

EDUKASI 1.000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN DAN PERUBAHAN SKOR PENGETAHUAN IBU DAN PENDAMPING BAYI DI DESA CEURIH KOTA BANDA ACEH

Education in the first 1.000 days of life and changes in knowledge mothers and baby caregivers In Ceurih Village Banda Aceh City

Ramadhaniah^{1*}, Anwar Arbi², Vera Nazhira Arifin³, Yulia Fitri⁴, Eva Fitriyaningsih⁵, Rachmawati⁶
Teuku Khairul Fajri⁷, Suryana⁸

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Aceh
^{4,5,6,7,8} Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Aceh, Indonesia

*Correspondence: ramadhaniah@gmail.com

Received: 29/09/2026

Accepted: 12/10/2026

Published online: 15/10/2026

ABSTRAK

Stunting tetap menjadi masalah gizi kronis yang memerlukan pencegahan sejak 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Di Kota Banda Aceh, prevalensi stunting dilaporkan menurun dari 25,1% pada 2022 menjadi 21,7% pada 2023, sehingga penguatan edukasi gizi di tingkat masyarakat tetap relevan. Kegiatan ini bertujuan mengevaluasi perubahan skor pengetahuan ibu dan pendamping bayi setelah edukasi 1.000 HPK di Desa Ceurih. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada 4 Juli 2026 di Desa Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh, dengan 18 peserta yang terdiri atas 13 ibu yang memiliki bayi, tiga pengasuh, dan dua kader Posyandu. Edukasi diberikan melalui ceramah interaktif, presentasi PowerPoint, leaflet, diskusi, dan tanya jawab. Pengetahuan dievaluasi menggunakan lima pertanyaan pada pre-test dan post-test. Rata-rata skor pengetahuan meningkat secara deskriptif dari 4,78 (95,6% dari skor maksimum) pada pre-test menjadi 4,94 (98,9%) pada post-test. Peserta dengan skor maksimum 5 meningkat dari 15 orang (83,3%) menjadi 17 orang (94,4%). Kenaikan skor relatif kecil karena sebagian besar peserta telah memiliki skor awal yang tinggi. Kesimpulan, edukasi 1.000 HPK diikuti oleh peningkatan kecil pada skor pengetahuan peserta mengenai pencegahan stunting. Edukasi perlu diperkuat secara berkala melalui kegiatan Posyandu dan disertai pemantauan lanjutan untuk menilai keberlanjutan pengetahuan serta perubahan praktik pengasuhan dan pemberian makan anak.

Kata kunci: Pencegahan stunting, 1.000 Hari Pertama Kehidupan, edukasi gizi, pengetahuan ibu, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

Stunting remains a chronic nutrition problem that requires prevention during the First 1,000 Days of Life (HPK). In Banda Aceh, stunting prevalence was reported to decline from 25.1% in 2022 to 21.7% in 2023; therefore, strengthening community-based nutrition education remains relevant. This activity aimed to evaluate changes in the knowledge scores of mothers and infant caregivers after First 1,000 Days of Life education in Ceurih Village. This community service activity was conducted on July 4, 2026, in Ceurih Village, Ulee Kareng District, Banda Aceh, with 18 participants: 13 mothers of infants, three caregivers, and two Posyandu cadres. Education was delivered through an interactive lecture, PowerPoint presentation, leaflet, discussion, and question-and-answer session. Knowledge was evaluated using five questions administered before and immediately after the education session. The mean knowledge score increased descriptively from 4.78 (95.6% of the maximum score) at pre-test to 4.94 (98.9%) at post-test. The number of participants achieving the maximum score of 5 increased from 15 (83.3%) to 17 (94.4%). The improvement was small because most participants already had high baseline scores. In conclusion, first 1,000 Days of Life education was followed by a small increase in participants' knowledge scores regarding stunting prevention. Periodic reinforcement through Posyandu activities and follow-up monitoring are needed to assess knowledge retention and changes in child-feeding and caregiving practices.

