

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat

21 November 2020, Hal. 729-734

e-ISSN: 2686-2964

## **Persiapan 1000 hari pertama kehidupan (HPK) pada remaja melalui edukasi kesehatan dan gizi remaja**

Dody Hartanto, Ratu Matahari, Desi Nurfitra

Universitas Ahmad Dahlan, Jl. Ringroad Selatan, Kragilan, Tamanan, Kec. Banguntapan,  
Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta  
Email: ratu.matahari@ikm.uad.ac.id

### **ABSTRAK**

*Stunting* atau anak pendek adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu cukup lama atau akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. *Stunting* dapat terjadi sejak janin dalam kandungan dan terlihat saat anak berusia dua tahun. Prevalensi angka balita pendek atau *stunting* di Provinsi DIY masih tergolong cukup tinggi jika dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 (8,2%). Salah satu kabupaten di Daerah Istimewa Yogyakarta yang menjadi kabupaten atau kota prioritas intervensi *stunting* adalah Kabupaten Bantul. Tujuan kegiatan ini adalah mengkaji kesiapan organisasi pemuda desa (karangtaruna) dalam mencegah *stunting* di 1000 HPK melalui kegiatan edukasi dan ketrampilan analisis masalah dengan pendekatan studi kasus. Kegiatan edukasi dilakukan dengan pendekatan *workshop* pada kelompok karangtaruna padukuhan Garon desa Panggunharjo sebanyak 19 orang dan 5 orang pendamping kelompok Bina Keluarga Remaja (BKR). Kegiatan *workshop* dilakukan dengan metode penyuluhan, tanya jawab, dan studi kasus. Peserta sangat antusias mengikuti kegiatan ini dari awal hingga akhir. Pengetahuan kelompok sasaran terhadap topik kesehatan dan gizi remaja juga mengalami peningkatan sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

**Kata kunci:** 1000 HPK, edukasi remaja, Karangtaruna, *stunting*

### **ABSTRACT**

Stunting or short children is a chronic malnutrition problem caused by insufficient nutritional intake for a long time due to feeding that is not in accordance with nutritional needs. Stunting occurs when the fetus is still in the womb and is seen when the child is two years old. The prevalence of stunting in the province of Yogyakarta is still quite high when compared to Indonesia Basic Health Survey (Riskesdas) 2013 (8.2%). One of the districts in the Special Region of Yogyakarta that is the priority district for stunting intervention is Bantul Regency. The purpose of this activity is to increase the knowledge and skills of village youth in readiness to carry out the first 1000 days of life (HPK) as an effort to prevent stunting. Educational activities with a workshop approach have been carried out in the Karangtaruna group at the Garon village of Panggunharjo as many as 19 people and 5 assistants from the Youth Family Development group (BKR). Workshop activities are carried out using extension methods, group discussion, and case studies. Participants were very enthusiastic about participating in this activity from beginning to end. Target group's knowledge of health topics also increased before and after the intervention.

**Keywords:** 1000 HPK, Karangtaruna, *stunting*, youth education

## PENDAHULUAN

*Stunting* atau anak pendek adalah masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh asupan gizi yang kurang dalam waktu cukup lama akibat pemberian makanan yang tidak sesuai dengan kebutuhan gizi. *Stunting* terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan terlihat saat anak berusia dua tahun (Pantaleon *et al.*, 2016). Indonesia termasuk dalam 17 negara di dunia yang mempunyai prevalensi tinggi *stunting*, *wasting*, dan *overweight* pada balita, yaitu 37,2% balita mengalami pendek/sangat pendek, 12,1% balita mengalami *wasting*, dan 11,9% balita mengalami *overweight* (Sefaya *et al.*, 2017).

*Stunting* adalah suatu keadaan dimana tinggi badan seseorang diketahui lebih pendek jika dibandingkan dengan tinggi badan orang lain yang sebaya dengannya. Angka *stunting* di Indonesia termasuk tinggi dan bergaris lurus dengan angka gizi buruk. Penyebab utama dari terjadinya kasus *stunting* adalah kurangnya asupan gizi yang diterima sejak 1000 hari pertama kehidupan. Kurangnya kesadaran dan pengetahuan ibu tentang pentingnya asupan gizi dan pola pengasuhan untuk anak juga dapat menjadi penyebab timbulnya *stunting*. Selain itu, terbatasnya akses masyarakat terhadap makanan bergizi, air bersih, sanitasi, dan fasilitas kesehatan menjadi penyebab lain terjadinya *stunting* (Sahitarani *et al.*, 2020).

