

PEMBERDAYAAN KADER DAN MASYARAKAT TENTANG 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN

Sirajul Muna¹, Roza Aryani²

^{1,2,)} Program Studi Kebidanan Program Profesi, STIKES Muhammadiyah Aceh
e-mail: rajuldarma80@gmail.com

Abstrak

Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) penting dalam menentukan apakah seseorang akan menjadi orang yang cerdas, orang yang sehat karena mempunyai risiko lebih kecil menderita Penyakit Tidak Menular (PTM), dan tidak pendek pada usia dewasa. Seribu hari pertama kehidupan merupakan “jendela peluang emas”. Bila keadaan gizi dan kesehatan pada periode ini optimal, dampak negatif jangka panjangnya dapat dicegah. Kader posyandu sebagai salah satu ujung tombak penggerak kesehatan masyarakat, harus mempunyai pengetahuan yang baik tentang 1000 HPK. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain pemberdayaan kader posyandu dan masyarakat tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan sebagai investasi masa depan. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mengidentifikasi masalah, potensi mitra serta melibatkan langsung kader posyandu dan masyarakat dalam setiap kegiatan pemberdayaan menggunakan *booklet* 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Investasi Masa Depan. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat antara lain adanya peningkatan pengetahuan kader posyandu dan masyarakat tentang ASI, MPASI dalam mendukung keberhasilan 1000 HPK. Pada kegiatan pengabdian masyarakat selanjutnya, ada peningkatan pengetahuan kader posyandu dan masyarakat tentang keluarga berencana mendukung keberhasilan 1000 HPK. Diharapkan kader posyandu dan masyarakat, dapat menerapkan pendidikan kesehatan tentang 1000 hari pertama kehidupan, dalam memberikan asah, asih dan asuh pada periode emas percepatan pertumbuhan perkembangan anak.

Kata kunci: Seribu Hari Pertama Kehidupan, Kader

Abstract

The first thousand days of life is important in determining whether a person will be an intelligent person, a healthy person because he has a smaller risk of suffering from non-communicable diseases, and not short in adulthood. The first thousand days of life are the “golden window of opportunity.” If the state of nutrition and health in this period is optimal, the long-term negative impact can be prevented. Posyandu cadres as one of the spearheads of public health drivers, must have a good knowledge of the first 1000 days of life. The purpose of this community service activity includes the empowerment of posyandu cadres and the community about the first 1000 days of life as a future investment. The method of implementing community service activities identifies problems, potential partners and directly involves posyandu cadres and the community in each empowerment activity using the first 1000 days of future investment life. The results of community service activities include an increase in the knowledge of posyandu cadres and the community about breast milk, MPASI in supporting the success of the first 1000 days of life. In the next community service activities, there is an increase in the knowledge of posyandu cadres and the community about family planning supporting the success of the first 1000 days of life. It is expected that posyandu cadres and the community, can apply health education about the first 1000 days of life, in providing milk, compassion and foster care in the golden period of accelerating the growth of child development.

Keywords: The First Thousand Days Of Life, Cadres

PENDAHULUAN

Masalah gizi di Indonesia bukanlah menjadi hal baru. Saat ini, Indonesia sedang menghadapi beban ganda masalah gizi yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih. Berdasarkan data di Indonesia pada tahun 2013, presentase gizi lebih pada balita sebesar 11,9%. Selain itu prevalensi pendek (stunted) secara nasional tahun 2013 adalah 37,2%, yang berarti terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2010 (35,6%) dan 2007 (36,8%), terdiri dari 18% sangat pendek (severely stunted) dan 19,2% pendek (stunted). Untuk prevalensi sangat kurus (severely wasted) secara nasional tahun 2013 masih cukup tinggi yaitu 5,3%. Sedangkan prevalensi beratkurang adalah 19,6% yang terdiri dari gizi buruk sebesar 5,7% dan gizi kurang 13,9%. Jika dibandingkan dengan angka prevalensi nasional tahun 2007 (18,4 %) dan tahun 2010 (17,9 %) terlihat meningkat (Risksedas, 2013).