Keywords: Stunting prevention, First 1,000 Days of Life, nutrition education, maternal knowledge, community service



PENDAHULUAN

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan linier yang berkaitan dengan kekurangan gizi kronis dan berbagai paparan kesehatan sejak awal kehidupan. Dampaknya tidak terbatas pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berhubungan dengan perkembangan kognitif dan capaian pendidikan pada masa berikutnya. Periode 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), sejak konsepsi hingga anak berusia dua tahun, merupakan fase penting untuk membangun dasar pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.¹⁻⁴

Pencegahan stunting pada periode tersebut memerlukan pemenuhan gizi ibu dan anak, pemberian ASI, serta pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang sesuai usia, beragam, aman, dan memenuhi kebutuhan zat gizi. Penerapan gizi seimbang dan praktik pemberian MP-ASI yang tepat juga perlu disertai pemanfaatan bahan pangan yang mudah diakses keluarga agar pesan gizi dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.^{5,6}

Di Indonesia, percepatan penurunan stunting diperkuat melalui Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2021 yang menekankan intervensi spesifik dan sensitif secara terintegrasi serta melibatkan pemerintah hingga tingkat desa.⁷ Di Aceh, prevalensi stunting tercatat 33,2% pada 2021 dan 31,2% pada 2022.^{8,9} Di Kota Banda Aceh, prevalensi stunting menurun dari 25,1% pada 2022 menjadi 21,7% pada 2023.^{9,10} Data SSGI 2024 juga menunjukkan variasi status gizi antarkabupaten/kota di Aceh, sehingga intervensi pada tingkat komunitas tetap perlu disesuaikan dengan konteks lokal.¹¹

Edukasi gizi merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk memperkuat pengetahuan ibu dan keluarga mengenai gizi anak serta pencegahan stunting. Kegiatan penyuluhan pada ibu balita menunjukkan bahwa pendidikan gizi dapat meningkatkan pengetahuan, dan tinjauan sistematis juga menunjukkan manfaat edukasi gizi maternal terhadap pengetahuan, sikap, keterampilan, dan praktik terkait pemenuhan gizi anak.^{12,13}

Berdasarkan kebutuhan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh,

dilaksanakan melalui edukasi interaktif mengenai 1.000 HPK dengan memadukan ceramah, presentasi visual, leaflet, diskusi, dan tanya jawab. Kegiatan ini melibatkan ibu yang memiliki bayi, pengasuh, dan kader Posyandu agar pesan pencegahan stunting dapat dipahami oleh pihak yang terlibat dalam pengasuhan. Tujuan kegiatan adalah mengevaluasi perubahan skor pengetahuan peserta mengenai 1.000 HPK dan pencegahan stunting sebelum dan sesudah edukasi.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan evaluasi satu kelompok dengan pre-test dan post-test tanpa kelompok pembandingan untuk menggambarkan perubahan skor pengetahuan setelah edukasi. Kegiatan dilaksanakan pada 4 Juli 2026 di rumah Ketua Kader Posyandu Desa Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh. Peserta berjumlah 18 orang, terdiri atas 13 ibu yang memiliki bayi, tiga pengasuh yang turut terlibat dalam pengambilan keputusan pemberian makan anak, dan dua kader Posyandu. Peserta merupakan warga yang hadir pada saat kegiatan berlangsung.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan persiapan tempat, peralatan, dan bahan edukasi, dilanjutkan registrasi serta pre-test untuk menggambarkan pengetahuan awal peserta. Edukasi kemudian diberikan melalui ceramah interaktif menggunakan presentasi PowerPoint dan leaflet. Penyampaian materi dilakukan secara dua arah melalui diskusi dan tanya jawab agar peserta dapat mengaitkan informasi dengan pengalaman pengasuhan sehari-hari.

Materi edukasi mencakup konsep 1.000 Hari Pertama Kehidupan, pengertian dan dampak stunting, pemenuhan gizi ibu dan anak, pemberian ASI dan MP-ASI, gizi seimbang, konsep Isi Piringku, peran keluarga dalam pengasuhan, serta contoh perencanaan menu menggunakan bahan pangan lokal. Kegiatan berlangsung selama 130 menit, mulai pukul 11.00 hingga 13.10 WIB. Setelah penyampaian materi dan diskusi, peserta mengerjakan post-test dan menerima leaflet sebagai bahan penguatan informasi.

