



JOURNAL OF Public Health Concerns
ISSN 2777-0826 (Print)
ISSN 2776-592X (Online)
DOI: 10.56922



INFORMASI ARTIKEL

Received: May, 14, 2026

Revised: May, 20, 2026

Available online: May, 25, 2026

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

Penguatan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK untuk pencegahan *stunting*

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

Abstract

Background: Stunting is a chronic nutritional problem that remains a top public health priority in Indonesia. The First 1,000 Days of Life (HPK) is a crucial phase in child growth and development, therefore, efforts to prevent stunting are needed by increasing public knowledge about maternal and child health. Low public understanding of reproductive health, nutritional needs of pregnant women, exclusive breastfeeding, and complementary feeding (MP-ASI) is a risk factor for stunting in the community.

Purpose: To increase public knowledge and awareness of the importance of maternal and child health during the First 1,000 Days of Life (HPK) as a stunting prevention effort.

Method: This community service activity was conducted in Jerora Satu Village, Sintang District, on January 29, 2026. The target group was pregnant women, breastfeeding mothers, mothers with toddlers, integrated health post (Posyandu) cadres, and families at risk of stunting. The outreach program was conducted through interactive lectures, discussions, and questions and answers to increase participant engagement and facilitate understanding of the material, which covered nutritional needs of pregnant and breastfeeding mothers; These include exclusive breastfeeding, appropriate complementary feeding (MP-ASI), monitoring toddler growth and development, preventing infectious diseases through clean and healthy living practices (PHBS), and the importance of complete basic immunizations and *antenatal care* (ANC) visits. Evaluation is conducted through observational methods and mentoring in re-practicing the material presented.

Results: The activity demonstrated increased participant knowledge regarding the importance of the 1000-HPK period, balanced nutrition, exclusive breastfeeding, appropriate complementary feeding (MP-ASI), and monitoring toddler growth. Participants also demonstrated high enthusiasm during the activity and were able to practice making complementary feeding (MP-ASI) using local food ingredients. Furthermore, Posyandu (Integrated Service Post) cadres gained additional knowledge related to maternal and child health education and toddler growth monitoring.

Conclusion: The community service activities to strengthen maternal and child health went well and received a positive response from the community. The activities, which included outreach, demonstrations, mentoring, and counseling, improved participants' knowledge and skills regarding nutritional fulfillment, exclusive breastfeeding, complementary feeding (MP-ASI), and toddler growth monitoring as a means of preventing stunting. This increased public understanding demonstrates that participatory health education is effective in raising public awareness of the importance of the 1000-HPK period for child growth and development.

Suggestion: The community, especially pregnant women and mothers with toddlers, is expected to apply the knowledge gained regarding balanced nutrition, exclusive breastfeeding, appropriate complementary feeding (MP-ASI), and regular monitoring of child growth to prevent stunting. Posyandu (Integrated Service Post) cadres, village governments, and local health workers are expected to continue to enhance their roles in providing regular health education to support the sustainability of stunting prevention programs in the community.

Keywords: 1000 HPK; Health education; Maternal and child health; Stunting prevention; Stunting

Pendahuluan: *Stunting* merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi prioritas utama kesehatan masyarakat di Indonesia. Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) merupakan fase penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga diperlukan upaya pencegahan *stunting* melalui peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan ibu dan anak. Rendahnya pemahaman masyarakat terkait kesehatan reproduksi, pemenuhan gizi ibu hamil, pemberian ASI eksklusif, dan MP-ASI menjadi salah satu faktor risiko terjadinya *stunting* di masyarakat.

Tujuan: Untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai upaya pencegahan *stunting*.

Metode: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Jerora Satu Kecamatan Sintang pada tanggal 29 Januari 2026. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, kader posyandu, serta keluarga yang memiliki risiko *stunting*. Penyuluhan dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab agar peserta lebih aktif dan mudah memahami materi yang meliputi pemenuhan gizi ibu hamil dan ibu menyusui; pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita, pencegahan penyakit infeksi melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), dan pentingnya imunisasi dasar lengkap dan kunjungan *antenatal care* (ANC). Evaluasi dilakukan dengan observasional melalui pendampingan dalam mempraktikkan kembali materi yang telah diberikan.

