
Promoting the Importance of Balanced Nutrition in the First 1,000 Days to Reduce Stunting Rates and Distributing Supplementary Feeding (PMT) for Toddlers through Counseling Activities in Dondang Village, Muara Jawa District

Pentingnya Nutrisi Seimbang 1000 Hari Pertama Dalam Penurunan Angka Stunting Serta Pembagian Pmt Bagi Balita Melalui Penyuluhan Di Desa Dondang Kecamatan Muara Jawa

Febby Anggi Lestari¹, Dedi Rahman Nur²

Universitas Widya Gama Mahakam Samarinda

Febbyanggi03639@gmail.com¹, dedirahmannur@uwgm.ac.id²

Correspondence author Email: Febbyanggi03639@gmail.com

Paper received: November 2024; Accepted: Desember 2024; Publish: Januari 2025

Abstract

The first 1,000 days of life (HPK) is a crucial period for preventing stunting and ensuring optimal growth and development in children. Education on the importance of balanced nutrition during the first 1,000 HPK and the distribution of supplementary feeding (PMT) in Dondang Village, Muara Jawa District, was conducted to improve the understanding of pregnant women and mothers with young children. This activity includes explanations about the importance of nutrition, dietary patterns, and the distribution of PMT to toddlers. The results of the outreach show an increase in participants' understanding of the importance of balanced nutrition.

However, this study has limitations in evaluating the long-term impact of the outreach on behavioral changes and the reduction of stunting rates. Additionally, the approach taken in the outreach did not cover other aspects such as sanitation, access to clean water, and parenting, which also play a role in stunting prevention. There is a research gap regarding the importance of a multidimensional approach and the involvement of various parties in stunting prevention. Therefore, further research is needed to explore a more comprehensive and sustainable outreach strategy to ensure long-term success in reducing stunting rates.

Keywords: Stunting, the distribution of PMT for toddlers, the First 1000 Days of a Child's Life

Abstrak

hari pertama kehidupan (HPK) adalah periode krusial untuk mencegah stunting dan memastikan tumbuh kembang optimal pada anak. Penyuluhan tentang pentingnya gizi seimbang selama 1.000 HPK dan penyaluran Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di Desa Dondang, Kecamatan Muara Jawa, dilakukan untuk meningkatkan

=====
pemahaman ibu hamil dan ibu yang memiliki anak balita. Kegiatan ini mencakup penjelasan mengenai pentingnya gizi, pola makan, dan pembagian PMT kepada balita. Hasil penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta terkait pentingnya gizi seimbang. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan dalam mengevaluasi dampak jangka panjang dari penyuluhan terhadap perubahan perilaku dan penurunan angka stunting. Selain itu, pendekatan penyuluhan yang dilakukan belum mencakup aspek lain seperti sanitasi, akses air bersih, dan pola asuh yang juga berperan dalam pencegahan stunting. Terdapat celah penelitian (research gap) terkait dengan pentingnya pendekatan multidimensi dan keterlibatan berbagai pihak dalam pencegahan stunting. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi strategi penyuluhan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan guna memastikan keberhasilan jangka panjang dalam penurunan angka stunting.

Kata Kunci: Stunting, Penyaluran PMT Balita, 1000 Hari Pertama Kehidupan Anak

=====
Copyright and License

Authors retain copyright and grant the journal right of first publication with the work simultaneously licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License that allows others to share the work with an acknowledgment of the work's authorship and initial publication in this journal.



=====
1. Pendahuluan

Indonesia mempunyai permasalahan gizi yang cukup serius, hal ini terlihat dari tingginya kasus gizi buruk pada anak usia sekolah dan anak dibawah usia lima tahun. Permasalahan sehat pada usia sekolah dapat menyebabkan buruknya kualitas pengajaran, tingginya angka ketidakhadiran, dan angka putus sekolah menengah. Kurangnya rezeki yang sehat merupakan akibat dari keadaan gizi baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Stunting merupakan masalah gizi kronis karena merupakan suatu kondisi gizi buruk yang berhubungan dengan gizi buruk sebelumnya. Hambatan tersebut diperkirakan berdasarkan status sehat dengan mempertimbangkan tinggi badan atau panjang badan, usia dan orientasi anak kecil. Sulitnya mengidentifikasi stunting karena masyarakat memiliki kebiasaan tidak mengukur tinggi badan balita atau panjang badannya (K.Dewey 2013). Oleh karena itu, stunting menjadi salah satu tujuan perbaikan gizi di seluruh dunia hingga tahun 2025.