Prevalensi angka *stunting* atau balita pendek menurut tinggi badan dan usia di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berdasarkan profil kesehatan DIY pada tahun 2016 sebesar 14,36. Angka ini turun menjadi 13,86 pada tahun 2017. Namun prevalensi angka balita pendek atau *stunting* di Provinsi DIY masih tergolong cukup tinggi jika dibandingkan dengan Riskesdas tahun 2013 (8,2%). Salah satu kabupaten di Daerah Istimewa Yogyakarta yang menjadi kabupaten atau kota prioritas intervensi *stunting* adalah Kabupaten Bantul (Arsyati, 2019).

Berdasarkan data Riskesdas 2017 jumlah angka kejadian *stunting* di Kabupaten Bantul mencapai 22,89% dan menjadikan Kabupaten Bantul sebagai wilayah prioritas penanggulangan *stunting* tahun 2019. Lalu mengapa target sasaran kami remaja? 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan masa yang paling kritis dalam tumbuh kembang anak. Sebanyak 48,9% ibu hamil menderita anemia dan sebagian lainnya mengalami gangguan Kurang Energi Kronis (KEK) yang berakibat prevalensi bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) masih tinggi yaitu 6,2% (Mustika & Syamsul, 2018). BBLR merupakan penyebab utama terjadinya *stunting*. Pemberian ASI, makanan, dan pola asuh pada periode 0-23 bulan yang tidak tepat mengganggu tumbuh kembang anak. Namun, *stunting* tidak hanya dipengaruhi oleh status gizi ibu dan anak 1000 HPK tetapi juga dipengaruhi oleh gizi ibu pada periode sebelumnya, terutama pada masa pra kehamilan yaitu pada fase wanita usia subur (WUS) atau remaja WUS dan atau remaja merupakan sasaran penting dalam pencegahan *stunting* (Bappenas, 2013).

## METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam 2 hari yaitu 14-15 November 2020 yang terdiri dari:

### A. Persiapan

Tahapan persiapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat yaitu

1. Koordinasi dengan pihak mitra dalam hal ini adalah kepala Dusun Garon, Desa Panggungharjo Kabupaten Bantul terkait jadwal pelaksanaan kegiatan, lokasi kegiatan, peserta kegiatan, dan mekanisme teknis pendukung program pengabdian kepada masyarakat.
2. Tim pengabdian kepada masyarakat Universitas Ahmad Dahlan menyusun modul pelatihan yang berjudul “**Modul Edukasi Remaja: Generasi Milenial Bergizi**” akan dibagikan kepada peserta pelatihan. Selain itu, tim pelaksana juga menyiapkan lembar

*pre-post test* dan desain *e-sertifikat* untuk peserta pelatihan. Pada tahap persiapan, tim pengabdian kepada masyarakat dibantu oleh dua orang mahasiswa.

## B. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan PPM ini disusun secara sistematis yang tersaji dalam Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Pelaksanaan kegiatan PPM

Hari ke-1 (14 November 2020)				
No.	Materi	Waktu	Fasilitator	Keilmuan
Pre Test				
1.	Edukasi Remaja Milenial dalam Mempersiapkan 1000 HPK	60 menit	Dr.Dody Hartanto,M.Pd	Bimbingan Konseling
2.	Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja dalam Persiapan 1000 HPK	60 menit	Ratu Matahari,S.KM.,M.A.,M.Kes	Kesehatan Masyarakat
3.	Edukasi Remaja dan Permasalahan Kesehatan	60 menit	Desi Nurfita,S.KM.,M.Kes (Epid)	Kesehatan Masyarakat
Hari ke-2 (15 November 2020)				
4.	Pelatihan remaja milenial dalam mempersiapkan 1000 HPK melalui studi kasus	240 menit	Seluruh Fasilitator	Bimbingan Konseling dan Kesehatan Masyarakat

## C. Rencana Keberlanjutan Program

Rencana keberlanjutan program pengabdian kepada masyarakat disajikan pada Tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Rencana keberlanjutan program PPM

Rencana Jangka Panjang	Tindak Lanjut Program	Mitra
Pembentukan kelompok remaja sadar gizi	Pendampingan remaja Monitoring indeks massa tubuh (IMT) remaja.	Puskesmas Sewon II Dinkes Kab.Bantul

## HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Berdasarkan koordinasi dengan mitra pengabdian kepada masyarakat pada tanggal 28 September 2020 telah disepakati bahwa pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Penguatan Organisasi Pemuda Desa Dalam Melaksanakan Program 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Dusun Garon, Panggungharjo, Sewon, Bantul, DIY” dilaksanakan pada tanggal 14 & 15 November 2020. Kegiatan ini dihadiri sebanyak 19 remaja dan 5 pendamping Bina Keluarga Remaja (BKR).