Hasil: Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta mengenai pentingnya periode 1000 HPK, pemenuhan gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pemantauan pertumbuhan balita. Peserta juga menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung dan mampu mempraktikkan pembuatan MP-ASI berbahan pangan lokal. Selain itu, kader posyandu memperoleh tambahan pengetahuan terkait edukasi kesehatan ibu dan anak serta pemantauan pertumbuhan balita.

Simpulan: Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penguatan kesehatan ibu dan anak berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari masyarakat. Kegiatan yang dilakukan melalui penyuluhan, demonstrasi, pendampingan, dan konseling mampu meningkatkan pengetahuan serta keterampilan peserta terkait pemenuhan gizi, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI, dan pemantauan pertumbuhan balita sebagai upaya pencegahan *stunting*. Peningkatan pemahaman masyarakat menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan pendekatan partisipatif efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya periode 1000 HPK bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

Saran: Bagi masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu yang memiliki balita, diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh terkait pemenuhan gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin guna mencegah terjadinya *stunting*. Bagi kader Posyandu, Pemerintah desa dan tenaga kesehatan setempat, diharapkan dapat terus meningkatkan perannya dalam memberikan edukasi kesehatan secara rutin untuk mendukung keberlanjutan program pencegahan *stunting* secara berkelanjutan di lingkungan masyarakat.

Kata Kunci: 1000 HPK; Edukasi kesehatan; Kesehatan ibu dan anak; Pencegahan *stunting*; *Stunting*

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi SI Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i3.3274>

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang masih menjadi prioritas utama kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan tinggi badan balita yang lebih rendah dibandingkan standar usianya akibat kekurangan gizi dalam jangka panjang. *Stunting* tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik anak, tetapi juga memengaruhi perkembangan kognitif, kemampuan belajar, serta produktivitas pada masa mendatang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa *stunting* merupakan akibat dari kekurangan gizi kronis yang terjadi sejak masa kehamilan hingga awal kehidupan anak, terutama pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2024, prevalensi *stunting* nasional menurun menjadi 19.8%, namun angka tersebut masih berada di atas target nasional (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Di Provinsi Kalimantan Barat, prevalensi *stunting* masih tergolong tinggi yaitu sekitar 26.8%, sehingga diperlukan upaya yang lebih intensif dalam pencegahan dan penanganannya, khususnya melalui peningkatan edukasi dan pemberdayaan masyarakat (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Periode 1000 HPK, yang dimulai sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun, merupakan fase penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan gizi pada periode ini dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan permanen yang berujung pada *stunting* (World Health Organization, 2014; 2025). Oleh karena itu, pemerintah Indonesia menjadikan pendekatan 1000 HPK sebagai strategi utama dalam percepatan penurunan *stunting* sebagaimana tercantum dalam Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan *Stunting* (Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia, 2026).

Kesehatan reproduksi juga memiliki hubungan yang erat dengan pencegahan *stunting*, terutama dalam pemenuhan gizi ibu sebelum dan selama kehamilan. Pengetahuan ibu mengenai kesehatan reproduksi dan pentingnya pemenuhan gizi selama periode 1000 HPK berperan penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (United Nations Population Fund, 2019). Pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) secara langsung membentuk perilaku pencegahan *stunting* dan penguatan edukasi sangat efektif menekan risiko *stunting*. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan ibu tentang 1000 HPK dengan perilaku pencegahan *stunting* sehingga penguatan edukasi dapat membantu menurunkan risiko *stunting* pada anak (Tendean, Ering, Sumolang, & Ponamon, 2025; Mutingah, & Rokhaidah, 2021).

Desa Jerora Satu merupakan salah satu wilayah yang masih menghadapi tantangan dalam peningkatan pemahaman masyarakat terkait kesehatan reproduksi, pemenuhan gizi ibu hamil, serta pencegahan *stunting* pada periode 1000 HPK. Wilayah yang ini didominasi oleh daerah dengan prevalensi *stunting* yang tinggi dan tingkat literasi kesehatan reproduksi yang rendah. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya intervensi edukatif yang melibatkan ibu hamil, keluarga, dan masyarakat secara aktif.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk edukasi kesehatan reproduksi pada periode 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *stunting* di Desa Jerora Satu. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, menumbuhkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kesehatan reproduksi dan pemenuhan gizi sejak masa kehamilan hingga awal kehidupan anak untuk mendukung pencegahan *stunting* di tingkat komunitas.