Menghambat atau tinggi pendek (pendek) Suatu kondisi di mana tinggi badan (TB) seseorang tidak sesuai dengan usianya (Nursal et al. 2019), yang diukur dengan skor indeks Z untuk Tinggi Badan Dibandingkan Usia (TB/U). Seseorang dikatakan stunting jika skor indeks TB/U Z-nya di bawah -2 SD. Kemantapan dapat disebabkan oleh kurangnya kualitas atau kuantitas nutrisi, tingginya angka penyakit, atau kombinasi keduanya. Negara-negara dengan kondisi perekonomian yang buruk seringkali menderita kondisi ini.

=====

Makanan adalah sesuatu yang harus dipenuhi oleh manusia. Ketahanan pangan mengacu pada kemampuan masyarakat atau kelompok untuk memberikan akses terhadap pangan yang memadai baik secara finansial maupun alami, terlindungi dan bergizi untuk mengatasi permasalahan demi kehidupan yang sehat dan sejahtera. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa keluarga dengan kerawanan pangan lebih besar kemungkinannya memiliki anak dengan stunting. Di Indonesia, penyakit anak masih menjadi masalah yang mempengaruhi gizi. Permasalahan stunting sebagian besar disebabkan oleh penyakit menular, kurangnya asupan energi dan gizi, serta faktor lainnya (Fadilah 2019).

Meskipun penelitian ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta mengenai pentingnya gizi seimbang selama 1.000 hari pertama kehidupan, penelitian ini masih memiliki keterbatasan dalam mengevaluasi dampak jangka panjang dari penyuluhan terhadap perubahan perilaku dan penurunan angka stunting. Selain itu, pendekatan penyuluhan yang berfokus pada pemberian informasi nutrisi belum mencakup aspek lain yang juga mempengaruhi stunting, seperti sanitasi, akses air bersih, dan pola asuh yang baik. Studi sebelumnya umumnya menekankan pentingnya gizi, namun jarang yang mengeksplorasi pendekatan multidimensi dan keterlibatan berbagai pihak dalam pencegahan stunting. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengisi celah ini dan mengeksplorasi strategi penyuluhan yang lebih komprehensif dan berkelanjutan.

2. Metode

A. Bahan dan Alat

Peralatan dan bahan yang digunakan dalam latihan augmentasi antara lain infocus, speaker, dokumen tayangan power point, lembar partisipasi, dan bahan tulis.

B. Teknik Tindakan PKM

Teknik tindakan sosialisasi kelompok masyarakat yang dilakukan oleh kelompok KKN menggunakan strategi konsentrasi kegiatan. Variasi dari metode PKM Kesehatan, metode kajiannya meliputi penjabaran maksud dan tujuan PKM, perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, dan pelaporan.

C. Menentukan Tujuan dan Gagasan PKM

Tahap selanjutnya adalah menentukan sasaran program sesuai dengan persyaratan instruktif yang diperoleh pada tahap evaluasi. Sasaran aksi penyuluhan kesejahteraan adalah 35 orang ibu yang membawa bayi dan 5 orang ibu hamil yang mengikuti aksi PKM.

D. Menyusun Pengaturan Sebagai bagian dari perencanaan,

TIM KKN dan kader balita telah menyepakati waktu pelaksanaan kegiatan yang akan dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 6 Agustus 2024 pukul 08.00 sampai dengan pukul 12.00 WIB. WIB. Kader balita mengirimkan undangan kepada ibu-ibu yang memiliki anak balita setelah menentukan waktunya. Diputuskan Balai Pertemuan Desa Dondang di Kecamatan Muara Jawa menjadi lokasi kegiatan penyuluhan.

=====

E. Penyelenggaraan Penyuluhan Kesehatan

Diselesaikan untuk membangun pemahaman terhadap persoalan-persoalan yang ada di kancah publik dan memadukan kerangka bayi di internet dengan mengadakan latihan-latihan upaya ke wilayah setempat yang akan dilakukan. Langkah selanjutnya setelah penilaian adalah memilih kegiatan yang memenuhi kebutuhan audiens sasaran. Mediasi dalam aksi PKM ini adalah melalui pemberian penyuluhan.

