

PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PENCEGAHAN STUNTING 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN (HPK) MELALUI PENGABDIAN MAHASISWA KKN DI DESA JORING NATOBANG

Heni Mulyani Pohan, Fatma Suryani Harahap, Elisa

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan
heni@um-tapsel.ac.id

Abstract

Stunting is a public health issue that remains a major challenge in Indonesia. The first 1000 days of life (HPK) is a critical phase in stunting prevention, requiring increased knowledge among mothers as primary caregivers. The purpose of this community service was to analyze the effectiveness of the KKN student community service program in increasing mothers' knowledge about stunting prevention during the first 1000 days of life in Joring Natobang Village. The methods used in this community service activity were lectures, discussions, and question and answer sessions. The target audience for this community service was the entire community of Joring Natobang Village. There were 20 participants involved in this outreach activity. All participants were residents of neighborhoods I to IV in Joring Natobang Village. The results of this community service program successfully increased the knowledge of mothers in Joring Natobang Village about the importance of the first 1000 days of life in preventing stunting. This increase in knowledge included an understanding of balanced nutrition during pregnancy, the importance of exclusive breastfeeding, the appropriate provision of complementary foods, and regular monitoring of child growth at the integrated health service post (posyandu).

Keywords: *Joring Natobang, Lecture Practical Work, Community Service, Stunting, 1000 Days of Life.*

Abstrak

Stunting merupakan permasalahan kesehatan masyarakat yang masih menjadi tantangan besar di Indonesia. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) menjadi fase kritis dalam pencegahan stunting, sehingga diperlukan peningkatan pengetahuan ibu sebagai pengasuh utama. Tujuan pengabdian ini untuk menganalisis efektivitas program pengabdian mahasiswa KKN dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting pada 1000 HPK di Desa Joring Natobang. Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Sasaran pengabdian ini adalah seluruh masyarakat di Desa Joring Natobang. Peserta yang terlibat dalam kegiatan penyuluhan ini sebanyak 20 orang. Semua peserta yang hadir berasal dari warga lingkungan I sampai IV di Desa Joring Natobang. Hasil pengabdian berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu di Desa Joring Natobang tentang pentingnya 1000 HPK dalam pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini mencakup pemahaman tentang gizi seimbang selama kehamilan, pentingnya ASI eksklusif, pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tepat, serta pemantauan pertumbuhan anak secara berkala di posyandu.

Keywords: *Joring Natobang, Kuliah Kerja Nyata, Pengabdian Kepada Masyarakat, Stunting, 1000 Hari Pertama Kehidupan.*

PENDAHULUAN

Stunting merupakan salah satu permasalahan kesehatan masyarakat yang menjadi tantangan serius bagi pembangunan sumber daya manusia Indonesia. Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat kekurangan gizi kronis, terutama pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Gaffar et al., 2021), yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan anak berada di bawah standar usianya. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga mempengaruhi perkembangan kognitif, produktivitas, dan kualitas generasi penerus bangsa (Zainuddin & Yaqin, 2021).

Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi stunting nasional mengalami penurunan dari 21,5% pada tahun 2023 menjadi 19,8% pada tahun 2024 (Prendergast & Humphrey, 2014). Meskipun menunjukkan tren penurunan yang positif, angka ini masih jauh dari target pemerintah dalam Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) yang menargetkan penurunan stunting menjadi 14,2% pada tahun 2029. Dengan demikian, diperlukan upaya kolaboratif dan berkelanjutan dari berbagai pihak untuk mempercepat penurunan angka stunting di Indonesia.

Konsep 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merujuk pada periode kritis yang dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Periode ini menjadi "window of opportunity" atau jendela kesempatan emas untuk mencegah stunting, karena pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan otak yang sangat pesat (Suri et al., 2025). Intervensi gizi yang tepat dan optimal selama 1000 HPK terbukti efektif dalam mencegah

stunting dan dampak jangka panjangnya sebab konsep 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) mencakup periode sejak janin dalam kandungan (270 hari) hingga anak berusia dua tahun (730 hari), yang menjadi fase kritis dalam menentukan mutu kehidupan seorang anak (Damanik et al., 2021). Oleh karena itu, edukasi dan peningkatan pengetahuan kepada ibu sebagai pengasuh utama menjadi kunci keberhasilan upaya pencegahan stunting (Hariyati et al., 2025).