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi SI Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

Penguatan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK untuk pencegahan stunting

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Desa Jerora Satu Kecamatan Sintang pada tanggal 29 Januari 2026. Sasaran kegiatan adalah ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, kader posyandu, serta keluarga yang memiliki risiko *stunting*. Pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan edukatif, partisipatif, dan pemberdayaan masyarakat dalam upaya penguatan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Penyuluhan dilakukan melalui ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab agar peserta lebih aktif dan mudah memahami materi yang meliputi pemenuhan gizi ibu hamil dan ibu menyusui; pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang tepat, pemantauan pertumbuhan dan perkembangan balita, pencegahan penyakit infeksi melalui perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), dan pentingnya imunisasi dasar lengkap dan kunjungan *antenatal care* (ANC). Kegiatan juga disertai demonstrasi dan praktik pembuatan MP-ASI bergizi seimbang berbahan pangan lokal, cara pengukuran tinggi badan dan berat badan balita, teknik pemberian ASI dan perawatan bayi. Evaluasi dilakukan dengan observasional melalui pendampingan dalam mempraktikkan kembali materi yang telah diberikan.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Penguatan Kesehatan Ibu dan Anak pada Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan untuk Pencegahan *Stunting* di Desa Jerora Satu Kecamatan Sintang” telah dilaksanakan dengan melibatkan ibu hamil, ibu menyusui, ibu yang memiliki balita, kader posyandu, serta perangkat desa. Kegiatan berlangsung dengan baik dan mendapat respon positif dari masyarakat setempat.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penyuluhan mengenai pentingnya periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) sebagai masa kritis pertumbuhan dan perkembangan anak dalam upaya pencegahan *stunting*. Materi yang diberikan meliputi pemenuhan gizi seimbang bagi ibu hamil dan balita, pentingnya ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, pemantauan pertumbuhan balita, imunisasi dasar lengkap, serta penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Selama kegiatan berlangsung, peserta terlihat aktif mengikuti diskusi interaktif terkait permasalahan kesehatan ibu dan anak yang mereka alami.

Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan edukasi kesehatan. Sebelum kegiatan penyuluhan, sebagian besar peserta masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai pentingnya pemenuhan gizi pada periode 1000 HPK, terutama terkait pemberian MP-ASI yang sesuai usia dan kebutuhan gizi anak. Setelah dilakukan penyuluhan dan diskusi interaktif, peserta mampu menjelaskan kembali materi yang telah disampaikan, seperti pentingnya ASI eksklusif selama enam bulan, jadwal pemberian MP-ASI, serta cara mencegah *stunting*. Selain penyuluhan, kegiatan demonstrasi pembuatan MP-ASI berbahan pangan lokal juga berjalan dengan baik. Peserta menunjukkan antusiasme dalam mengikuti praktik pembuatan menu sehat dan bergizi menggunakan bahan pangan yang mudah diperoleh di lingkungan sekitar. Kegiatan ini membantu meningkatkan keterampilan ibu dalam menyusun menu makanan yang bergizi, seimbang, dan sesuai kebutuhan anak. Kader posyandu juga mendapatkan tambahan pengetahuan mengenai teknik pengukuran antropometri balita untuk pemantauan pertumbuhan anak secara rutin.

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi SI Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i3.3274>

Penguatan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK untuk pencegahan stunting

Kegiatan pendampingan dan konseling individu memberikan kesempatan bagi peserta untuk berkonsultasi langsung terkait masalah kesehatan ibu dan anak, seperti pola makan anak yang sulit makan, pemberian ASI, serta pemantauan pertumbuhan balita. Melalui kegiatan ini, peserta merasa lebih memahami langkah-langkah yang dapat dilakukan dalam mencegah *stunting* di lingkungan keluarga.

