



KKN UNP untuk Generasi Sehat: Upaya Pencegahan Stunting dan Pentingnya 1000 HPK di Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah

KKN UNP for a Healthy Generation: Efforts to Prevent Stunting and the Importance of the First 1000 Days of Life in Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah

Nurfarhanah¹, Andrea Berliani², Fatih Azzami³, Gita Apri Amanda⁴, Putri Adelia Bulkis⁵, Sylviani Sahara⁶

Universitas Negeri Padang

Email: nurfarhanah@fip.unp.ac.id¹, andreaberliani@student.unp.ac.id², fatihazzami226@gmail.com³, gitaapriamanda@gmail.com⁴, putriadeliaa1@gmail.com⁵, sylvianisahara@student.unp.ac.id⁶

Article Info

Article history :

Received : 16-12-2025

Revised : 17-12-2025

Accepted : 19-12-2025

Pulished : 21-12-2025

Abstract

Stunting is a chronic nutritional problem affecting child development and remains a public health concern in Indonesia. The First 1000 Days of Life (1000 HPK), from pregnancy to age two, is a golden period for preventing stunting. The Community Service Program (KKN) by Universitas Negeri Padang in Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah, aimed to raise community awareness of nutrition, healthy parenting, and sanitation. Activities included direct education, health checks by the village midwife, and discussions with pregnant women and mothers of toddlers. The results showed strong participation and increased awareness about the importance of 1000 HPK. Although no stunting cases were found, this activity was valuable as a preventive effort. Community and local government support are key to sustaining the program. This initiative is expected to be the first step toward building a stunting-free village.

Keywords: *Stunting, First 1000 Days, Nutrition, Child Health*

Abstrak

Stunting merupakan masalah gizi kronis yang berdampak pada tumbuh kembang anak dan masih menjadi tantangan di Indonesia. Masa 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK), yaitu sejak kehamilan hingga anak berusia dua tahun, merupakan periode emas pencegahan stunting. Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Negeri Padang di Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah, bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya gizi, pola asuh sehat, dan sanitasi. Kegiatan dilakukan melalui penyuluhan langsung, pemeriksaan kesehatan oleh bidan desa, dan diskusi bersama ibu hamil serta ibu yang memiliki anak balita. Hasilnya menunjukkan antusiasme tinggi dan meningkatnya kesadaran peserta tentang pentingnya 1000 HPK. Meski tidak ditemukan kasus stunting, kegiatan ini tetap strategis sebagai langkah preventif. Dukungan masyarakat dan pemerintah setempat menjadi potensi penting untuk keberlanjutan program. Diharapkan kegiatan ini menjadi awal dari gerakan berkelanjutan menuju desa bebas stunting.

Kata Kunci: *Stunting, 1000 HPK, Gizi, Edukasi Kesehatan, KKN*

PENDAHULUAN

Indonesia dikenal sebagai negara yang melimpah dengan sumber daya alam (SDA), namun masih menghadapi tantangan serius terkait gizi buruk yang telah lama menjadi permasalahan. Ketidakseriusan dalam penanganan gizi buruk telah menyebabkan munculnya berbagai penyakit kronis, termasuk stunting.



Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya yang berada dibawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintahan di bidang kesehatan. Permasalahan stunting dimulai dari dalam kandungan dan baru akan terlihat ketika anak sudah menginjak usia dua tahun (Ali Mubin et al. 2024).

Stunting merupakan salah satu sasaran Sustainable Development Goals (SDGs) yang termasuk dalam tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu menghapuskan kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Target yang telah ditetapkan adalah mengurangi prevalensi stunting hingga 40% pada tahun 2025. Stunting telah masuk kedalam permasalahan kesehatan yang dihadapi secara global, termasuk di Indonesia, baik itu di wilayah perkotaan maupun pedesaan. Kondisi ini menyerang anak – anak dan jika tidak dicegah melalui pemenuhan kebutuhan gizi, pemberian imunisasi, serta perbaikan kebersihan lingkungan, dapat berdampak pada terganggunya perkembangan otak, fungsi metabolisme dan pertumbuhan fisik anak (Agustin, Dewi, and Immawati 2025).

