



**EFEKTIVITAS PROGRAM 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN (HPK) DALAM MENURUNKAN
PREVALENSI STUNTING PADA BALITA: LITERATURE REVIEW**

Najma Fawaz Bilqisthi, Miftahul Falah

^{1,2}Program Studi S1 Ilmu Kependidikan, Fakultas Kesehatan, Universitas
Muhammadiyah Tasikmalaya

Corresponding Author: najmafb2005@gmail.com

ABSTRAK

Program 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK), yang meliputi rentang waktu sejak terjadinya konsepsi hingga anak mencapai usia dua tahun, merupakan fase strategis yang menentukan kualitas pertumbuhan dan perkembangan awal kehidupan. Salah satu strategi prioritas Pemerintah Indonesia dalam menangani masalah gizi kronis khususnya stunting. Sejumlah upaya intervensi yang meliputi aspek gizi spesifik maupun gizi sensitif, program ini bertujuan untuk memastikan pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif balita dapat berlangsung secara optimal. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis efektivitas implementasi program 1000 HPK dalam menekan tingginya kasus stunting pada balita melalui tinjauan literatur. Metode yang digunakan adalah *literature review* dengan sumber data dari Google Scholar pada periode 2023-2025. Dari total 5.420 artikel yang diidentifikasi, tiga artikel terpilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil tinjauan *literature review* menunjukkan bahwa program 1000 HPK terbukti efektif dalam pemberian intervensi, termasuk suplemen Kapsul Vitamin A sehingga berkontribusi pada penurunan prevalensi stunting serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, terutama di kalangan ibu balita. Dapat disimpulkan bahwa Program 1000 HPK terbukti berperan penting sebagai strategi untuk pencegahan stunting, sekaligus meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya periode emas dalam dua tahun pertama kehidupan anak.

Kata Kunci: 1000 Hari Pertama Kehidupan, Prevalensi Stunting, Balita

ABSTRACT

The First 1000 Days of Life (100 HPK) Program, which covers the period from conception until a child reaches two years of age, is a strategic phase that determines the quality of early growth and development. It serves as one of the priority strategies of the Indonesian government in addressing chronic nutritional problems, particularly stunting. Through various interventions that include both specific and sensitive nutrition approaches, this program aims to ensure that the physical growth and cognitive development of toddlers can progress optimally. The purpose of this study is to analyze the effectiveness of the 1000 HPK program implementation in reducing the high incidence of stunting among toddlers through a literature review. The method used is a literature review with data sourced from Google Scholar for the 2023-2025 period. From a total of 5.420 identified articles, three were selected based on inclusion and exclusion criteria. The findings of the literature review indicate that the 1000 HPK program is effective in delivering interventions, including the provision of Vitamin A capsules, which contributes to reducing the prevalence of stunting and improving public knowledge and awareness, especially among mothers of toddlers. It can be concluded that the 1000 HPK Program plays an essential role as a strategy for stunting prevention while also enhancing public understanding and awareness of the importance of the golden period within the first two years of a child's life.

Keywords: *The First 1000 Days Of Life, Prevalence Of Stunting, Toddler*

PENDAHULUAN

Periode 1000 Hari Pertama Kehidupan mencakup rentang waktu sejak terjadinya pembuahan hingga anak mencapai usia dua tahun, dan masa ini dianggap sebagai fase yang sangat menentukan bagi pertumbuhan fisik optimal, perkembangan fungsi kognitif,