F. Evaluasi Kebutuhan

Evaluasi terhadap penyuluhan kesehatan kesejahteraan di sub-lokal Dondang. Pendidikan kesehatan diperlukan untuk menjaga dan mencegah balita stunting, berdasarkan wawancara dengan kader balita, ibu balita, dan masyarakat setempat. Materi sekolah kesejahteraan yang disampaikan kebutuhan pada tahap evaluasi meliputi pemahaman materi yang berkaitan dengan hal-hal yang menghambat dan lain-lain. petunjuk hambatan serta akibat dan cara mengatasi hambatan tersebut. Konseling, diskusi, dan mendengarkan powerpoint merupakan metode penyuluhan.

G. Penilaian Latihan PKM

Evaluasi proses dan hasil merupakan bagian dari evaluasi kegiatan pendidikan kesehatan. Kaji hasilnya dengan mensurvei informasi ibu saat mengikuti sekolah kesejahteraan. Menilai proses kegiatan pendidikan kesehatan dengan mengevaluasi kehadiran peserta, penyampaian konten pendidikan, dan tanggapan atau umpan balik peserta.

3. Hasil dan Pembahasan

Investigasi kontekstual diarahkan untuk memutuskan persoalan pelaksanaan penerimaan sehat dari keluarga, khususnya wali, untuk mengawasi hambatan pada anak kecil. Subyek adalah wali dan bayi yang kurang mendapat informasi mengenai hambatan administrasi. Tempat eksekusi dilaksanakan di pusat Konferensi kelurahan Dondang pada Selasa, 6 Agustus 2024.

A. Persiapan

Pengaturan dilakukan sebelum acara penyuluhan dimulai, yaitu penegasan khusus dengan ibu Baby Unit, bidang usaha, perencanaan materi yang akan diperkenalkan, dan pemberitahuan kepada ibu-ibu di kelurahan Dondang.

B. Pelaksanaan kegiatan

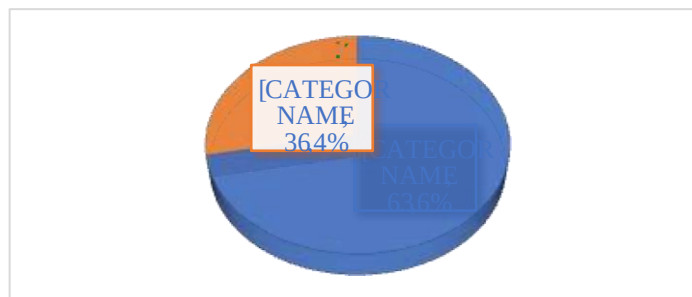
Penyampaian materi sekitar 1000 HPK dalam aksi ini menggunakan strategi Talk. Cara ini dipilih agar masyarakat umum lebih mudah memahami informasi penting kesehatan yang disampaikan narasumber. Usai pemaparan, diharapkan ibu hamil dan ibu balita dapat memahami, mengingat, dan mengubah pola makan sehatnya. Sasaran peningkatan pendidikan dan kesejahteraan sehubungan dengan pentingnya 1000 HPK adalah ibu hamil dan ibu balita di kelurahan Dondang Wilayah Muara Jawa. Gerakan tersebut dilakukan secara langsung di Lobi kelurahan Dondang dengan melaksanakan konvensi kesejahteraan.

=====

Peningkatan kesejahteraan melalui penyuluhan kesejahteraan diyakini dapat membuat ibu hamil dan ibu yang memiliki anak kecil di Kota Dondang semakin sadar akan pentingnya masa 1000 HPK bagi anak dan bayi sehingga para ibu dapat memenuhi kebutuhan sehat ibu dan anak (Sugawara and Nikaido 2014). Tahapan dalam melaksanakan latihan peningkatan kesejahteraan meliputi tahap perencanaan (menyiapkan seluruh perangkat dan perangkat keras gerakan), tahap pelaksanaan (pembukaan, pemberian materi dan penutupan), dan tahap penilaian (penilaian proses dan penilaian hasil).