Secara umum, kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menjaga kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK sebagai upaya pencegahan *stunting*. Dukungan dari pemerintah desa, kader posyandu, dan tenaga kesehatan setempat turut menjadi faktor pendukung keberhasilan kegiatan. Diharapkan kegiatan edukasi dan pendampingan serupa dapat dilaksanakan secara berkelanjutan guna meningkatkan derajat kesehatan masyarakat, khususnya kesehatan ibu dan anak di Desa Jerora Satu Kecamatan Sintang.

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai penguatan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) di Desa Jerora Satu Kecamatan Sintang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat memiliki peran penting dalam upaya pencegahan *stunting*. Periode 1000 HPK merupakan masa kritis yang dimulai sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun, karena pada masa ini terjadi pertumbuhan fisik dan perkembangan otak yang sangat pesat. Apabila pada periode tersebut anak mengalami kekurangan gizi atau gangguan kesehatan, maka dampaknya dapat bersifat permanen terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Periode tersebut merupakan masa kritis karena otak sedang berkembang pesat sehingga sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan yang memengaruhi struktur otak dan kemampuan kognitif. Pada masa 1000 HPK kebutuhan anak terutama nutrisi, kasih sayang dan stimulasi perlu dipenuhi.

Bila menderita malnutrisi maka anak akan kurus (*wasting*) dan pendek (*stunting*) yang mengakibatkan perkembangan terhambat, kemampuan kognitif rendah, prestasi sekolah rendah, durasi pendidikan lebih singkat, dan saat dewasa mempunyai produktivitas serta kualitas hidup rendah (Gunardi, 2021; Hutapea, Nova, Panjaitan, Clementine, & Angelina, 2022).

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta setelah diberikan penyuluhan kesehatan. Sebelum kegiatan dilakukan, sebagian peserta masih memiliki pemahaman yang terbatas mengenai pentingnya pemenuhan gizi ibu hamil, pemberian ASI eksklusif, serta pemberian MP-ASI yang sesuai dengan usia dan kebutuhan anak. Setelah dilakukan edukasi melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan demonstrasi, peserta menjadi lebih memahami upaya pencegahan *stunting* sejak masa kehamilan hingga usia balita. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan salah satu metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat, terutama pada kelompok ibu dan keluarga yang memiliki balita. Upaya meningkatkan status kesehatan dan gizi anak guna mencegah *stunting* tidak dapat dipisahkan dari upaya mengedukasi ibu mengenai pengetahuan dan perilaku yang tepat dalam pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI). Edukasi ini dapat dilaksanakan melalui kegiatan penyuluhan kesehatan. Seorang ibu yang memiliki bayi perlu memiliki pemahaman yang baik mengenai praktik pemberian MP-ASI. Pengetahuan tersebut menjadi faktor krusial dalam menentukan waktu dan jenis makanan tambahan yang sesuai untuk bayi (Ariansyah, Imbarsyah, & Hasyim, 2025; Sari, Kalsum, Ningsih, Annisa, & Kasma, 2024).

Kegiatan demonstrasi pembuatan MP-ASI berbahan pangan lokal juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan keterampilan peserta dalam menyiapkan makanan bergizi bagi anak. Pemanfaatan bahan pangan lokal menjadi salah satu strategi yang penting karena lebih mudah diperoleh, ekonomis, dan sesuai dengan kondisi masyarakat setempat.

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi SI Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i3.3274>

Penguatan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK untuk pencegahan stunting

Selain meningkatkan keterampilan, kegiatan praktik secara langsung membantu peserta memahami komposisi makanan bergizi seimbang yang diperlukan untuk mendukung pertumbuhan anak. Dengan demikian, edukasi yang disertai praktik langsung dinilai lebih efektif dibandingkan hanya pemberian materi secara teoritis.