Seiring dengan masalah-masalah gizi tersebut, gerakan perbaikan gizi dengan fokus terhadap kelompok 1000 hari pertama kehidupan pada tataran global disebut Scalling Up Nutrition (SUN) dan di Indonesia disebut dengan Gerakan Nasional Sadar Gizi dalam Rangka Percepatan Perbaikan Gizi Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan dan disingkat Gerakan 1000 HPK). Scalling Up Nutrition (SUN) merupakan upaya global dari berbagai negara dalam rangka memperkuat komitmen dan rencana aksi percepatan perbaikan gizi, khususnya penanganan gizi sejak 1000 hari pertama kehidupan. Ibu hamil, ibu menyusui, bayi baru lahir dan anak usia di bawah dua tahun (baduta) merupakan kelompok sasaran untuk meningkatkan kualitas kehidupan 1000 hari pertama manusia. Seribu hari pertama kehidupan adalah periode seribu hari mulai sejak terjadinya kehamilan hingga anak berumur 2 tahun. Seribu hari terdiri dari, 270 hari selama kehamilan dan 730 hari kehidupan pertama sejak bayi dilahirkan. Periode ini disebut periode emas (golden periode) atau disebut juga sebagai waktu yang kritis, yang jika tidak dimanfaatkan dengan baik akan terjadi kerusakan yang bersifat permanen (window of opportunity). Gerakan 1000 hari pertama kehidupan antara lain diarahkan untuk mencapai target yaitu menurunkan proporsi anak balita stunting sebesar 40%, menurunkan proporsi anak balita yang menderita kurus (wasting) kurang dari 5%, menurunkan proporsi bayi lahir dengan berat badan rendah sebesar 30%, tidak ada kenaikan proporsi anak yang mengalami gizi lebih, menurunkan proporsi wanita usia subur yang menderita anemia sebanyak 50%, dan meningkatkan prosentase ibu yang memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan paling kurang 50% (Bappenas, 2012). Dalam gerakan ini, wanita mempunyai peranan penting, terutama wanita usia subur.

Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) penting dalam menentukan apakah seseorang akan menjadi orang yang cerdas, orang yang sehat karena mempunyai risiko lebih kecil menderita Penyakit Tidak Menular (PTM), dan tidak pendek pada usia dewasa. Seribu hari pertama kehidupan merupakan “jendela peluang emas”. Bila keadaan gizi dan kesehatan pada periode ini optimal, dampak negatif jangka panjangnya dapat dicegah. Kader posyandu sebagai salah satu ujung tombak penggerak kesehatan masyarakat, harus mempunyai pengetahuan yang baik tentang 1000 HPK.

Salah satu permasalahan posyandu yang paling mendasar adalah rendahnya tingkat pengetahuan kader baik dari sisi akademis maupun teknis, karena itu untuk dapat memberikan pelayanan optimal di posyandu, diperlukan penyesuaian pengetahuan dan keterampilan kader, sehingga mampu melaksanakan kegiatan posyandu secara optimal pada sasaran.

METODE

Kegiatan ini bertujuan memberdayakan kader posyandu dan masyarakat khususnya ibu hamil, ibu menyusui atau ibu yang mempunyai bayi 0 sampai 24 bulan tentang 1000 hari pertama kehidupan investasi masa depan. Metode yang digunakan dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat ini antara lain mengidentifikasi masalah, potensi mitra serta melibatkan langsung kader posyandu dan masyarakat dalam setiap kegiatan pemberdayaan menggunakan booklet 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Pemahaman sasaran mitra terhadap pendidikan kesehatan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) investasi masa depan yang disampaikan oleh team pengabdian masyarakat, diukur menggunakan kuesioner pada pengukuran pre-post-test. Mitra langsung dari kegiatan ini adalah kader posyandu dan masyarakat khususnya ibu hamil, ibu menyusui atau ibu yang mempunyai bayi 0 sampai 24 bulan. Sasaran mitra kegiatan pengabdian masyarakat yaitu kader posyandu yang berjumlah 18 kader, dan masyarakat khususnya ibu hamil, ibu menyusui atau ibu yang mempunyai bayi 0 sampai 24 bulan dengan jumlah 20 orang ibu. Media penyuluhan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan booklet 1000 Hari Pertama Kehidupan Investasi Masa Depan. Materi

