

PELATIHAN 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN BAGI REMAJA PENDAMPING PENCEGAHAN STUNTING DI DESA SENA

Roni Gunawan¹⁾, Lufthiani²⁾, Sudana Fatahilih Pasaribu³⁾, Herkules⁴⁾

¹⁾Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia,

²⁾Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara,

³⁾Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia,

⁴⁾Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Medan

roni.creation99@gmail.com

Abstract

Stunting is a highly important and pressing issue that needs to be addressed in Indonesia today to ensure the future quality of human resources in facing the Demographic Bonus. One of the strategies to tackle this issue is by paying attention to the First 1000 Days of Life (HPK). Adolescents who are ready for marriage are the target audience for this initiative, with the hope that they will understand and be capable of being advocates within their communities in promoting the concept of the First 1000 Days of Life. Therefore, this community engagement activity is carried out through training on the First 1000 Days of Life for adolescent advocates. The goal is to enhance the knowledge of adolescents regarding the First 1000 Days of Life and to inspire their commitment to become advocates within their communities. The implementation method of this community engagement activity includes group formation, training, and mentoring of adolescent advocates. The outcomes of this activity include an increase in the knowledge of adolescents about the First 1000 Days of Life, and these adolescents are also committed to becoming advocates who will help promote awareness of the First 1000 Days of Life within their communities. This activity marks the initial steps that play a significant role in empowering communities to prevent stunting as early as possible.

Keywords: Stunting, 1000 HPK, Adolescents, Training, Mentoring.

Abstrak

Stunting merupakan masalah yang sangat penting dan mendesak untuk diselesaikan saat ini di Indonesia agar kualitas sumber daya manusia kedepan benar-benar bagus dalam menghadapi bonus Demografi, salah satunya dengan memperhatikan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Remaja yang siap menikah merupakan target dari kegiatan ini yang harapannya memahami dan mampu menjadi pendamping di tengah masyarakat dalam memasyarakatkan 1000 HPK. Oleh karena itu kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui pelatihan 1000 HPK pada remaja pendamping. Tujuannya adalah meningkatkan pengetahuan remaja tentang 1000 HPK dan bermotivasi menjadipendamping di tengah-tengah masyarakat. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini yakni pembentukan kelompok, pelatihan dan pendampingan pada remaja pendamping. Hasil yang diperoleh pada kegiatan ini yaitu terjadinya peningkatan pengetahuan remaja tentang 1000 HPK, selain itu remaja juga berkomitmen untuk menjadi pendamping yang akan membantu mensosialisasikan 1000 HPK di Masyarakat. Kegiatan ini merupakan rangkaian awal yang berperan besar dalam menciptakan upaya pemberdayaan masyarakat dalam mencegah terjadinya stunting sedini mungkin.

Kata kunci: Stunting, 1000 HPK, Remaja, Pelatihan, Pendampingan.

PENDAHULUAN

Pendidikan keluarga yang baik pada 1000 hari pertama kehidupan

anak memiliki peran penting dalam membangun dasar yang kuat bagi perkembangan dan kesehatan anak di

masa depan. Pasangan usia subur di desa-desa masih kurang mendapatkan pendidikan yang memadai terkait dengan pentingnya pendidikan keluarga pada 1000 hari pertama kehidupan anak. Oleh karena itu, diperlukan suatu program inovatif yang dapat memberikan pelatihan dan pendampingan berbasis media sosial pada pasangan usia subur khususnya di wilayah desa. (Dinkes Deli Serdang, 2022)

Salah satu faktor yang menyebabkan Stunting adalah Pola pengasuhan anak, khususnya pada Pasangan Usia Subur khususnya yang baru menikah dalam menjaga Kesehatan bayi yang sudah dimulai sejak masa kandungan, atau yang lenih dikenal sejak 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Unicef, 2017). Pasangan usia subur di desa tersebut masih banyak yang belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai pentingnya pendidikan keluarga pada 1000 hari pertama kehidupan anak.

Pada saat ini di Desa Sena belum ada program khusus yang konsentrasi pada pembinaan Pasangan Usia Subur, khususnya yang baru menikah terkait 1000 HPK. Selain itu kelompok swadaya desa seperti kader dan karang taruna juga tidak terlibat dalam proses pencegahan stunting, khusus terkait 1000 HPK. Padahal Kabupaten Deli Serdang sudah mencanangkan program terkait hal ini, namun di Desa Sena kegiatan yang mengarah pada upaya penguatan 100 HPK masih belum ada. Padahal potensi sosial Desa Sena tidak kalah dengan desa yang lain, keberadaan Posyandu di setiap Dusun tergolong aktif, namun kader Posyandu juga kurang memahami program 1000 HPK. Survey awal yang dilakukan tim dan mahasiswa menunjukkan bahwa

hampir 90% pasangan muda tidak mengetahui tentang 1000 HPK.