Data menunjukkan bahwa prevalensi stunting sangat bervariasi, terutama pada kelompok pendapatan sangat rendah yang menunjukkan angka jauh lebih tinggi dibandingkan kelompok pendapatan tinggi. Kondisi ini mengindikasikan perlunya penajaman intervensi yang lebih spesifik dan berbasis komunitas, khususnya di wilayah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses informasi dan layanan kesehatan. Desa Joring Natobang sebagai salah satu wilayah yang memerlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan stunting, menghadapi tantangan terkait rendahnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, praktik pemberian ASI eksklusif, dan pentingnya pemantauan pertumbuhan anak secara berkala.

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh perguruan tinggi sebagai wujud implementasi Tri Dharma Perguruan Tinggi. Melalui program KKN tematik kesehatan dengan fokus pencegahan stunting, mahasiswa dapat berperan sebagai agen perubahan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, khususnya para ibu, tentang pentingnya pencegahan stunting sejak dini. Pendekatan partisipatif dan edukatif yang dilakukan mahasiswa diharapkan

dapat menjembatani kesenjangan informasi dan mendorong perubahan perilaku masyarakat menuju pola hidup sehat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji efektivitas program pengabdian mahasiswa KKN dalam meningkatkan pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan di Desa Joring Natobang. Melalui pendekatan edukasi yang sistematis dan terukur, diharapkan terjadi peningkatan pemahaman ibu mengenai deteksi dini stunting, pentingnya gizi seimbang pada masa kehamilan dan menyusui, pemberian ASI eksklusif, Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tepat, serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin, tidak higienis dan sanitasi yang tidak memadai juga faktor penyebab kecacingan yang juga merupakan salah satu faktor yang erat kaitannya dengan stunting (Souisa et al., 2021), (Pohan et al., 2023).

Penyuluhan edukasi “Kenali Stunting Sejak Dini dan Cegah Stunting di 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)” diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pengembangan model intervensi berbasis komunitas dalam upaya percepatan penurunan stunting di Indonesia, sekaligus mengoptimalkan peran perguruan tinggi dalam pemberdayaan masyarakat melalui program pengabdian kepada masyarakat.



Gambar 1. Mahasiswa KKN turut memantau pertumbuhan anak berkala dan memberikan makanan bergizi Kepada Balita



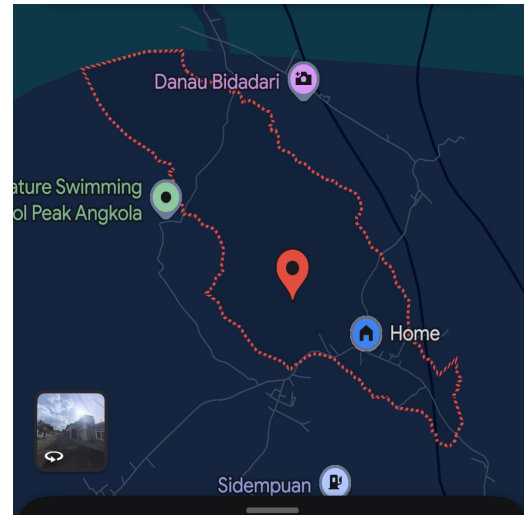
Gambar 2. Mahasiswa KKN Melakukan Kebersihan Sanitasi Warga Desa

METODE PENELITIAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi, dan tanya jawab. Sasaran pengabdian ini adalah seluruh masyarakat di Desa Joring Natobang. Peserta yang terlibat dalam kegiatan penyuluhan ini sebanyak 20 orang. Semua peserta yang hadir berasal dari warga lingkungan I sampai IV di Desa Joring Natobang. Kegiatan ini juga dihadiri langsung oleh bapak Kepala desa Desa Joring Natobang, Riyanto Harahap, SH. Kegiatan ini dilakukan bekerja sama dengan dosen pembimbing lapangan dari Fakultas keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan ibu Heni Mulyani Pohan, M.Pd dan selaku narasumber dari dinas kesehatan bapak Muhammad Syarif, M.Kes pada tanggal 6 Desember 2024 di kantor kepala Desa. Kegiatan ini berlangsung selama 2 jam, dimulai pada pukul 09.00 –11.00 WIB menggunakan media power point.

Pelaksanaan Kegiatan

Dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini, warga dikumpulkan di lokasi yang sudah ditetapkan yaitu desa Joring Natobang, terletak di kecamatan Angkola Julu kota Padangsidimpuan, Sumatera Utara.



Gambar 3. Peta Lokasi Desa Joring Natobang

Kegiatan diawali dengan sambutan dari panitia acara yaitu mahasiswa ketua kelompok KKN dilanjutkan oleh kepala desa, kemudian pemaparan materi tentang stunting yang disampaikan oleh Muhammad Syarif M.Kes sebagai narasumber. Penyampaian materi menggunakan

presentasi power point dan peserta diminta untuk memperhatikan dengan seksama. Setelah pemaparan selesai, diadakan sesi diskusi dan tanya jawab untuk mengukur sejauh mana pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.