Pendampingan dan konseling individu yang dilakukan selama kegiatan juga memberikan manfaat dalam membantu peserta menyelesaikan permasalahan kesehatan ibu dan anak yang dihadapi sehari-hari. Beberapa peserta menyampaikan kendala terkait pola makan anak, kesulitan pemberian ASI, serta kurangnya pemahaman mengenai pemantauan pertumbuhan balita. Melalui konseling, peserta memperoleh solusi dan informasi yang lebih spesifik sesuai kondisi masing-masing keluarga. Untuk mengatasi masalah *stunting*, diperlukan pendekatan yang menyeluruh dan multifaset yang mampu menangani berbagai determinan mendasarnya. Program edukasi yang dirancang secara komprehensif dengan tiga komponen utama yaitu penyuluhan berbasis komunitas, distribusi bahan ajar interaktif, dan pendampingan langsung. Penyuluhan dilakukan melalui pelatihan kepada ibu rumah tangga, kader posyandu, dan tokoh masyarakat. Bahan ajar dirancang dalam bentuk infografis sederhana yang dapat dipahami dengan mudah oleh masyarakat awam (Rahmawati, Yati, Sholihah, & Aviva, 2024; Desmita, Siregar, Ivanda, Hanoselina, & Helmi, 2025). Pendekatan pendampingan ini penting karena pencegahan *stunting* tidak hanya membutuhkan peningkatan pengetahuan, tetapi juga dukungan berkelanjutan dalam penerapan perilaku kesehatan di tingkat keluarga.

Keberhasilan kegiatan pengabdian ini juga didukung oleh keterlibatan kader posyandu, tenaga kesehatan, dan pemerintah desa dalam pelaksanaan program. Kader posyandu memiliki peran strategis sebagai penggerak masyarakat dalam pemantauan pertumbuhan balita dan penyampaian edukasi kesehatan secara berkelanjutan. Dengan kinerja yang baik, kader dapat membangun kepercayaan masyarakat terhadap Posyandu. Kepercayaan ini penting agar masyarakat mau aktif berpartisipasi dalam kegiatan yang diadakan oleh Posyandu. Kader juga berperan dalam mengidentifikasi dan mengatasi hambatan yang menghalangi partisipasi

ibu balita, seperti kurangnya pengetahuan atau ketidakpercayaan terhadap manfaat Posyandu (Lubis, Rahayu, Syafira, Friska, Sinaga, Khailila, & Karera, 2025; Khiyaroh, & Elviana, 2025). Oleh karena itu, penguatan kapasitas kader melalui pelatihan dan pendampingan menjadi langkah penting untuk mendukung keberlanjutan program pencegahan *stunting* di masyarakat.

Secara keseluruhan, kegiatan pengabdian ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif dan partisipatif dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan keterampilan masyarakat dalam menjaga kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK. Upaya pencegahan *stunting* memerlukan keterlibatan berbagai pihak, baik keluarga, tenaga kesehatan, kader, maupun pemerintah desa agar intervensi yang dilakukan dapat berjalan secara optimal dan berkelanjutan. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan masyarakat semakin memahami pentingnya pemenuhan gizi dan pemantauan kesehatan ibu dan anak sebagai langkah awal dalam menciptakan generasi yang sehat dan berkualitas.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penguatan kesehatan ibu dan anak berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari masyarakat. Kegiatan yang dilakukan melalui penyuluhan, demonstrasi, pendampingan, dan konseling mampu meningkatkan pengetahuan serta keterampilan peserta terkait pemenuhan gizi, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI, dan pemantauan pertumbuhan balita sebagai upaya pencegahan *stunting*. Peningkatan pemahaman masyarakat menunjukkan bahwa edukasi kesehatan dengan pendekatan partisipatif efektif dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya periode 1000 HPK bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Keterlibatan kader posyandu, tenaga kesehatan, dan pemerintah desa menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan kegiatan dan keberlanjutan program pencegahan *stunting* di masyarakat. Melalui kegiatan ini diharapkan masyarakat dapat menerapkan perilaku hidup sehat dan praktik pemenuhan gizi yang baik dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat menurunkan risiko *stunting* serta meningkatkan derajat kesehatan ibu dan anak di Desa Jerora Satu Kecamatan Sintang.