dan kerangka kesehatan anak di masa depan (Wahyuni dkk, 2018; Dwijayanti, 2022). Stunting didefinisikan kondisi kronis kegagalan pertumbuhan pada anak usia balita, yang disebabkan oleh defisiensi nutrisi jangka panjang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Asupan nutrisi yang tidak memadai pada rentang waktu krusial ini dapat mengakibatkan dampak permanen, termasuk menurunnya daya saing bangsa, rendahnya produktivitas, serta peningkatan risiko penyakit kronis saat dewasa (Simanjuntak & Wahyudi, 2021). Sebagai respons terhadap tingginya angka stunting, Pemerintah Indonesia telah menetapkan program 1000 HPK sebagai prioritas utama negara melalui penggabungan upaya yang berfokus pada pemenuhan kebutuhan gizi secara langsung serta tindakan pendukung yang memengaruhi kondisi gizi secara tidak langsung (Sekretariat Percepatan Pencegahan Stunting, 2018). Intervensi spesifik, secara umum kegiatan ini berada di bawah pengelolaan sektor Kesehatan, berfokus pada kegiatan seperti pemberian suplemen zat gizi (contohnya kapsul vitamin A) yang memadai. Upaya ini ditaksir menyumbang sekitar 30% dari total penurunan stunting yang ditargetkan (Simanjuntak & Wahyudi, 2021).

Implementasi program 1000 HPK yang meluas menunjukkan tingkat keberhasilan yang bervariasi. Beberapa studi menunjukkan bahwa inisiatif edukasi 1000 HPK terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat terutama pada ibu hamil terkait pencegahan stunting (Christof, 2023).

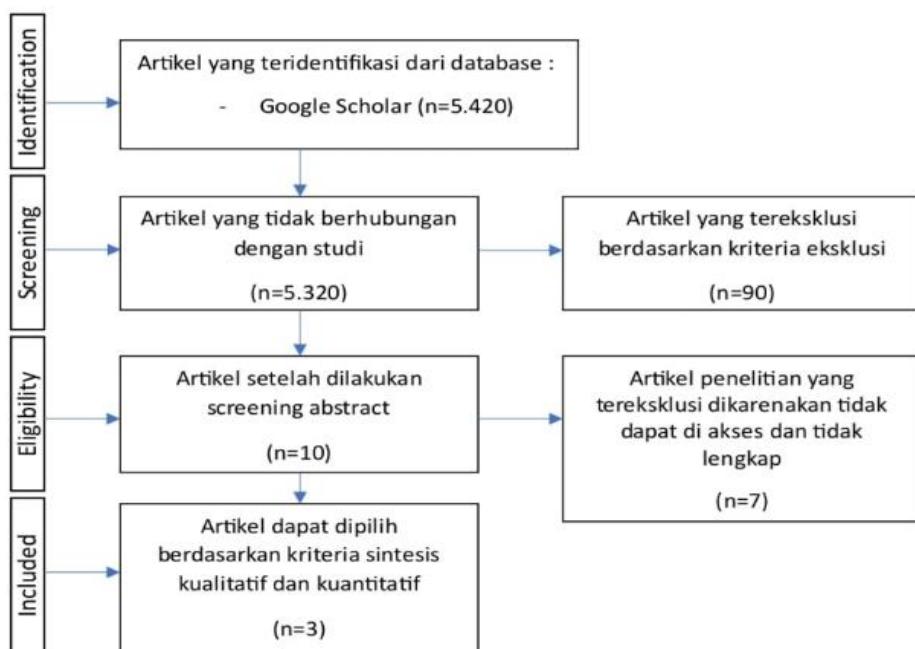
Berdasarkan data Rikesdas tahun 2022, tingkat kasus stunting di Indonesia tercatat sebesar 21,6%, sedangkan pada tahun 2023 mengalami penurunan kecil menjadi 21,5%. Penurunan yang hanya mencapai 1% ini menimbulkan keprihatinan serius bagi pemerintah, mengingat target untuk tahun 2024 adalah 14% (Kemenkes RI, 2024).

METODE

Untuk menilai efektivitas program 1000 HPK dalam menurunkan angka stunting pada balita, penelitian ini menerapkan pendekatan *literature review*. Pendekatan tersebut disusun berdasarkan pedoman PRISMA, yang dipandang sebagai kerangka kerja paling tepat untuk mencapai tujuan analisis. PRISMA mencakup lima tahapan utama, yakni penetapan fokus penelitian, penelusuran literatur yang relevan, pemilihan sumber yang memenuhi kriteria, pengelompokan serta analisis terhadap publikasi yang terpilih, dan penyusunan sintesis dari temuan penelitian. Pada tahap awal, proses penelusuran literatur dilakukan melalui database: *Google Scholar*. Dengan memanfaatkan sejumlah kata kunci tertentu “1000 Hari Pertama Kehidupan” “Prevalensi Stunting” “Balita”. Dari proses pencarian tersebut, diperoleh total 5.420 artikel.