Menurut World Health Organization (WHO), pencegahan stunting sebaiknya dimulai sejak masa pra-konsepsi, yaitu sebelum terjadinya kehamilan. Salah satu langkah penting adalah memberikan edukasi mengenai pentingnya perbaikan status gizi dan kecukupan asupan nutrisi sejak dini. Pengetahuan yang dimiliki oleh calon ibu sangat berpengaruh terhadap perilaku hidup sehat dan kondisi kesehatannya di masa mendatang. Selama ini, intervensi gizi umumnya baru dilakukan saat kehamilan berlangsung. Padahal, pencegahan akan lebih efektif jika dimulai lebih awal, bahkan sebelum konsepsi terjadi, guna memastikan kesiapan fisik dan nutrisi ibu dalam menyambut kehamilan yang sehat.

Seribu hari pertama kehidupan anak (1000 HPK) adalah masa krusial yang dimulai sejak janin berada dalam kandungan hingga anak berusia dua tahun. Periode ini mencakup masa kehamilan selama kurang lebih 270 hari hingga anak berusia dua tahun (730 hari). (Puspita, Umar, and Wardani 2021).

Dalam rentang waktu tersebut, terjadi perkembangan yang sangat pesat pada otak, sistem imun, serta fungsi-fungsi organ vital lainnya, sehingga menjadi fase yang sangat kritis untuk memastikan anak tumbuh secara optimal. Pemenuhan kebutuhan gizi yang adekuat serta pola asuh yang tepat selama 1000 HPK memiliki dampak jangka panjang terhadap kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas individu di kemudian hari. Kekurangan gizi kronis dalam periode ini dapat menyebabkan stunting. Stunting bukan hanya berdampak pada pertumbuhan fisik, tetapi juga berpengaruh terhadap perkembangan kognitif dan risiko penyakit tidak menular di usia dewasa.

Upaya pencegahan stunting harus dimulai sedini mungkin, bahkan sejak masa kehamilan. Intervensi yang efektif meliputi pemantauan kehamilan secara rutin, pemenuhan gizi ibu hamil dan menyusui, pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama, serta pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang bergizi dan aman. Intervensi ini perlu didukung oleh edukasi, perilaku hidup bersih dan sehat, serta keterlibatan aktif keluarga dan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak (Ali Mubin et al. 2024).

Oleh karena itu, mencegah stunting sejak dini melalui perhatian pada 1000 HPK bukan hanya tugas tenaga kesehatan saja, tetapi juga butuh dukungan penuh dari keluarga dan masyarakat.



Kesadaran akan pentingnya gizi, pola asuh yang baik, serta lingkungan yang bersih harus terus ditingkatkan, khususnya di tingkat desa atau nagari. Melalui kegiatan KKN dan edukasi yang berkelanjutan, diharapkan masyarakat khususnya di Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah semakin paham dan mau berperan aktif dalam menciptakan generasi yang sehat dan bebas dari stunting.

METODE PENELITIAN

Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan pencegahan stunting dan 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK) dilaksanakan oleh 29 mahasiswa KKN di Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah yang bekerja sama dengan ibu – ibu kader posyandu, bidan desa, Petugas kesehatan dan juga pemerintah setempat. Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan adalah pemberian sosialisasi secara langsung melalui penyuluhan kepada masyarakat. Sosialisasi pencegahan stunting dan 1000 HPK dilakukan pada tanggal 8 Juli 2025 pukul 08.00 – 12.00 WIB bertempat di Posyandu Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah dengan narasumber salah satu mahasiswa KKN dan dihadiri oleh ibu – ibu hamil dan ibu – ibu yang memiliki anak kecil rentang usia 0 – 5 tahun. Berikut tahapan yang dilakukan:

1. Tahap pertama, yaitu permohonan izin kepada bapak jorong dan ibu – ibu kader posyandu dan observasi terkait target pelaksanaan sosialisasi pencegahan stunting dan 1000 HPK di Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah.
2. Tahap kedua, yaitu Persiapan sosialisasi berupa mempersiapkan tempat, gotong royong di posyandu serta mempersiapkan alat dan bahan yang digunakan seperti infocus, snack, meja, kursi, soundsytem dan lain – lain.
3. Tahap ketiga, yaitu pelaksanaan sosialisasi pencegahan stunting dan 1000 HPK oleh salah satu mahasiswa KKN dan melakukan pemeriksaan oleh bidan desa selaku petugas kesehatan di Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stunting merupakan bentuk gangguan gizi kronis yang dialami oleh balita, yang ditandai dengan kondisi tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan anak-anak seusianya. Berdasarkan definisi dari World Health Organization (WHO), stunting terjadi apabila skor Z untuk indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) berada di bawah -2 standar deviasi dari standar pertumbuhan anak.