PEMBAHASAN

Hasil latihan upaya ke wilayah setempat diperoleh 33 anggota yang ikut serta dalam aksi



Gambar 1: Karakteristik Peserta Kegiatan

Latihan penjangkauan daerah setempat diikuti oleh ibu-ibu di unit terdekat serta ibu hamil dan ibu dengan anak kecil. Pada saat melakukan gerakan, para anggota aksi terlihat serius dan energik memperhatikan data-data yang diperkenalkan oleh kelompok. Mayoritas peserta menanyakan pertanyaan seputar gizi ibu hamil dan gizi seimbang balita pada sesi diskusi/tanya jawab. Peserta juga antusias bertanya tentang hal-hal yang belum mereka pahami.

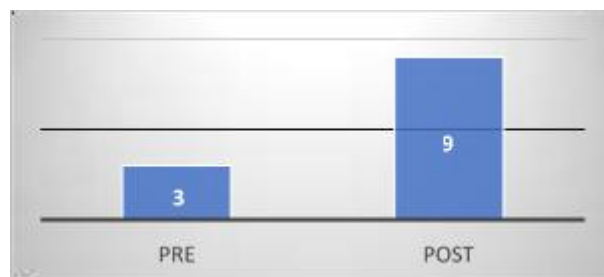


Gambar 2. Dokumentasi pelaksanaan Penyuluhan Stunting



Gambar 3. Dokumentasi Pemberian Asupan Gizi kepada Balita

Untuk melakukan asesmen, saat melakukan gerakan, rombongan memberikan 10 proklamasi terkait 1000 Hari Awal Kehidupan Anak yang berpusat pada rezeki saat hamil dan berisi penyesuaian gizi. Hasil penilaian seharusnya terlihat pada Gambar 4.



Gambar 4. rata-rata jawaban benar sebelum dan sesudah penyuluhan

Kuesioner berisi sepuluh pernyataan terkait Vitamin ibu hamil dan vitamin proposional digunakan untuk menilai ilmu ibu balita dan ibu hamil mengenai manfaat 1000 HPK. Peserta biasanya menjawab dengan benar tiga dari sepuluh pernyataan sebelum menerima pendidikan. Keadaan ini memberitahukan bahwa ibu mempunyai penjelasan yang tidak signifikan sekitar 1000 HPK. Teknik penghambatan perlawanan memerlukan informasi dan pemahaman yang besar. Informasi dan pemahaman para ibu akan berartinya 1000 HPK sangat penting menjadi alasan berperilaku.

Masa 1000 HPK menumbuhkan kesempatan asal mula aktivitas bila sedang dalam perut batas 2 tahun awal kehidupan. ketika awal mula kehidupan ini disebut pula sama kerangka Waktu Cemerlang (Brilliant Time frame). 1000 HPK ini penting karena sangat berdampak pada pesatnya perkembangan dan perkembangan anak, sehingga akan mempengaruhi apa yang ada di simpanan. (Sudargo, 2018).

Inti dari pemberian nutrisi pada papan atas 1000 HPK ialah akan menghindari penyakit tidak sehat yang menjadi penyakit serius pada bayi akibatnya bisa mengganggu proses tumbuh kembang serta menambah kelesuan dan kematian anak (World Health Organization 2011). Pada kegiatan ini peningkatan kenyamanan lewat bimbingan pentingnya 1000 HPK dipusatkan pada topik sebagai berikut: 1) Pengertian stunting; 2) Dampak gizi buruk selama 1000 HPK; 3) Kebutuhan vitamin balita; 4) dorongan gizi selama 1000 HPK; dan 5) Definisi 1000 HPK.

Setelah diberikan pendidikan, pengetahuan dan pemahaman anggota bertambah yang ditunjukkan dengan bertambahnya jawaban normal kanan anggota mulai poin 3 naik ke poin 9. keadaan ini membuktikan maka data mengenai bermanfaatnya 1000 HPK umumnya disambut bagus bagi beberapa anggota. kejadian ini membuktikan maka data-data yang disampaikan melalui strategi pembicaraan dalam aksi ini secara umum masuk beserta bagus bagi para anggota. Sambutan merupakan cara yang paling umum dilakukan dalam berbicara dengan orang lain, lebih tepatnya dengan berbicara secara lugas sehingga audiens dapat dengan mudah memahami informasi yang disampaikan.