Kegiatan utama pengabdian ini adalah berupa *workshop* kesiapan remaja dalam mempersiapkan 1000 HPK. *Workshop* ini dilakukan dengan memberikan edukasi kepada kelompok sasaran dan diskusi studi kasus. Upaya fasilitator untuk menyampaikan materi dengan cara yang menarik, maka pada kegiatan *workshop* tersebut juga dilakukan diskusi kelompok, permainan, pemutaran video, serta *display* gambar agar peserta *workshop* lebih mudah untuk memahami materi yang disampaikan. Uraian pelaksanaan kegiatan dijelaskan sebagai berikut:

Hari *pertama* (Sabtu, 14 November 2020), kegiatan di hari pertama yaitu memberikan edukasi kepada kelompok sasaran. Namun, sebelum melakukan kegiatan edukasi, peserta *workshop* diminta untuk mengisi lembar *pre test*. Edukasi pertama adalah kesehatan reproduksi dan gizi remaja yang disampaikan oleh Ratu Matahari, S.KM., M.A., M.Kes. Edukasi berikutnya adalah masalah kesehatan yang dihadapi oleh remaja yang disampaikan oleh Desi Nurfiti, S.KM., M.Kes (Epid), penutup sesi edukasi dilakukan dengan memberikan edukasi terkait kesiapan generasi millennial untuk mempersiapkan 1000 HPK oleh Dr. Dody Hartanto, M.Pd. Peserta diminta mengisi *form post* test setelah sesi edukasi selesai dilakukan.

Hari *kedua* (Minggu, 15 November 2020), pada sesi kedua peserta *workshop* diminta untuk dibagi ke dalam tiga kelompok dan masing-masing kelompok diberi nama tim Yu Ning (tim 1), tim Bu Tedjo (tim 2), dan tim Tilik (tim 3). Tim 1 mendapatkan tema kehamilan tidak diinginkan (KTD) pada remaja, tim 2 mendapatkan tema kehamilan tidak diinginkan dan tidak memeriksakan kehamilannya, tim 3 mendapatkan tema anoreksia pada remaja. Pada kegiatan diskusi studi kasus ini, masing-masing tim diberikan waktu selama 30 menit untuk memberikan solusi atas permasalahan yang didapatkan kemudian memaparkan hasil diskusi yang telah dilakukan. Pada sesi studi kasus, para peserta dapat mengemukakan pendapat untuk memberikan solusi terhadap permasalahan yang diberikan.

Tim pengusul pada hari kedua memberikan formulir penilaian evaluasi kegiatan kepada peserta *workshop*. Hasil penilaian evaluasi kegiatan digunakan sebagai alat ukur untuk meningkatkan kualitas pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya. Hal-hal yang dinilai dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat dikelompokkan menjadi tiga bagian yaitu: (1). Pelaksanaan pelatihan yang terdiri dari tema pelatihan, kelengkapan materi, sikap penyelenggara dan alat bantu yang digunakan; (2) Narasumber yang dinilai adalah penguasaan masalah, cara penyajian, manfaat materi, interaksi dengan peserta, serta penggunaan alat bantu; (3). Fasilitas pendukung lainnya yang terdiri dari fasilitas ruangan, *sound system*, serta konsumsi. Berdasarkan hasil evaluasi kegiatan dapat diketahui bahwa peserta *workshop* memberikan penilaian yang positif terhadap penyelenggara dan jenis kegiatan yang telah dilakukan. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai dengan kategori “memuaskan” pada beberapa bidang yaitu kelengkapan materi, sikap penyelenggara, penguasaan masalah, dan manfaat materi yang diberikan untuk peserta.

Kegiatan edukasi yang telah dilakukan dengan metode penyuluhan, tanya jawab, dan juga studi kasus. Pembelajaran melalui komunikasi dua arah, penggunaan media video dinilai sebagai media pembelajaran yang dapat menambah minat belajar audiens (Prabandari *et al.*, 2018). Metode studi kasus dan *role play* merupakan teknik penyampaian informasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan suatu kelompok terhadap topik yang sedang dibahas. Proses studi kasus dan *role play* memicu peserta pelatihan untuk lebih banyak berfikir dan mengaktualisasikan kreativitas mereka dalam menyelesaikan permasalahan terkait kesehatan reproduksi remaja yang dipaparkan dibandingkan metode ceramah. Hal tersebut sejalan dengan sebuah kajian yang dilakukan tentang pemberian intervensi ceramah video dan ceramah dengan teknik diskusi terhadap pengetahuan dan sikap remaja terkait kesehatan (Prabandari *et al.*, 2018; Azizah *et al.*, 2020).