Penelitian Gunawan (2022) membuktikan bahwa penggunaan Media sosial melalui handphone dapat meningkatkan perilaku masyarakat terhadap Kesehatan. Media sosial menjadi alat yang efektif untuk mengedukasi masyarakat mengenai berbagai hal, termasuk pendidikan keluarga, khususnya Whatsapp(Lima, 2018). Pasangan usia subur di Desa Sena sudah memiliki akses ke media sosial, sehingga upaya pelatihan dan pendampingan berbasis media sosial menjadi solusi yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasangan usia subur mengenai pentingnya pendidikan keluarga pada 1000 hari pertama kehidupan anak.

Melalui program pelatihan dan pendampingan berbasis media sosial, pasangan usia subur di Desa Sena akan diberikan informasi yang bermanfaat mengenai pentingnya peran orangtua dalam pendidikan anak pada 1000 hari pertama kehidupan. Selain itu, mereka juga akan diberikan pelatihan mengenai teknik-teknik pendidikan yang tepat untuk anak pada usia tersebut sehingga mereka dapat memberikan perhatian dan stimulasi yang tepat untuk perkembangan anak. Guna menjaga keberlangsungan, Kader dan Remaja akan dilatih untuk menjadi agen 1000 HPK di dusun masing-masing. Kader dan Remaja akan dilibatkan dalam pendampingan digital dan langsung.

Pendampingan digital akan menggunakan media sosial, dimana tim akan menyusun konten-konten terkait 1000 HPK, didalamnya kader dan remaja diikutsertakan. Kemudian pendampingan secara langsung dilakukan tim dengan bantuan mahasiswa dan juga kader Posyandu.

Program ini tidak hanya memberikan manfaat bagi pasangan usia subur di Desa Sena, tetapi juga bagi anak-anak yang akan tumbuh dan berkembang di desa tersebut. Dengan adanya program ini, diharapkan pasangan usia subur dapat memberikan pendidikan keluarga yang baik dan sesuai dengan kebutuhan anak pada 1000 hari pertama kehidupan sehingga anak-anak dapat tumbuh dengan sehat dan berkembang dengan baik.

Program Pelatihan dan Pendampingan bagi Pasangan Usia Subur terkait 1000 HPK ini menjadi sangat penting karena melibatkan banyak komponen didalamnya, Kader Posyandu dan Pemuda Karang Taruna akan dikolaborasikan sebagai agen yang menjaga kesinambungan penguatan 1000 HPK. Mahasiswa dilibatkan khususnya dalam pendampingan promosi Kesehatan, diset sehat terkait 1000 HPK, sehingga program ini dapat menjadi media pembelajaran di lapangan secara praktis bagi mahasiswa yang relevan dalam mendukung IKU 2 perguruan tinggi. Selain itu pengembangan program ini pada Desa Sena dapat menjadi bagian dalam pengembangan Desa binaan yang digunakan sebagai laboratorium sosial bagi mahasiswa guna mendukung upaya MBKM berbasis masyarakat.

Program ini focus pada pelatihan dan penampingan pada Pasangan Usia Subur yang baru menikah terkait pengasuhan bayi khususnya 1000 HPK, guna menjaga keberlangsungan tim akan melatih dan melibatkan Kader Posyandu dan Remaja Desa bersama mahasiswa dalam pendampingan secara digital dan langsung. Kedepan Kolaborasi mahasiswa dengan kader/remaja desa menjadi kunci keberhasilan dan keberlangsungan program.

Keberhasilan ditandai dengan adanya peningkatan pengetahuan Pasangan Usia Subur penerima manfaat, serta kondisi Kesehatan kehamilannya sesuai dengan standar Kesehatan. Keberlangsungan ditandai dengan peningkatan pengetahuan dan ketrampilan kader dan remaja terkait 1000 HPK yang akan dijewantahkan di masyarakat.