Evaluasi pengetahuan menggunakan lima pertanyaan yang diberikan pada pre-test dan post-test. Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0, sehingga skor total berkisar 0-5. Data diolah menggunakan Microsoft Excel dan dianalisis secara deskriptif melalui distribusi frekuensi, persentase, dan rerata skor. Hasil pre-test dan post-test dibandingkan secara deskriptif untuk menggambarkan perubahan pengetahuan peserta setelah edukasi; tidak dilakukan pengujian kausalitas karena kegiatan tidak menggunakan kelompok pembandingan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat bertema “Mewujudkan Generasi Sehat dan Cerdas melalui Pencegahan Stunting Sejak 1.000 HPK” dilaksanakan pada 4 Juli 2026 di Desa Ceurih, Kecamatan Ulee Kareng, Kota Banda Aceh. Kegiatan diikuti oleh 18 peserta yang terdiri atas 13 ibu yang memiliki bayi, tiga pengasuh, dan dua kader Posyandu. Seluruh peserta mengikuti rangkaian pre-test, edukasi interaktif, diskusi dan tanya jawab, post-test, serta menerima leaflet sebagai media edukasi yang dapat dibaca kembali di rumah.

Evaluasi pengetahuan dapat diselesaikan oleh seluruh peserta. Distribusi skor pre-test dan post-test disajikan pada Tabel 1. Skor maksimum yang dapat diperoleh adalah 5.

Tabel 1. Distribusi skor pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi (n=18)

Skor	Pre-test, n (%)	Post-test, n (%)
5	15 (83,3)	17 (94,4)
4	2 (11,1)	1 (5,6)
3	1 (5,6)	0 (0,0)
Rerata skor	4,78	4,94
Persentase dari skor maksimum	95,6%	98,9%

Tabel 1 menunjukkan bahwa rerata skor pengetahuan meningkat dari 4,78 menjadi 4,94. Berdasarkan distribusi frekuensi, skor total peserta meningkat tiga poin secara keseluruhan, setara dengan kenaikan rerata sekitar 0,17 poin. Proporsi peserta dengan skor maksimum juga

meningkat dari 83,3% menjadi 94,4%. Temuan ini menunjukkan perbaikan pengetahuan segera setelah edukasi, tetapi besarnya perubahan relatif kecil.

Perubahan yang kecil perlu dipahami dalam konteks skor awal yang sudah tinggi. Sebanyak 15 dari 18 peserta telah memperoleh skor maksimum sebelum edukasi, sehingga ruang peningkatan menjadi terbatas dan dapat mencerminkan ceiling effect. Meskipun demikian, penggunaan presentasi visual yang terstruktur dapat membantu penyampaian pesan, sedangkan pengalaman pemberdayaan kader melalui media edukasi digital menunjukkan bahwa media visual dapat mendukung peningkatan pengetahuan ketika dipadukan dengan proses belajar yang terarah.^{14,15}

Hasil kegiatan ini sejalan dengan berbagai intervensi edukasi stunting yang melaporkan peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan. Edukasi berbasis leaflet pada ibu menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai stunting; edukasi melalui WhatsApp juga meningkatkan pengetahuan orang tua balita stunting; dan penyuluhan melalui ceramah serta diskusi dilaporkan meningkatkan pemahaman orang tua mengenai pencegahan stunting.¹⁶⁻¹⁸

Kombinasi leaflet, PowerPoint, ceramah interaktif, dan tanya jawab memberikan lebih dari satu jalur penerimaan informasi. Bukti dari intervensi pendidikan kesehatan menggunakan video dan e-leaflet menunjukkan bahwa media yang berbeda dapat sama-sama meningkatkan pengetahuan, terutama ketika materi disampaikan dengan struktur yang jelas dan mudah diakses kembali.¹⁹

Keterlibatan dua kader Posyandu merupakan unsur penting bagi keberlanjutan kegiatan. Pelatihan kader terkait pencegahan stunting dapat meningkatkan kapasitas pengetahuan, sementara tinjauan sistematis terbaru menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal dan media edukasi akan lebih efektif ketika digunakan secara terintegrasi untuk mendorong perubahan perilaku terkait gizi pada ibu balita.^{20,21}