yang disampaikan pada kegiatan pemberdayaan ini adalah periode 1000 HPK, pemenuhan nutrisi selama kehamilan dan menyusui, ASI, MPASI standar WHO, dan KB dalam mendukung keberhasilan 1000 Hari Pertama Kehidupan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada bulan desember 2022. Hasil luaran kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain booklet 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) . Kegiatan ini diawali dengan penyuluhan pada kader posyandu dan masyarakat khususnya ibu hamil, ibu menyusui atau ibu yang memiliki balita tentang ASI dan MPASI mendukung keberhasilan 1000 hari pertama kehidupan. Materi penyuluhan yang diberikan pada kader dan ibu hamil, ibu balita meliputi manfaat ASI, ASI eksklusif, inisiasi menyusui dini, cara menyusui, posisi dan pelekatan saat menyusui, nutrisi ibu yang sedang menyusui, makanan pendamping air susu ibu (MPASI) sesuai standar WHO untuk mendukung keberhasilan 1000 hari pertama kehidupan.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan pada bulan Desember 2022, dengan sasaran kader posyandu dan ibu hamil serta ibu balita, menunjukkan bahwa ada peningkatan skor rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang ASI, MPASI dalam mendukung keberhasilan 1000 hari pertama kehidupan. Skor rata-rata pengetahuan tentang ASI, MPASI mendukung 1000 Hari Pertama Kehidupan dari 18 orang kader posyandu pada pengukuran pretest yaitu 56,93, skor tersebut meningkat pada pengukuran posttest menjadi 83,11. Sedangkan, skor rata-rata pengetahuan tentang ASI, MPASI mendukung 1000

Hari Pertama Kehidupan pada sasaran ibu hamil dan ibu balita yang berjumlah 20 orang, pada pengukuran pretest sebesar 54,34. Pada pengukuran posttest skor pengetahuan ibu hamil, ibu balita tersebut mengalami peningkatan menjadi 82,79. Kader posyandu mempunyai peran dalam memberikan informasi atau edukasi keluarga, dan dukungan dalam pelaksanaan pemantauan pertumbuhan anak (Purbowati, Niken; Sari, Dewi Nirmala; Masitoh, 2020). Bentuk dukungan pada ibu yang mempunyai bayi dan balita di atas 6 bulan, teruskan menyusui sampai anak berumur 2 tahun dan berikan MPASI yang aman, adekuat dan sehat. Kader dapat memberikan saran pada ibu untuk sering cuci tangan dengan air sabun, atau gunakan pembersih tangan dengan alcohol sebelum menyentuh bayi, menggunakan masker bila ibu sedang kurang sehat. Edukasi keluarga juga diberikan oleh kader, antara lain bersihkan dan gunakan disinfektan untuk membersihkan permukaan yang sering disentuh secara berkala (Mediani et al., 2020).

Kader posyandu, secara sukarela mengabdikan dirinya untuk masyarakat, dengan latar belakang pendidikan yang beragam. Pendidikan kader kesehatan ada yang lulusan SD, SMP, SMA maupun perguruan tinggi. Selain bersifat sukarela, orang yang berminat untuk menjadi kader jumlahnya sedikit. Sehingga untuk mengoptimalkan kinerja kader kesehatan atau kader posyandu, dibutuhkan pelatihan penyegaran kader (Himmawan, 2020), (Harini et al., 2020). Pelatihan penyegaran kader ini bisa direalisasikan salah satunya melalui kegiatan pengabdian masyarakat. Pada kegiatan pengabdian masyarakat tahap ini, kader posyandu diberikan pendidikan kesehatan tentang ASI dan MPASI standar WHO dalam mendukung keberhasilan periode 1000 hari pertama kehidupan menggunakan booklet.

Adapun implikasi dari kegiatan pengabdian masyarakat tahap ini adalah (1) meningkatkan peserta atau sasaran dalam mempelajari materi 1000 Hari Pertama Kehidupan, karena booklet yang diberikan dapat digunakan kapan saja, dimana saja dan oleh siapa saja; (2) berdasarkan hasil pengukuran pre-post test pada sasaran yaitu kader dan masyarakat khususnya ibu hamil, ibu menyusui dan ibu yang mempunyai bayi atau baduta, booklet ini memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan sasaran terhadap pemenuhan gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan Investasi Masa Depan; (3) dengan adanya *booklet* 1000 Hari Pertama Kehidupan, peserta sasaran menjadi lebih semangat dalam mempelajari materi 1000 Hari Pertama Kehidupan. Hal tersebut terlihat dari antusiasme para peserta dan hasil *post-test* yang mengalami peningkatan signifikan setelah *booklet* diberikan. Para kader posyandu diharapkan menjadi lebih siap dalam memberikan penyuluhan kepada masyarakat tentang pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan, dan pengetahuan masyarakat pun menjadi lebih baik, sehingga *stunting* dapat dicegah.