Kondisi ini kerap tidak dikenali oleh orang tua karena menganggap tubuh pendek sebagai hal yang normal. Padahal, stunting sejatinya bisa dicegah melalui edukasi dan pemenuhan gizi yang memadai, terutama selama masa-masa krusial perkembangan anak dalam 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK). Oleh karena itu, kegiatan penyuluhan difokuskan pada ibu hamil serta ibu yang memiliki anak usia 0 hingga 5 tahun, karena mereka memiliki peran sentral dalam memastikan tumbuh kembang anak berlangsung optimal dan bebas dari stunting (Almunawaroh et al. 2023).

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan oleh mahasiswa KKN UNP dilaksanakan pada tanggal 8 Juli 2025 di Posyandu Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah. Acara ini dihadiri oleh ibu-ibu hamil serta ibu yang memiliki anak balita, dan bekerja sama dengan kader posyandu, bidan desa, serta pemerintah setempat. Narasumber utama berasal dari perwakilan mahasiswa KKN yang



telah melakukan persiapan materi dan diskusi sebelumnya.

Kegiatan ini diawali dengan pengantar dari ketua kelompok KKN, kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi seputar stunting, 1000 HPK, penyebab dan dampaknya, serta cara-cara pencegahan yang dapat dilakukan di rumah. Materi disampaikan menggunakan media visual seperti infokus dan poster, sehingga lebih mudah dipahami oleh peserta. Berikutnya dilakukan pemeriksaan kesehatan oleh bidan desa, meliputi pengukuran tinggi dan berat badan anak, konsultasi gizi ibu hamil, serta diskusi tentang MP-ASI dan ASI eksklusif.

Menariknya, berdasarkan hasil observasi dan laporan dari bidan desa, saat ini di Jorong Lubuak Bauak tidak ditemukan kasus anak dengan kondisi stunting. Meskipun demikian, kegiatan sosialisasi tetap dinilai penting dan strategis sebagai bentuk upaya pencegahan sejak dini. Edukasi secara terus menerus diperlukan agar masyarakat tidak lengah dan tetap memperhatikan asupan gizi anak, sanitasi lingkungan, serta praktik pemberian makanan sehat sesuai kebutuhan anak.

Antusiasme masyarakat terlihat dari tingginya partisipasi dalam sesi tanya jawab, terutama dari para ibu yang ingin mengetahui lebih dalam tentang menu makanan bergizi, tanda-tanda anak terkena stunting, serta kebiasaan pola asuh yang sehat. Banyak peserta menyampaikan bahwa mereka baru pertama kali mendengar secara mendetail mengenai 1000 HPK dan kaitannya dengan stunting, sehingga kegiatan ini sangat membuka wawasan mereka.

Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk:

1. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang stunting dan dampaknya terhadap perkembangan anak.
2. Meningkatkan pemahaman ibu-ibu tentang pentingnya pemenuhan gizi selama kehamilan dan masa balita.
3. Mendorong perubahan perilaku hidup sehat, seperti pemberian ASI eksklusif, konsumsi makanan bergizi, dan sanitasi yang baik.

Pemerintah nagari dan perangkat jorong sangat mendukung kegiatan ini. Mereka memberikan akses dan fasilitas untuk kelancaran acara, serta mendorong masyarakat agar rutin mengikuti kegiatan posyandu dan edukasi kesehatan. Dengan adanya kegiatan ini, mahasiswa KKN tidak hanya menjadi penggerak edukasi, tetapi juga agen perubahan dalam mendukung pencapaian target SDGs khususnya dalam mengurangi angka stunting di pedesaan.

Harapannya, edukasi ini tidak berhenti pada kegiatan KKN saja, tetapi dapat menjadi program berkelanjutan yang didukung oleh pemerintah nagari dan tenaga kesehatan agar kesadaran masyarakat terus meningkat, dan generasi masa depan bebas dari stunting.



