

# The role of mothers in the first 1000 days of life in preventing child developmental disorders



Marina<sup>a</sup> | Jusmawati<sup>a</sup>

<sup>a</sup>Department of midwifery, High School Of Health Science Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

**Abstract:** The first thousand days of life (1000 HPK) is a child's golden period to grow and develop optimally. Disturbances that occur in This period has an impact on the child's survival and growth and development are permanent and long-term and more difficult to repair after the child is 2 years old. The aim of this service is to improve knowledge of the importance of the role of mothers during the 1000 HPK period in prevention the occurrence of growth and development disorders in children. The method used is counseling, discussions and questions and answers to 20 mothers who have children aged 0-24 months. The results show that before counseling was carried out, some Most mothers don't know about 1000HPK and the impacts it has on child growth and development. However, after counseling, Participants' knowledge and understanding of 1000 HPK increased by around 94.8%. Advice for parents to regularly bring and check their children every month to health services and providing adequate nutritional intake to support optimal growth and development.

**Keywords:** Counseling, 1000 HPK, Growth and Development

## 1. Introduction

Tumbuh kembang anak di Indonesia masih perlu mendapatkan perhatian serius, Angka keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan masih cukup tinggi yaitu sekitar 5–10 % mengalami keterlambatan perkembangan umum. Dua dari 1.000 bayi mengalami gangguan perkembangan motorik dan 3 sampai 6 dari 1.000 bayi juga mengalami gangguan pendengaran serta satu dari 100 anak mempunyai kecerdasan kurang dan keterlambatan bicara (Asnaniar & Lasini, 2019).

Berdasarkan Riskesdas (2020), secara Nasional Prevalensi Balita Pendek, gizi kurang dan Kurus di Indonesia menunjukkan angka yang cukup tinggi masing-masing 30.8%, 17.7% dan 10.2% (Riskesdas, 2018). Menurut WHO, masalah kesehatan masyarakat dapat dianggap kronis bila prevalensi stunting lebih dari 20 persen. Artinya, secara nasional masalah stunting di Indonesia tergolong kronis.

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan dua peristiwa yang berbeda tetapi tidak bisa dipisahkan (Izah et al., 2021). Tumbuh kembang optimal adalah tercapainya proses tumbuh kembang yang sesuai dengan potensi yang dimiliki anak. Dengan Mengetahui penyimpangan terhadap tumbuh kembang, maka dapat dilakukan berbagai upaya pencegahan, stimulasi dan intervensi dini pada masa-masa proses tumbuh kembang anak (Rukmasari et al., 2021).

Dampak tumbuh kembang yang dapat di alami anak berupa gangguan perkembangan otak, pertumbuhan massa tubuh dan komposisi badan sehingga anak bisa stunting atau pendek dibandingkan standar tinggi anak seusianya, gangguan metabolisme tubuh, gangguan pertumbuhan bahkan dapat mengakibatkan penyakit gizi akut yang dapat berujung pada kematian. Kesemuanya itu bersifat permanen dan sulit untuk diperbaiki setelah anak berusia 2 tahun. Nutrisi yang adekuat diperlukan dalam pertumbuhannya untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal (Sugeng et al., 2022).

Semua nutrisi penting untuk perkembangan dan fungsi otak secara keseluruhan yang optimal bergantung pada penyediaan nutrisi penting dalam jumlah yang cukup selama periode waktu sensitif dalam 1000 hari pertama kehidupan. Pemenuhan gizi untuk menciptakan kualitas hidup yang baik berawal dari pemenuhan gizi sedari bayi/balita. Balita gizi kurang memiliki tingkat asupan energi, protein dan lemak lebih rendah dibandingkan dengan balita gizi baik (Diniyyah & Nindya, 2017). Balita dengan gizi yang kurang dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga penyakit akan muncul dan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan jaringan otak (Sofiana et al., 2021)

Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK), merupakan upaya dalam memperkuat komitmen rencana aksi percepatan perbaikan gizi sejak 1000 hari dari masa kehamilan hingga usia dua tahun (Nefy et al., 2019). Dimasa inilah periode tumbuh kembang anak yang paling optimal baik untuk intelegensi maupun fisiknya (Harna et al., 2021) Praktik pemberian makan yang kurang baik mengakibatkan anak tidak memperoleh asupan gizi seimbang dan secara kumulatif mengakibatkan gangguan pertumbuhan anak. Kekurangan gizi maupun kelebihan gizi berupa obesitas dan diet yang tidak seimbang telah terbukti



berpotensi mengurangi perkembangan otak (Unicef, 2017) Peran dan fungsi orangtua ikut serta dalam mempengaruhi proses tumbuh kembang. Nurul (2021) dalam penelitiannya menyebut bahwa sosok ibu adalah salah satu kunci utama dalam tumbuh kembang anak (Nurul Abidah & Novianti, 2020). Orang tua, terutama ibu, adalah faktor terpenting dalam kinerja tiga tugas: mengasah, mencintai, dan membina (Jayanti et al., 2021).

Peran orang tua sedini mungkin akan berdampak terhadap tumbuh kembang mereka di masa depan, terutama peran ibu pada periode kritis 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Kesadaran akan pentingnya pemberian gizi yang baik terkadang belum sepenuhnya dimengerti. Adapun orang tua yang sudah mengetahui tentang gizi tetapi tidak diterapkan dalam kehidupan dan adapula yang tidak mengetahuinya sama sekali (Hartono et al., 2018). Ibu yang memiliki pengetahuan gizi terutama pada masa 1000 HPK diharapkan mampu menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat sehingga dapat mencegah terjadinya gangguan tumbuh kembang pada anak.

## 2. Materials and Methods

### *Lokasi dan Waktu Pelaksanaan*

Pengabdian masyarakat dilakukan pada bulan Mei 2024 bertempat di wilayah kerja Puskesmas Toddopuli Kecamatan Manggala Kota Makassar yang dihadiri oleh ibu yang memiliki bayi usia 0-24 bulan sebanyak 20 orang. Walaupun penyuluhan dilakukan berulang-ulang karena disesuaikan dengan waktu masyarakat akan tetapi warga sebagai audiens mengikuti kegiatan ini dengan sangat antusias memperhatikan materi yang diberikan.

### *Alat Pengabdian Masyarakat*

Materi penyuluhan tentang pencegahan gangguan tumbuh kembang anak disampaikan dengan menggunakan slide yang disusun secara runtun dengan menggunakan istilah yang mudah dipahami oleh pasien, sehingga dapat dipraktikkan dengan benar dalam perilaku sehari-hari.

### *Brosur*

Alat penyuluhan ini digunakan sebagai tahap akhir dari penyampaian materi. Brosur/Leaflet berisi tentang gambar sederhana tindakan pencegahan gangguan tumbuh kembang anak. Hal ini bertujuan untuk agar para pasien selain dapat memahami sepenuhnya tentang gangguan tumbuh kembang anak, dapat juga mempraktekkan perilaku pencegahan dengan maksimal.

### *Teknik Pengumpulan Data*

#### *Tahap Persiapan*

Tahap persiapan dari kegiatan pengabdian masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Toddopuli yaitu mempersiapkan alat bantu untuk kegiatan promosi Kesehatan, mulai dari pembuatan power point dan Leaflet.

#### *Tahap Pelaksanaan*

Kegiatan dilakukan dengan cara tatap muka langsung berupa edukasi/penyuluhan. Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:

- Kegiatan Pre-Test, dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu yang memiliki anak usia 0-24 bulan mengenai 1000 Hari Pertama Kehidupan. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat 10 pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan. Peserta pada kegiatan ini adalah sebanyak 20 orang.
- Penyampaian materi tentang Peran Ibu Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Pencegahan Gangguan Tumbuh Kembang Anak yang dilakukan oleh Ketua Pengabdian sebagai edukator dibantu dengan alat promosi kesehatan berupa leaflet yang memuat informasi terkait materi yang diberikan. Setelah materi disampaikan oleh edukator, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan (tanya jawab).
- Tahap Evaluasi yaitu pada akhir kegiatan dilaksanakan evaluasi berupa Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan ibu terhadap materi yang telah disampaikan.