4. Kesimpulan

Telah dilakukan penyuluhan kepada masyarakat khususnya latihan peningkatan kesejahteraan melalui pendidikan tentang pentingnya 1000 hari pertama kehidupan anak (HPK) sebagai upaya untuk mencegah hambatan di Kota Dondang Wilayah Muara Jawa. Gerakan ini diikuti bagi 33 anggota yang terdiri dari ibu hamil dan ibu yang mempunyai bayi. menurut penilaian, rata-rata respon akurat anggota berkembang dari rata-rata 3 (menunjukkan pandangan buruk) sebelum pendidikan naik ke 9 (menunjukkan pandangan baik). Dengan semakin majunya ilmu pengetahuan, diyakini bahwa ibu hamil dan ibu yang memiliki bayi dapat mengatasi beberapa permasalahan selama kehamilannya dan memberikan nutrisi yang tepat kepada anak kecil sehingga angka komplikasi dapat dikurangi.

Saran

Mengingat dampak dari upaya di atas, pencipta memberikan kontribusi kepada masyarakat setempat agar dapat memenuhi asupan nutrisi selama hamil dan menyusui bayi serta memberikan rezeki yang seimbang, sehingga angka hambatan dapat dikurangi.

Ucapan Terimakasih

Terimakasih saya ucapkan kepada ibu – ibu Kader, dan seluruh masyarakat yang terlibat pada penyuluhan pentingnya Nutrisi Seimbang 1000 Hari Pertama Dalam Penurunan Angka Stunting

=====

Daftar Pustaka

- Arbain, A., & Santoso, D. (2023). Pengenalan subtitle dan terjemahan film berbahasa Inggris. *Masyarakat Berdaya dan Inovasi*, 4(1), 65-70.
- Arbain, A., & Nur, D. R. (2018, January). The use of magic and fairy tale dice to improve students' ability in writing narrative text. *In the 1st International Conference on Intellectuals' Global Responsibility (ICIGR 2017)* (pp. 91-94). Atlantis Press.
- Dinkes RI, 2013. 2013. "Dinas Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2013."
- Ditjen Pemasaryakatan. 2016. "Factors Affecting Early Childhood Growth and Development: Golden 1000 Days." *Advanced Practices in Nursing*. <https://doi.org/10.4172/2573-0347.1000101>.
- Fadilah, Siti Nadiyah Nurul. 2019. *Faktor Genetik, Pola Asuh, Dan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Faktor Risiko Stunting Pada Balita*. Universitas Jember. Konsentrasi Wilayah Kerja Puskesmas Ijen Kabupaten Bondowoso), Arsip Universitas Jember.
- Fitriana, R., Nur, D. R., & Arbain, A. (2017). Pelatihan dan simulasi IELTS bagi mahasiswa dan dosen di lingkungan fakultas pendidikan dan keguruan program studi bahasa inggris universitas widya gama mahakam samarinda. *Jurnal Abdimas Mahakam*, 1(2), 88-95.
- Jember, Kantor Kesejahteraan Wilayah. 2022. "Stunting Untuk Target Jember 2022 Turun Menjadi 10%."
- K.Dewey. 2013. *Tantangan Memenuhi Kebutuhan Gizi Bayi Dan Anak Usia Dini Selama Masa Pemberian Makanan Pendamping: Perspektif Evolusioner*. Nutr.
- Nursal, Azrimaidaliza, D H., Rahmy A G., and R Asri. 2019. "Karakteristik Anak-Anak Yang Mengalami Stunting Di Kota Padang, Usia 24 Hingga 36 Bulan." *Malaysian Diary of General*.
- Sugawara, Etsuko, and Hiroshi Nikaido. 2014. "Properties of AdeABC and AdeIJK Efflux Systems of Acinetobacter Baumannii Compared with Those of the AcrAB-TolC System of Escherichia Coli." *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>.
- Wellbeing Medication Dark, R E. 2013. "Gizi Buruk Dan Obesitas Pada Ibu Dan Anak Di Negara-Negara Berpenghasilan Rendah Dan Menengah."
- World Health Organization. 2011. *Interpretation Guide Nutrition Landscape Information System (NLIS)*. Who. Understanding Aide Switzerland: WHO Press. www.who.int/nutrition.