Salah satu upaya pemerintah dalam program pencegahan *stunting* dilakukan melalui Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). Program BKKBN yang menanggulangi masalah *stunting*, yaitu program Kependudukan Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK), dari pelaksanaan 8 fungsi keluarga, meliputi (1) fungsi keagamaan, (2) fungsi social

budaya, (3) fungsi cinta kasih, (4) fungsi perlindungan, (5) fungsi reproduksi, (6) fungsi sosialisasi dan Pendidikan, (7) fungsi ekonomi, dan (8) fungsi pembinaan lingkungan. (Rosbin Pakaya, 2021). Pencegahan stunting dapat dilakukan dengan penguatan pengetahuan keluarga, terutama ibu tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan. Partisipasi orangtua dalam perencanaan keluarga dengan menjadi akseptor Keluarga berencana (KB), diharapkan dapat mendukung keberhasilan 1000 hari pertama kehidupan (Tentama et al.,2018).

Penanggulangan stunting dalam periode 1000 hari pertama kehidupan, memerlukan koordinasi dalam berbagai bidang kesehatan, dan juga melibatkan non kesehatan seperti dinas pangan, kependudukan dan keluarga berencana. Keterlibatan ayah telah terbukti memiliki efek pada perilaku kesehatan ibu selama kehamilan, sehingga secara tidak langsung mempengaruhi output kehamilan. Partisipasi aktif pasangan suami istri dalam pengambilan keputusan untuk perencanaan keluarga, diharapkan dapat mencegah kehamilan yang tidak diinginkan, sehingga dampak jangka panjang seperti anak stunting atau wasting dapat dihindari (Muthia & Yantri,2019), (Simanjuntak & Wahyudi, 2021).

SIMPULAN

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan kepada para kader, ibu hamil, ibu yang mempunyai bayi 0-24 bulan dengan para bidan dan dosen STIKES Muhammadiyah Aceh telah terlaksana dengan baik dengan dukungan yang diberikan oleh berbagai pihak baik dari kepala desa mesjid Bungie maupun dari ibu-ibu bidan yang ada di Wilayah Puskesmas Simpang Tiga Kabupaten Pidie
2. Peran serta aktif masyarakat (kader, ibu hamil, ibu yang memiliki bayi 0-24 bulan), disertai dengan dukungan oleh Bidan sebagai preseptor lapangan merupakan hal positif yang harus senantiasa dibangun di komunitas sebagai upaya meningkatkan pengetahuan kader dan masyarakat dalam mewujudkan pemenuhan gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan.

SARAN

Diharapkan kegiatan pemberian Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) pada masyarakat dapat dilakukan tidak hanya kepada ibu-ibu namun juga kepada ayah yang juga terlibat dalam mengasuh dan membesarkan bayinya, dan kegiatannya dilakukan secara rutin dan terprogram baik oleh pihak puskesmas maupun oleh Praktik Mandiri Bidan sebagai upaya asuhan kebidanan yang berkelanjutan (Continuity of Care).

UCAPAN TERIMA KASIH

Syukur alhamdulillah peneliti panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan limpahan rahmat dan karunia-nya sehingga saya dapat menyelesaikan laporan pengabdian masyarakat yang berjudul Pemberdayaan Kader Dan Masyarakat Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan

Shalawat beriringkan salam peneliti hanturkan keharibaan Nabi Besar Muhammad SAW, yang telah berjuang mengangkat derajat kaum wanita dari alam kebodohan ke alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita nikmati saat ini.