Penguatan pengetahuan sebaiknya tidak berhenti pada satu kali pertemuan. Edukasi gizi juga dapat memperkuat keyakinan ibu dalam

menerapkan pencegahan stunting, dan pendidikan gizi keluarga yang disertai penguatan berulang berpotensi meningkatkan pemahaman mengenai pola makan serta praktik pemberian makan anak.^{22,23}

Namun, kenaikan skor pengetahuan segera setelah edukasi belum dapat diinterpretasikan sebagai perubahan perilaku atau penurunan kejadian stunting. Evaluasi program berbasis komunitas di Indonesia menunjukkan bahwa perbaikan proses dan praktik gizi tidak selalu secara langsung menghasilkan perubahan prevalensi stunting dalam waktu singkat. Oleh karena itu, hasil kegiatan ini lebih tepat dipahami sebagai capaian awal pada aspek pengetahuan.²⁴



Gambar 1. Pelaksanaan edukasi interaktif 1.000 HPK



Gambar 2. Peserta dan kader posyandu dalam kegiatan edukasi 1.000 HPK

Keterbatasan kegiatan meliputi jumlah peserta yang kecil, instrumen evaluasi yang hanya terdiri atas lima pertanyaan, tidak adanya kelompok pembanding, serta post-test yang

dilakukan segera setelah edukasi. Studi lain dengan desain satu kelompok juga menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu setelah edukasi melalui ceramah dan leaflet, tetapi penilaian dampak yang lebih kuat memerlukan instrumen yang memadai dan pemantauan lanjutan.²⁵ Dalam konteks Desa Ceurih, tindak lanjut yang realistis adalah pengulangan pesan melalui kegiatan Posyandu, pemanfaatan kembali leaflet, serta pemantauan praktik pemberian makan anak dan pengasuhan dalam 1-3 bulan berikutnya. Dengan demikian, kader dapat berperan sebagai penguat pesan sekaligus penghubung antara keluarga dan petugas kesehatan.

KESIMPULAN

Edukasi 1.000 Hari Pertama Kehidupan di Desa Ceurih diikuti oleh peningkatan kecil pada skor pengetahuan peserta, dengan rerata meningkat dari 4,78 menjadi 4,94 dan proporsi peserta yang mencapai skor maksimum meningkat dari 83,3% menjadi 94,4%. Kegiatan ini bermanfaat sebagai penguatan pemahaman ibu, pengasuh, dan kader mengenai pencegahan stunting, tetapi hasilnya hanya menggambarkan perubahan pengetahuan segera setelah edukasi.

Saran, penguatan materi secara berkala melalui Posyandu dan pemantauan lanjutan diperlukan untuk menilai keberlanjutan pengetahuan serta penerapannya dalam praktik pemberian makan dan pengasuhan anak.

DAFTAR PUSTAKA

1. Gunardi H. Optimalisasi 1000 Hari Pertama Kehidupan: nutrisi, kasih sayang, stimulasi, dan imunisasi merupakan langkah awal mewujudkan generasi penerus yang unggul. *eJournal Kedokt Indones*. 2021;9(1):1. doi:10.23886/ejki.9.2.1.
2. Lestari E, Siregar A, Hidayat AK, Yusuf AA. Stunting and its association with education and cognitive outcomes in adulthood: a longitudinal study in Indonesia. *PLoS One*. 2024;19(5):e0295380.