Gambar 4. Pelaksanaan Penyuluhan PKM 1000 HPK

Setelah itu, dibuka sesi diskusi. Sesi ini dimaksudkan agar peserta, narasumber dan tim pengabdian bisa untuk saling bertukar informasi yang dimiliki mengenai hal-hal yang berkaitan dengan stunting. Sesi ini berlangsung selama 15 menit.



Gambar 5. Foto Bersama Peserta PKM dan Pemberian Sertifikat Penyuluhan

KESIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) dengan fokus penyuluhan edukasi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) di Desa Joring Natobang, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Peningkatan Pengetahuan Ibu

Program penyuluhan edukasi yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN berhasil meningkatkan pengetahuan ibu-ibu di Desa Joring Natobang tentang pentingnya 1000 HPK dalam pencegahan stunting. Peningkatan pengetahuan ini mencakup pemahaman tentang gizi seimbang selama kehamilan, pentingnya ASI eksklusif, pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang tepat, serta pemantauan pertumbuhan anak secara berkala di posyandu.

2. Perubahan Persepsi dan Kesadaran Masyarakat

Kegiatan edukasi yang dilakukan secara partisipatif dan interaktif mampu mengubah persepsi masyarakat, khususnya para ibu, terhadap stunting. Masyarakat menjadi lebih aware bahwa stunting bukan hanya masalah genetik atau keturunan, melainkan dapat dicegah melalui pola asuh, pola makan, dan pola hidup sehat yang dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun.

3. Efektivitas Metode Penyuluhan

Pendekatan multi-metode yang diterapkan mahasiswa KKN, meliputi penyuluhan langsung, diskusi kelompok, demonstrasi praktik pembuatan MPASI, dan pendampingan kunjungan posyandu, terbukti efektif dalam menyampaikan informasi kepada sasaran. Penggunaan media edukasi yang sederhana dan mudah dipahami seperti poster, leaflet, dan video singkat membantu meningkatkan daya serap informasi oleh masyarakat. Keberhasilan kegiatan ini diukur dari peningkatan pemahaman masyarakat mengenai stunting, yang dievaluasi berdasarkan kemampuan peserta dalam menjelaskan ulang konsep stunting serta langkah-langkah pencegahan dini yang dapat diterapkan.

REFERENSI

Damanik, S. M., Sitorus, E., & Mertajaya, I. M. (2021). Sosialisasi Pencegahan Stunting pada Anak Balita di Kelurahan Cawang Jakarta Timur: Dissemination about Prevention of Stunting in Toddlers at Cawang Village, East Jakarta. *JURNAL Komunitas Servizio*:

Jurnal Terkait Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat, Terkhusus Bidang Teknologi, Kewirausahaan Dan Sosial Kemasyarakatan, 3(1), 552–560.

Gaffar, S. B., Muhaemin, M., Natsir, N., & Asri, M. (2021). PKM Pencegahan Stunting melalui Pendidikan Keluarga.

Hariyati, S., Khairai, Z. A., Rahman, M. I., Nasution, A. M., & Harahap, M. Y. (2025). Edukasi Pola Asuh dan Gizi Seimbang untuk Mengurangi Risiko Stunting pada Balita di Lubuk Tukko: Pengabdian. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(1), 6733–6738.

Pohan, H. M., Harahap, F. S., Pardede, N., & Harahap, H. J. (2023). Kontribusi kuliah kerja nyata terhadap pencegahan stunting pada balita. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 3(2), 109–114.

Prendergast, A. J., & Humphrey, J. H. (2014). The stunting syndrome in developing countries. *Paediatrics and International Child Health*, 34(4), 250–265.

Souisa, G. V., Rehena, Z., & Joseph, C. (2021). PKM Ibu dan Balita Stunting Di Puskesmas Perawatan Waai, Kabupaten Maluku Tengah. *Amaliah: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 19–31.

Suri, S., Verlato, G., & Ray, S. (2025). The First 1000 Days: Window of Opportunity for Child Health and Development. In *Frontiers in Nutrition* (Vol. 12, p. 1673003). Frontiers.

Zainuddin, M., & Yaqin, L. N. (2021). PKM: Konvergensi Stunting Di Desa Kerumut Kecamatan

Heni Mulyani Pohan,dkk. Peningkatan Pengetahuan Ibu Tentang Pencegahan...

Pringgabaya Kabupaten Lombok
Timur. *Jurnal Pengabdian
Kepada Masyarakat*, 9(1).