## 3. Results

Berdasarkan hasil pretest yang telah dilakukan tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan diperoleh presentase sebesar 53,3%. Setelah dilakukan penyuluhan Gizi tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan, kemudian dilakukan posttest dan diperoleh presentase sebesar 94,8%. Dari hasil pretest dan posttest yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan. Sehingga dengan adanya peningkatan pengetahuan ini bisa bermanfaat untuk menambah wawasan ibu. Keseriusan peserta memperhatikan materi penyuluhan dari tim pengabdian mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mereka. Pengetahuan yang dimiliki ibu merupakan kunci utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi balita dan dapat mempengaruhi status gizi balita (Susilowati, 2020).

Salah satu sumber permasalahan terhadap tumbuh kembang anak adalah kurangnya perhatian orangtua, pengetahuan orangtua yang terbatas, dan kurang maksimal dan kurang berkesinambungannya program penyuluhan, edukasi, dan atau sosialisasi perihal deteksi dini tumbuh kembang pada anak. Edukasi merupakan salah satu cara efektif dalam memberikan

pencerahan, pemahaman dan pengetahuan terutama kepada orangtua dalam merawat anak (Hibana & Surahman, 2021). Peran orang tua sedini mungkin akan berdampak terhadap tumbuh kembang mereka di masa depan. Anak yang memiliki awal tumbuh kembang yang baik akan tumbuh menjadi dewasa yang lebih sehat sehingga nantinya akan memiliki kehidupan yang lebih baik (Pem, 2019).



Figure 1. Brosur/Leaflet



Figure 2. Dokumentasi

#### 4. Discussion

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan ibu tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan setelah dilakukan penyuluhan gizi. Pada pretest, hanya 53,3% ibu yang memiliki pengetahuan cukup tentang topik ini, namun setelah penyuluhan, persentase tersebut meningkat menjadi 94,8%. Ini menunjukkan bahwa penyuluhan gizi yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman ibu secara substansial.

Peningkatan pengetahuan ini sangat penting karena pemahaman yang baik tentang gizi dan tumbuh kembang anak adalah kunci dalam memastikan balita mendapatkan asupan gizi yang cukup dan tepat. Pengetahuan ini dapat mempengaruhi status gizi balita, yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan dan kualitas hidup anak di masa depan.

Lebih jauh, masalah tumbuh kembang anak sering kali disebabkan oleh kurangnya perhatian dan pengetahuan orangtua. Penyuluhan dan edukasi yang efektif dapat memberikan orangtua wawasan yang diperlukan untuk mendeteksi dan menangani masalah tumbuh kembang anak sejak dini. Oleh karena itu, peran orangtua yang didukung oleh pengetahuan yang cukup akan sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak, yang pada akhirnya akan berkontribusi pada kesehatan dan kesejahteraan mereka di masa depan.



## 5. Conclusions

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan tema Peran Ibu Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Pencegahan Gangguan Tumbuh Kembang Anak telah dilaksanakan dengan baik dan lancar. Keseriusan peserta memperhatikan materi penyuluhan dari tim pengabdian mampu meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mereka mengenai apa saja masalah tumbuh kembang yang terjadi apabila pemenuhan kebutuhan gizi pada 1000 Hari Pertama Kehidupan tidak tercukupi dan bagaimana cara Pencegahannya. Orang tua agar tetap meningkatkan keaktifannya dalam membawa dan memeriksakan tumbuh kembang balita setiap bulan dan memberikan nutrisi yang optimal.

## Conflict of Interest

No conflicts of interest

## Acknowledgment

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada masyarakat, Pihak kampus sebagai pemberi dana dalam kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2024, dan pembimbing lapangan yang telah membantu kami dalam menjalankan kegiatan ini serta ucapan terimakasih kepada kepala puskesmas Toddopuli yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat

## References

- Muslimin, Gafur, A., Azwar, M., & Yulis, D. M. (2020). Pengetahuan Ibu Balita Dalam Pengendalian Stunting Di Sulawesi Selatan. *UNM Environmental Journals*, 3(2), 60. <https://doi.org/10.26858/uej.v3i2.15033>
- Nefy, N., Lipoeto, N. I., & Edison, E. (2019). Implementasi Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Kabupaten Pasaman 2017 <br>[Implementation of The First 1000 Days of Life Movement in Pasaman Regancy 2017]</br>. *Media Gizi Indonesia*, 14(2), 186. <https://doi.org/10.20473/mgi.v14i2.186-196>
- Nurul Abidah, S., & Novianti, H. (2021). Pengaruh Edukasi Stimulasi Tumbuh Kembang terhadap Kemampuan Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun oleh Orangtua. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(2), 89–93. <https://doi.org/10.33860/jik.v14i2.132>
- Pem, D. (2019). Factors Affecting Early Childhood Growth and Development: Golden 1000 Days. *Advanced Practices in Nursing*, 01(01), 1–4. <https://doi.org/10.4172/2573-0347.1000101>
- Riskesdas. (2020). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Rukmasari, E. A., Sumarni, N., R, G. G., & Kosim. (2021). Peran Orang Tua Dalam Deteksi Dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Pada Anak Usia Balita Di Rt 04 Rw 01 Desa Jayaraga Kecamatan Tarogong Kidul – Garut. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 5(2)
- Diniyyah, S. R., & Nindya, T. S. (2017). Asupan Energi, Protein dan Lemak dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan di Desa Suci, Gresik. *Amerta Nutrition*, 1(4), 341. <https://doi.org/10.20473/amnt.v1i4.7139>
- Izah, N., Prastiwi, R. S., & Andari, I. D. A. (2021). Stimulasi Dan Deteksi Dini Tumbuh Menggunakan Aplikasi Tumbuh Kembang Balita di Wilayah Kelurahan MARGADANA. *Jurnal Abdimas PHB*, 2(2), 21–28.
- Jayanti, N., Rohemah, & Laili, U. (2021). Factors Affecting Toddlers' Development in Pamekasan Regency. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(01), 38–42
- Nanlohy, W., Bugis, N., Nurhidayati, S., & Thalib, A. (2024). Counseling on The Dangers of Early Marriage in an Effort to Prevent Stunting in Dobo Aru Islands. *Journal of Evidence-Based Community Health*, 1(1), 4-6. <https://doi.org/10.1234/brx4xr25>
- Susilowati, E., & Himawati, A. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Status Gizi Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah 1 Demak. *Jurnal Kebidanan*, 6(13), 21. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i13.2866>
- Unicef. (2017). The first 1000 days of life: the brains window of opportunity. <https://www.unicef-irc.org/article/958-the-first-1000-days-of-life-the-brains-window-of-opportunity.html>
- USAID. (2014). Multi-sectoral Nutrition Strategy 2014-2025 Technical Guidance Brief: Implementation Guidance for Ending Preventable Maternal and Child Death. <https://doi.org/10.5336/healthsci.2020-73626>.
- Harna, Sa' pang, M., Swamilaksita, P. D., & Novianti, A. (2021). Pendidikan Gizi Efektif Terkait Standar Pemberian Makan. *Prosiding Hasil Pengabdian Masyarakat: Universitas Esa Unggul*, 54–57.
- Hartono, R., Ula, H., Sunarto, S., & Ipa, A. (2018). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Asupan Energi Pada Anak Stunting. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(1), 13. <https://doi.org/10.32382/medkes.v12i1.31>
- Hibana, & Surahman, S. (2021). Optimalisasi Perkembangan Anak melalui Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(2), 58–66.
- Asnaniar, W. O. S., & Lasini, M. B. (2019). Hubungan Lingkar Kepala dengan Perkembangan Motorik Anak Usia 1-24 bulan di Rumah Sakit Ibu dan Anak Pertiwi Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 9(2), 227– 231
- Sugeng, H. M., Tarigan, R., & Sari, N. M. (2022). Gambaran Tumbuh Kembang Anak pada Periode Emas Usia 0-24 Bulan di Posyandu Wilayah Kecamatan Jatinangor. *Jsk*, 4(3), 96–101.
- Sofiana, L., Darmawati, L. P., Aditya, D. Y., Setyorini, D., & Amari, F. I. (2021). Pelatihan Pembuatan MP ASI Dalam Mewujudkan Pemenuhan Gizi Balita di Kampung Penumpang, Gowongan, Jetis. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(2), 2019–2022. <https://doi.org/10.30595/jppm.v5i2.7369>