- doi:10.1371/journal.pone.0295380.
3. Hijrawati, Usman AN, Syarif S, Hadju V, As'ad S, Baso YS. Use of technology for monitoring the development of nutritional status 1000 HPK in stunting prevention in Indonesia. *Gac Sanit.* 2021;35(suppl 2):S231-S234. doi:10.1016/j.gaceta.2021.10.028.
4. Anjani AD, Lestari D, Aulia N. Pentingnya kebutuhan nutrisi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan. *J Penelit Perawat Prof.* 2024;6(4):1587-1594. doi:10.37287/jppp.v6i4.2671.
5. Maku KRM, Bedho IB, Unde M. Peran gizi seimbang dan kesehatan dalam optimalisasi tumbuh kembang anak usia dini. *J Citra Pendidik Anak.* 2026;5(1):86-96. doi:10.38048/jcpa.v5i1.6198.
6. Fiana M, Komariah A, Subroto DE, Ningsih R, Sa'adah NNS, Masnawati N. Makanan pendamping ASI (MP-ASI) dalam priode emas pertumbuhan dan perkembangan balita. *J Peduli Masy.* 2024;6(3):1015-1022. doi:10.37287/jpm.v6i3.4202.
7. Republik Indonesia. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 tentang Percepatan Penurunan Stunting. Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2021 Nomor 172. 2021.
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2022.
9. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2022.
10. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2024.
11. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2024 dalam Angka. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2025.
12. Tadale DL, Ramadhan K, Nurfatimah N. Peningkatan pengetahuan ibu balita terkait gizi seimbang balita untuk mencegah stunting melalui penyuluhan. *Community Empowerment.* 2021;6(1):48-53. doi:10.31603/ce.4379.
13. Prasetyo YB, Permatasari P, Susanti HD. The effect of mothers' nutritional education and knowledge on children's nutritional status: a systematic review. *Int J Child Care Educ Policy.* 2023;17:11. doi:10.1186/s40723-023-00114-7.
14. Nelson A, Burns A, McGreevy J, et al. Developing, designing, and delivering more effective research and didactic presentations: a primer and recommendations. *J Hosp Med.* 2026;21(8):946-950. doi:10.1002/jhm.70330.
15. Friska D, Kekalih A, Runtu F, et al. Health cadres empowerment program through smartphone application-based educational videos to promote child growth and development. *Front Public Health.* 2022;10:887288. doi:10.3389/fpubh.2022.887288.
16. Ningsih R, Pabidang S, Monalisa D. Pemberian edukasi berbasis leaflet untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang stunting. *J Peduli Masy.* 2025;7(2):79-84. doi:10.37287/jpm.v7i2.5908.
17. Brilliant NKB, Sipahutar IE, Ribek IN. Efektivitas edukasi stunting dengan media WhatsApp terhadap tingkat pengetahuan orang tua yang memiliki balita stunting. *J Gema Keperawatan.* 2022;15(2):247-261. doi:10.33992/jgk.v15i2.2182.
18. Susilowati L, Hutasoit M, Sumiyarini R, Nursanti I. Upaya peningkatan pemahaman orangtua tentang pencegahan stunting pada balita. *J Innov Community Empower.* 2022;4(2):136-141. doi:10.30989/jice.v4i2.751.
19. Yuliasih ND, Sari P, Bestari AD, Martini N, Sujatmiko B. Does health education through videos and e-leaflet have a good influence on improving students' reproductive health knowledge, attitudes, and practices? An intervention study in Jatinangor, Indonesia. *Adv Med Educ Pract.* 2025;16:29-39. doi:10.2147/AMEP.S487338.
20. Irdawati I, Arifah S, Muhlisin A, et al.

- Efforts of increase cadre capacity about stunting prevention. *MethodsX*. 2024;13:102720. doi:10.1016/j.mex.2024.102720.
21. Diana NNP, Wirawan NN, Rahmawati W. Effectiveness of communication pathways and educational media in promoting nutrition-related behavioral change among mothers of toddlers: a systematic review. *Action Aceh Nutr J*. 2026;11(1):339-351. doi:10.30867/action.v11i1.3032.
 22. Sari DK. Pengaruh edukasi gizi terhadap self-efficacy ibu dalam pencegahan stunting pada balita. *Nurs Sci J*. 2024;8(2):111-121. doi:10.30737/nsj.v8i2.6088.
 23. Hardiyanti S, Rekawati E, Setiawan A, Rahmadiyah DC. Effectiveness of family nutrition education on the incidence of stunting: systematic review. *Indones J Glob Health Res*. 2024;6(3):1231-1242. doi:10.37287/ijghr.v6i3.3058.
 24. Beatty A, Borkum E, Leith W, Null C, Suriastini W. A cluster randomized controlled trial of a community-based initiative to reduce stunting in rural Indonesia. *Matern Child Nutr*. 2024;20(1):e13593. doi:10.1111/mcn.13593.
 25. Ahmadi, Widyyati MLI, Rafti AA. Pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan ibu tentang nutrisi balita stunting di Puskesmas Pulau Mandangin. *J Gizi Kesehatan*. 2026;18(1):9-15. doi:10.35473/jgk.v18i1.900.