METODE

Pengabdian masyarakat ini merupakan rangkaian awal dari program yang lebih besar, khusus untuk pelatihan 1000 HPK bagi remaja pendamping dilaksanakan dengan beberapa tahapan dan metode yakni :

Orientasi dan pembentukan kelompok, tahap ini dilakukan untuk menjaring remaja yang akan menjadi tenaga pendamping 1000 HPK, metodenya adalah diskusi kelompok terbatas dengan kelompok remaja atas masukan dari aparatur desa. Tahapan berikutnya adalah pelatihan bagi pendamping, metodenya adalah pelatihan yang dilaksanakan selama sehari untuk meningkatkan pengetahuan dan komitmen remaja sebagai pendamping. Tahap berikutnya adalah pendampingan, metode yang digunakan dalam tahap ini adalah diskusi kelompok terbatas dan *mikro teaching* dengan remaja yang sudah mengikuti kegiatan pelatihan tenaga pendamping.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan tahap awal yakni orientasi dan pembentukan kelompok. Kegiatan ini dilaksanakan langsung di lokasi penelitian dimana diskusi kelompok terbatas dilakukan bersama himpunan pemuda yang berada di desa Sena yang baru terbentuk pada tahun

2023 ini dengan nama Himpunan Pemuda Cendana Asri.

Hasil diskusi menyepakati bahwa akan dilaksanakan kegiatan bersama dalam upaya pencegahan stunting khususnya melalui penguatan 1000 HPK pada calon pengantin. Peserta pelatihan pendamping adalah 10 remaja yang ditentukan oleh himpunan pemuda, kemudian bergabung dengan 10 mahasiswa yang juga ikut dalam kegiatan pelatihan yang akan dilaksanakan bersama.

Tahap berikutnya adalah pelatihan 1000 Hari Pertama Kehidupan bagi remaja calon pendamping stunting di desa Sena. Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 hari dari pukul 09.00 s.d 17.00. Kegiatan dilaksanakan dengan menyampaikan beberapa materi yang disampaikan oleh narasumber yang merupakan akademisi dan praktisi langsung dibidang yang terkait, secara rinci proses pelatihan yang berjalan yakni,

1. Materi Bina Suasana dan Orientasi proses yang dilakukan yakni Perkenalan, Ice Breaking dan Orientasi kegiatan pelatihan yang dilaksanakan oleh tim pengabdian Masyarakat
2. Materi Konsep Dasar Stunting & 1000 Hari Pertama Kehidupan, Narasumber menyajikan materi dan studi kasus terkait Stunting dan dampaknya bagi bayi, kemudian menjelaskan pentingnya 1000 HPK dalam mengatasi Stunting. Tahap akhir narasumber mengafirmasi satu persatu untuk meningkatkan motivasi peserta sebagai pendamping
3. Materi Gizi pada 100 Hari Pertama Kehidupan, pada tahap ini narasumber

menjelaskan topik terkait prinsip pemberian gizi yang harus diperhatikan pada fase kehidupan manusia pada 1000 HPK, narasumber juga menjelaskan aspek sosiobudaya yang menjadi perhatian khusus dalam menunjang 1000 HPK. Narasumber juga memberikan tips-tips khusus terkait penganganan gizi yang tepat selama 1000 HPK

4. Materi Kehamilan sehat & Pola Pengasuhan Bayi disampaikan oleh praktisi kebidanan yang juga merupakan akademisi kebidanan. Narasumber menjelaskan tentang pentingnya menjaga kehamilan dalam mendukung 1000 HPK dan dikaitkan dengan kesehatan reproduksi, pada sesi ini narasumber juga memberikan tips menjaga kesehatan reproduksi remaja yang berdampak pada kesehatan selama kehamilan nantinya.
5. Materi terakhir yaitu Pola pendampingan dan Pemanfaatan media sosial dalam pendampingan. Narasumber dalah tim pengabdian Masyarakat yang memandu sesi secara fasilitatif untuk Menyusun rencana kegiatan pendampingan pada masyarakat, serta menyusun trik yang tepat dalam pendampingan melalui media sosial nantinya. Pada sesi ini juga narasumber meminta komitmen dari seluruh peserta remaja dan mahasiswa untuk

berkolaborasi dalam membantu mendampingi Masyarakat desa terkait 1000 HPK.