Kegiatan ini memberikan dampak terhadap input pengetahuan terkait kesehatan dan gizi remaja pada anggota karang taruna padukuhan Garon, Desa Panggungharjo, Kab.Bantul

yang dijelaskan pada lembar evaluasi kegiatan. Hasil analisis evaluasi kegiatan dijabarkan pada Tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil evaluasi kegiatan

No	Nama	Umur	JK	Komentar
1	A	17	P	Bermanfaat bagi warga dusun garon
2	B	17	P	Tema yang diambil bagus dan sangat bermanfaat, pembawaan materinya juga bagus dan tidak boring
3	C	18	P	Terimakasih atas ilmu yang di tularkan, sangat berfaedah untuk remaja saat ini agar bisa mempertimbangkan perilaku yang akan di lakukan para remaja garon
4	G	48	P	terimakasih untuk ilmu yang berguna
5	H	35	P	Sudah bagus, terimakasih atas ilmu yang diberikan dan dapat di terapkan dalam mendidik anak"
6	I	40	P	Pengen adanya sosialisasi ini kita bisa menambah pengetahuan tentang mengatasi masalah yang terjadi pada remaja dan pencegahannya
7	K	15	P	Sangat memuaskan karena dapat menambah wawasan
8	M	45	P	Sangat menarik tema dan penyampaianya
9	N	18	P	Penguasaan masalah, cara penyajian dan manfaat materi sangat bagus
10	O	21	P	Terimakasih untuk ilmu yang bermanfaat semoga ilmu yang diajarkan dapat kami amalkan di kehidupan sehari-hari
11	Q	37	P	Terimakasih, sangat bermanfaat dan menambah ilmu
12	R	23	P	Penyampaian materi baik
13	T	46	L	sangat bermanfaat untuk remaja khususnya, juga untuk orangtua untuk mendidik anak

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa pemuda Padukuhan Garon Desa Panggunharjo, Kec.Sewon, Kabupaten Bantul siap melaksanakan kegiatan pencegahan *stunting* di 1000 HPK yang dibuktikan dengan antusiasme dalam mengikuti *workshop*, kebermanfaatan dari materi yang telah disampaikan, serta kemampuan dalam menyelesaikan masalah pada sesi studi kasus.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terimakasih kepada Universitas Ahmad Dahlan dan khususnya Lembaga Penelitian dan Pengabdian (LPPM UAD) yang telah mendanai kegiatan ini dari tahap persiapan hingga pelaksanaan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Arsyati, A. M. (2019). Pengaruh Penyuluhan Media Audiovisual dalam Pengetahuan Pencegahan Stunting pada Ibu Hamil di Desa Cibatok 2 Cibungbulang. *PROMOTOR*, 2(3), 182-190. <http://dx.doi.org/10.32832/pro.v2i3.1935>
- Azizah, N., Rosyidah, R., & Nastiti, D. (2020). Masa Remaja dan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Santri Putri Pondok Pesantren Al-Hamdaniyah. *Jurnal Penamas Adi Buana*, 4(1), 1-4. <https://doi.org/10.36456/penamas.vol4.no1.a2414>
- Bappenas. (2013). Perkembangan Gerakan 1000HPK. *Buletin 1000HPK*, (2), 1-4.
- Mustika, W., & Syamsul, D. (2018). Analisis Permasalahan Status Gizi Kurang pada Balita di Puskesmas Teupah Selatan Kabupaten Simeuleu. *Jurnal Kesehatan Global*, 1(3), 127. <https://doi.org/10.33085/jkg.v1i3.3952>
- Pantaleon, M. G., Hadi, H., & Gamayanti, I. L. (2016). Stunting Berhubungan dengan Perkembangan Motorik Anak di Kecamatan Sedayu, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 3(1), 10-21. [http://dx.doi.org/10.21927/ijnd.2015.3\(1\).10-21](http://dx.doi.org/10.21927/ijnd.2015.3(1).10-21)
- Prabandari, A. W., Hastuti, S., & Widyastuti, Y. (2018). Pengaruh Pemberian Penyuluhan dengan Media Video dan Booklet terhadap Tingkat Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja di SMK 2 Muhammadiyah Bantul (*Doctoral dissertation*), Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes.
- Sahitarani, A. S., Paramashanti, B. A., & Sulistiyawati, S. (2020). Kaitan Stunting dengan Frekuensi dan Durasi Penyakit Infeksi pada Anak Usia 24-59 Bulan di Kecamatan Sedayu, Kabupaten Bantul. *Journal of Nutrition College*, 9(3), 202-207. <https://doi.org/10.14710/jnc.v9i3.26952>
- Sefaya, K. T., Nugraheni, S. A., & Pangestuti, D. R. (2017). Pengaruh Pendidikan Gizi terhadap Pengetahuan Gizi dan Tingkat Kecukupan Gizi terkait Pencegahan Anemia Remaja (Studi pada Siswa Kelas XI SMA Teuku Umar Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(1), 272-282.