Dalam penulisan laporan ini,. saya banyak mendapat masukan, arahan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak, maka atas bantuan tersebut perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang tiada terhingga kepada :

1. Ibu Dra.Hj.Eulisa Fajriana, M. Kes selaku Ketua STIKes Muhammadiyah Aceh.
2. Sri wahyuni, SST, MKM selaku ketua LP2MP
3. Kepala Desa Gampoeng Mesjid Bungie
4. Bidan koordinator, pada bidan desa dan kader desa yang ada di wilayah Kecamatan simpang tiga kabupaten pidie
5. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu per satu baik yang terlibat langsung maupun yang tidak langsung yang telah memberikan dukungan kepada peneliti.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan laporan ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu saya sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun

dari seluruh pihak agar peneliotian ini menjadi lebih baik dan dapat bermanfaat bagi kita semua.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Rahmad, A. H. (2019). Pengaruh Penyuluhan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) pada Pasangan Usia Subur di Perkotaan dan Perdesaan. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 147.
- Alderman, H., & Headey, D. (2018). The timing of growth faltering has important implications for observational analyses of the underlying determinants of nutrition outcomes. *PLoS ONE*, 13(4), 1–16.
- Badan Litbang Kesehatan, K. K. R. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (p. 198).
- Banten, B. K. dan K. B. N. P. (2019). Pengembangan Modul Cetak 1000 Hari Pertama Kehidupan Untuk Pelatihan kader Bina Keluarga Balita di BKKBN. 14(1).
- Endang L Achadi, Anhari Achadi, T. A. (2020). Mengapa 1000 Hari Pertama Kehidupan? In D. Endang L. Achadi, Abdul Razak Thaha, Anhari Achadi, Ari Fahrial Syam (Ed.), Pencegahan Stunting. Pentingnya Peran 1000 Hari Pertama Kehidupan (pp. 49–70). PT. Raja Grafindo Persada.
- Gordon, J. R., & Maule, C. J. (2014). Global Nutrition Targets 2025. Stunting Policy Brief. *Canadian Pharmaceutical Journal*, 122(2), 74–76, 78. <https://doi.org/10.2307/j.ctv1xx9ks4.30>
- Harini, I. M., Lestari, R. D. W. D., Agustina, N. N., Gumilas, N. S. A., Nafiisah, Ernawati, D. A., & Wicaksono, R. B. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan Desa Sokaraja Tengah Dalam Pencegahan Stunting Pada Anak Melalui Pemberian Pengetahuan Tentang Pentingnya Masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). *Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto*, 10, No 1, 358–365.
- Himmawan, L. S. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Pengetahuan Kader Posyandu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (Hpk). *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 1408–1414.
- Mediani, H. S., Nurhidayah, I., & Lukman, M. (2020). Pemberdayaan Kader Kesehatan tentang Pencegahan Stunting pada Balita. *Media Karya Kesehatan*, 3(1), 82–90.
- Muthia, G., & Yantri, E. (2019). Evaluasi Pelaksanaan Program Pencegahan Stunting Ditinjau dari Intervensi Gizi Spesifik Gerakan 1000 HPK Di Puskesmas Pegang Baru Kabupaten Pasaman. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(4), 100–108.
- 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]. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 186. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.186-196>
- Purbowati, Niken; Sari, Dewi Nirmala; Masitoh, S. (2020). Effectiveness of Counseling Using MCH Handbook 2017ed to The Knowledge and Attitudes of Mothers About Monitoring Toddler Growth. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*. Vol.7, No.2, Maret 2020., 7(2).
- Rappaport, S. M. (2016). Genetic factors are not the major causes of chronic diseases. *PLoS ONE*, 11(4), 1–9. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0154387>
- Rosbin Pakaya, S. D. (2021). Pembinaan Dan Penguatan Keluarga Sebagai Upaya Menekan Angka Stunting Melalui Program Keluarga Berencana di Desa Marisa Kecamatan Popayato Timur Kabupaten Pohuwato. *Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*.
- Simanjuntak, B. Y., & Wahyudi, A. (2021). Edukasi tentang 1000 hari pertama kehidupan dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap calon pengantin laki-laki Educational on First 1000 days of life during preconceptions improving knowledge and attitudes of became fathers Abstrak Pendahuluan. *Aceh Nutrition Journal*, 6(1), 100–110.
- Tentama, F., Delfores, H. D. L., Wicaksono, A. E., & Fatonah, S. F. (2018). Penguatan Keluarga Sebagai Upaya Menekan Angka Stunting Dalam Program Kependudukan, Keluarga Berencana Dan Pembangunan Keluarga (Kkbpk). *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 113. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.546>