Gambar 1. Pengisian daftar hadir



Gambar 2. Kata sambutan dari ketua KKN UNP



Gambar 3. Pembukaan oleh MC



Gambar 4. Pemaparan materi mengenali stunting



Gambar 5. Sesi tanya jawab



Gambar 6. Pengukuran tinggi dan berat badan bayi



Gambar 7. Foto bersama



KESIMPULAN

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Negeri Padang yang diselenggarakan di Jorong Lubuak Bauak, Nagari Batipuah Baruah, merupakan wujud nyata kontribusi mahasiswa dalam mendukung program nasional percepatan pencegahan stunting. Melalui kegiatan penyuluhan yang berfokus pada pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK), masyarakat dibekali pemahaman yang komprehensif tentang bahaya stunting, penyebabnya, dan langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan sejak masa prakonsepsi hingga anak berusia dua tahun. Edukasi yang diberikan melalui penyampaian materi, diskusi interaktif, dan pemeriksaan kesehatan oleh bidan desa mampu menciptakan suasana yang informatif, partisipatif, dan langsung menjangkau sasaran utama, yaitu ibu hamil dan ibu dengan balita.

Meskipun observasi tidak menunjukkan adanya kasus stunting di wilayah sasaran, kegiatan ini tetap memiliki nilai strategis sebagai langkah pencegahan untuk menjaga status gizi masyarakat. Tingginya antusiasme peserta, dukungan kader Posyandu dan perangkat desa, serta kolaborasi lintas sektor menunjukkan bahwa upaya pemberdayaan masyarakat melalui edukasi kesehatan memiliki potensi signifikan untuk mendorong perubahan perilaku. Kesadaran akan pentingnya gizi, pola asuh yang sehat, pemberian ASI eksklusif, dan lingkungan yang bersih merupakan fondasi kunci untuk menciptakan generasi yang sehat, cerdas, serta tangguh secara fisik dan mental.

Oleh karena itu, kegiatan ini diharapkan lebih dari sekadar program insidental dalam pelaksanaan KKN, tetapi dapat diintegrasikan menjadi program berkelanjutan yang melibatkan seluruh elemen, mulai dari pemerintah desa, tenaga kesehatan, hingga partisipasi aktif masyarakat itu sendiri. Dengan menjaga kesinambungan pendidikan dan praktik kesehatan yang baik, diharapkan wilayah seperti Jorong Lubuak Bauak dapat menjadi contoh desa tangguh stunting, sekaligus berkontribusi pada pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs) pada tahun 2030, khususnya dalam upaya memberantas segala bentuk malnutrisi dan memastikan tumbuh kembang optimal anak-anak Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Noviana, Tri Kesuma Dewi, and Immawati. 2025. "Implementasi Pendidikan Kesehatan Tentang Pencegahan Stunting Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)." *Jurnal Cendikia Muda* 5(4): 509–16.
- Ali Mubin et al. 2024. "Seminar Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan Dalam Pencegahan Stunting Di Desa Sukadiri." *Jurnal Nusantara Berbakti* 2(4): 53–57.
- Almunawaroh, Qoriah Almunawaroh et al. 2023. "Sosialisasi Program Pencegahan Stunting Dan Gizi Buruk Di Kelurahan Teluk Kabung Tengah." *Manaruko: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 2(2): 49–54.
- Puspita, Linda, Mareza Yolanda Umar, and Psiari Kusuma Wardani. 2021. "Pencegahan Stunting Melalui 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK)." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu(ABDI KE UNGU)* 3(1): 13–16.
- Ali Mubin, A. A. (2024). Seminar Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan dalam Pencegahan Stunting di Desa Sukadiri. *Jurnal Nusantara Berbakti*, 53-57.
- Armaita, L. H. (2024). Kolaborasi KKN UNP dan Posyandu : Menyukkseskan Program Pemberian Makanan Tambahan Pada Bayi dan Balita Sasaran Pencegahan Stunting di Nagari Labuh . 121-135.



-
- Kristina Sara, A. M. (2024). SOSIALISASI PENCEGAHAN STUNTING DI DESA PEMO MELALUI PROGRAM KULIAH KERJA NYATA (KKN). *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* , 1075-1079.
- Noviana Agustin, T. K. (2025). IMPLEMENTASI PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PENCEGAHAN STUNTING PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN (HPK) . *jurnal cendikia muda*, 509-516.
- Yudhistirana, M. N. (2025). Tinjauan Literatur : Determinan Stunting pada 1000 Hari Pertama Kehidupan Anak . *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran (JURRIKE)*, 452-458.