Gambar 1. Foto Bersama Peserta dengan Tim Pengabdian Masyarakat



Gambar 2. Foto Salah Satu Narasumber Menyajikan Materi Konsep Dasar Stunting dan 1000 HPK



Gambar 3. Diskusi Kelompok Remaja dan Mahasiswa membahas Rencana Pendampingan



Gambar 4. Foto Salah Satu Narasumber Menyajikan Materi Kehamilan Sehat Persiapan Pra Nikah

Adapun hasil yang dicapai pada tahap ini yakni adanya peningkatan pengetahuan peserta tentang 1000 HPK yang dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 1. Nilai Pengetahuan Peserta tentang 1000 HPK sebelum dan sesudah pelatihan

Gambar 1 di atas menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta tentang 1000 HPK sebelum dan sesudah pelatihan. Pada tahap ini, tim pengabdian masyarakat sudah melakukan konsolidasi dengan Himpunan Pemuda (Himpunan Pemuda Cendana Asri) yang merupakan organisasi pemuda di desa setempat, pengurus organisasi diminta untuk mengirimkan anggotanya sebanyak 10 orang untuk mengikuti pelatihan sekaligus menjadi pendamping pada kegiatan berikutnya. Kegiatan konsolidasi dengan himpunan pemuda sudah dimulai sejak 13 Agustus 2023 sampai kegiatan perdana ini berlangsung.

Tahap selanjutnya adalah tahap pendampingan remaja dalam menyusun rencana pendampingan. Kegiatan ini dilaksanakan langsung secara insidental dengan metode diskusi dan *mikro teaching* di lokasi remaja. Tahap ini memastikan bahwa remaja dan mahasiswa siap untuk bekerjasama melakukan penyuluhan dan

pendampingan yang dilaksanakan secara khusus pada tahap berikutnya.

SIMPULAN

Pengabdian melalui kegiatan pelatihan pendamping bagi remaja tentang 1000 HPK ini memberdayakan 10 remaja dan berkolaborasi dengan 10 mahasiswa. Hasil pelatihan seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan dan berkomitmen untuk melaksanakan pendampingan bersama.

Pendampingan yang akan dilakukan remaja bersama mahasiswa sebaiknya intensif didampingi agar tercipta konsistensi pendampingan, selain itu perlu diperhatikan agar kegiatan ini menjadi program kerja himpunan remaja supaya berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada Ditjen Dikti Kemdikbud Ristek Dikti yang telah menyelenggarakan program DRTPM Tahun 2023 sehingga dapat membiayai pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga turut diucapkan pada aparat Desa Sena yang memberikan izin atas pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

Dinkes Deli Serdang.2022. Hasil Analisis Data Pengukuran Stunting Tingkat Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022.

UNICEF. First 1000 days: The critical window to ensure that children survive and thrive. Unicef [Internet]. 2017;(May):1–3. Available from: https://www.unicef.org/southafrica/SAF_brief_1000days.pdf

GUNAWAN R, Siregar DMS, Fitriani AD PM. Analysis of the Use of WhatsApp in Food Processing Behavior Changes in Entrepreneurs. 2022;10(1).

Lima ICV de, Galvão MTG, Pedrosa SC, Cunha GH da, Costa AKB. Use of the Whatsapp application in health follow-up of people with HIV: a thematic analysis. Esc Anna Nery. 2018;22(3):1–6.

Roni Gunawan, Muchti Yuda Pratama, Sulaiman, Anggriani FPG. Increasing Of HIV / AIDS Prevention And Drugs Through Whatsapp Based Training And Assistance In Adolescents In Batang Kuis Deli Serdang District. Int J Sci Eng Res [Internet]. 2018;9(9):1005–8. Available from: https://www.researchgate.net/profile/Roni_Gunawan/publication/330351548_Increasing_Of_HIV_AIDS_Prevention_And_Drugs_Through_Whatsapp_Based_Training_And_Assistance_In_Adolescents_In_Batang_Kuis_Deli_Serdang_District/links/5c3b4c16458515a4c7234091/Increasing

Ariga RA, Zahara Nasution S, Trisa Siregar C, Lufthiani L, Amanah Ariga F. Jajanan Sehat Dan Bahaya Junk Food Pada Orang Tua Dan Sekolah Dengan Metode Digital. J Pengabdian Masy. 2021;2(1):15–24.

Nasution SZ, Pulungan SW, Siregar CT, Ariga RA, Lufthiani, Amal MRH. Pattern of family care and food consumption of primary school students in medan, Indonesia. AIP Conf Proc. 2021;2342.

Sudana Fatahillah Pasaribu, Budiyanthi Wiboworini LRK. Effect of Germinated Black Rice Krisna Extract on Fasting Blood

Glucose and Body Weight in
Diabetes Mellitus Rats. *Int J
Nutr Sci.* 2021;

Pasaribu SF, Wiboworini B, Kartikasari
LR. Analisis Antosianin dan
Flavonoid Ekstrak Kecambah
Beras Hitam. *J Dunia Gizi.*
2021;4(1):08–14.