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi SI Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

SARAN

Bagi masyarakat, khususnya ibu hamil dan ibu yang memiliki balita, diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh terkait pemenuhan gizi seimbang, pemberian ASI eksklusif, pemberian MP-ASI yang tepat, serta pemantauan pertumbuhan anak secara rutin guna mencegah terjadinya *stunting*. Bagi kader posyandu, pemerintah desa dan tenaga kesehatan setempat, diharapkan dapat terus meningkatkan perannya dalam memberikan edukasi kesehatan secara rutin, melakukan pemantauan pertumbuhan balita, serta mendampingi keluarga yang memiliki risiko *stunting* untuk mendukung keberlanjutan program pencegahan *stunting* secara berkelanjutan di lingkungan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariansyah, R., Imbarsyah, S. J., & Hasyim, U. H. (2025, October). Penyuluhan Kesehatan Ibu Dan Anak Melalui Edukasi Keluarga Berencana Dan MP-ASI. In Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ.
- Desmita, R., Siregar, R. S., Ivanda, V., Hanoselina, Y., & Helmi, R. F. (2025). Peran tenaga kesehatan dalam pemberdayaan keluarga untuk pencegahan stunting. *Culture education and technology research (Cetera)*, 2(1), 64-77.
- Gunardi, H. (2021). Optimalisasi 1000 Hari Pertama Kehidupan: Nutrisi, Kasih Sayang, Stimulasi, dan Imunisasi Merupakan Langkah Awal Mewujudkan Generasi Penerus yang Unggul. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 1-1.
- Hutapea, A. D., Nova, F., Panjaitan, T., Clementine, G., & Angelina, A. (2022). 1000 hari pertama kehidupan: Nutrisi dan tumbuh kembang anak. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(8), 2436-2447.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Diakses dari: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024. Diakses dari: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/survei-status-gizi-indonesia-ssgi-2024/>
- Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia. (2026). Perpres Nomor 72 tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting. Diakses dari: <https://stunting.go.id/perpres-nomor-72-tahun-2021-tentang-percepatan-penurunan-stunting/?btwaf=17081614>
- Khiyaroh, I., & Elviana, S. (2025). Pendampingan Kader Posyandu Melalui Peningkatan Kapasitas Komunikasi Dalam Menyampaikan Informasi Kesehatan Melalui Media Digital. *ABDINA: Jurnal Sosial dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(1).
- Lubis, I., Rahayu, S., Syafira, L. T., Friska, M., Sinaga, M., Khailila, R., & Karera, A. I. (2025). Peran kader posyandu dalam meningkatkan partisipasi ibu balita. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 43-48.
- Mutingah, Z., & Rokhaidah, R. (2021). Hubungan pengetahuan dan sikap ibu dengan perilaku pencegahan stunting pada balita. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(2), 49-57.
- Rahmawati, S., Yati, S. R., Sholihah, P. D., & Aviva, R. (2024). Membangun kesadaran stunting di Indonesia: program edukasi komprehensif oleh kelompok pengabdian masyarakat UIN Sunan Ampel Surabaya. *Social Studies in Education*, 2(1), 59-74.
- Sari, D., Kalsum, U., Ningsih, N. W., Annisa, N., & Kasma, A. S. R. (2024). Pemberdayaan ibu balita melalui pelatihan pemberian makan bayi dan anak (PMBA) sebagai upaya pencegahan stunting. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(2), 272-279.

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi Si Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i3.3274>

Penguatan kesehatan ibu dan anak pada periode 1000 HPK untuk pencegahan stunting

- Tendean, A. F., Ering, C. N., Sumolang, S., & Ponamon, J. F. (2025). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) dengan Perilaku Pencegahan Stunting. *Klabat Journal of Nursing*, 7(1), 46-56.
- United Nations Population Fund. (2019). State of world population 2019: Unfinished business – The pursuit of rights and choices for all. New York: UNFPA. Diakses dari: <https://asiapacific.unfpa.org/en/publications/state-world-population-report-2019-unfinished-business-pursuit-rights-and-choices-all>
- World Health Organization. (2014). Global nutrition targets 2025: Stunting policy brief. Geneva: WHO. Diakses dari: <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.3>
- World Health Organization. (2025). Global nutrition targets 2030: topical briefs on maternal, infant and young child nutrition. Diakses dari: <https://www.who.int/publications/i/item/B09485>

Rika Yuanita Pratama^{1*}, Ria Damayanti¹, Lea Masan², Yolanda Montessori², Yunida Haryanti²

¹Prodi S1 Kesehatan Masyarakat, STIKARA Sintang

²Prodi D3 Kebidanan, STIKARA Sintang

Korespondensi penulis: Rika Yuanita Pratama. *Email: rikapratama2@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/phc.v6i3.3274>