nurul Annisya, Nurwahyuni, Nuryanti, Risti Amanda Putri, & Rishatul Khoiriyah. (2023). Edukasi Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) Sebagai Langkah Pencegahan Stunting di Kelurahan Perawang Kabupaten Siak. *Indonesian Red Crescent Humanitarian Journal*, 2(2), 85–94. <https://doi.org/10.56744/irchum.v2i2.40>
- Hidayah, N., & Marwan, M. (2020). Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menciptakan Generasi Milenial Sadar Gizi Yang Bebas Stunting Melalui Kegiatan 1000 HPK. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 86–93. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.41>
- Hidayat, R. (2022). Prevalensi Stunting Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *JOURNAL OF BAJA HEALTH SCIENCE*, 2(01), 61–77. <https://doi.org/10.47080/joubahs.v2i01.1903>
- Kemendes RI. (2024). *SSGI 2024* (Vol. 17). Kemendes. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2024/>
- Marni, M., & Ratnasari, N. Y. (2021). Penyuluhan Pencegahan Risiko Stunting 1000 Hari Pertama Kehidupan pada Generasi Muda. *Indonesian Journal of Community Services*, 3(2), 116. <https://doi.org/10.30659/ijocs.3.2.116-125>
- Meri Agritubella, S., & Delvira, W. (2020). Efektifitas Poster Pola Diet 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) terhadap Pengetahuan Ibu Hamil tentang Nutrisi dalam Pencegahan Stunting di Puskesmas Rambah Kabupaten Rokan Hulu. *Jurnal Endurance*, 5(1), 168. <https://doi.org/10.22216/jen.v5i1.5027>
- Rahmadini, A. F., Andirni, A., Putri, A., Destiara, A., & Pramesti, N. B. (2024). Edukasi pencegahan stunting pada calon ibu, ibu hamil, bayi dan balita. *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan (JPPK)*, 4(01), 1–7. <https://doi.org/10.34305/jppk.v4i01.1303>
- Sa'adah, H. D., Kurniasih, E., & Komalawati, R. (2024). Edukasi Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan Dalam Meningkatkan Status Gizi Balita di Dsn. Ngronggi, Ds. Grudo, Kab. Ngawi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 7(2), 467–476. <https://doi.org/10.31596/jpk.v7i2.430>
- Tendean, A. F., Ering, C. N., Sumolang, S., & Ponamon, J. F. (2025). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Dengan Perilaku Pencegahan Stunting. *Klabat Journal of Nursing*, 7(1), 46. <https://doi.org/10.37771/kjn.v7i1.1256>
- Yuwanti, Y., Himawati, L., & Susanti, M. M. (2022). Pencegahan Stunting pada 1000 HPK. *Jurnal ABDIMAS-HIP : Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 35–39. <https://doi.org/10.37402/abdimaShip.vol3.iss1.166>