Pada tahap kedua, dilakukan proses penyaringan awal terhadap semua artikel yang ditemukan. Dari proses ini, sebanyak 5.320 artikel dinilai tidak relevan dengan fokus penelitian. Penyaringan selanjutnya yang dilakukan dengan menggunakan kriteria eksklusi menghasilkan 90 artikel yang tereksklusi. Setelah itu, dilakukan seleksi ketiga dengan menelaah abstrak serta memastikan kesediaan akses terbuka. Dari keseluruhan tahapan ini, tiga artikel yang akhirnya dinyatakan layak dan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan dalam kriteria inklusi maupun eksklusi untuk digunakan dalam penelitian ini. berdasarkan screening terakhir. Kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini mencakup: (1) studi yang menerapkan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif (2) artikel yang memuat temuan empiris terkait pelaksanaan program 1000 HPK pada balita (3)

publikasi yang terbit dalam rentang waktu tiga tahun terakhir (2023-2025) (4) penelitian dengan responden ibu yang memiliki balita, serta melibatkan sektor terkait (5) artikel yang ditulis menggunakan Bahasa Indonesia. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi: (1) artikel yang bersifat ulasan atau review (2) penelitian yang tidak menggunakan metode kuantitatif dan kualitatif (3) publikasi yang terbit sebelum tahun 2023.



Gambar 1. Diagram Prisma

Tabel 1. Hasil Pencarian Literature Review

Peneliti	Judul	Sampel	Metode	Hasil
Putri Yani, Meily Nirnasari, Wasis Pujiati, dan Zakiah Rahman (2024)	Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 0-59 Bulan Di Daerah Pesisir Puskesmas Kampung Bugis	34 responden (Ibu yang memiliki balita usia 0-59 bulan)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis studi korelasional	Mayoritas responden (27 orang, 79,4%) memiliki pengetahuan yang cukup tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan

Rumi Kusuma, Astrid Novita, Irma Jayatmi (2023)	Evaluasi Program Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) Dalam Pencegahan Stunting Di Wilayah Kerja Puskesmas Rias Kabupaten Bangka Selatan Tahun 2023	7 Responden terdiri dari (Ahli gizi Puskesmas Rias dkk)	Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus	Pelaksanaan program 1000 hari Pertama Kehidupan sudah berjalan dengan baik terutama pada pemberian cakupan implementasi suplemen Kapsul Vitamin A pada balita
Shinta Angellina, Rilly Yane Putri, Pagya Haninda NR, Fitrya Indraini (2025)	Evaluasi Pelaksanaan Program Pencegahan Stunting Di 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Kabupaten Agam	6 Responden (Kepala Dinas Kabupaten Agam, Kepala Puskesmas Padang Luar dan IV Koto, Pemegang Program Gizi Puskesmas IV Koto dan Padang Luar, Ibu Balita 3 orang)	Penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif	Program 1000 HPK di Kabupaten Agam, terbukti efektif dalam menekan angka stunting

HASIL

Berdasarkan hasil telaah terhadap tiga artikel yang dianalisis, seluruh penelitian menunjukkan bahwa Program 1000 HPK terbukti efektif dalam pemberian suplemen Vitamin Kapsul A dan menekan angka stunting serta meningkatkan pengetahuan, kesadaran masyarakat, terutama pada ibu balita.

PEMBAHASAN

Dalam tinjauan literatur ini, tiga artikel dibahas tentang penerapan Program 1000 HPK sebagai strategi utama pemerintah Indonesia untuk mengatasi stunting. Rentang 1000 HPK, yang dimulai sejak terjadinya pembuahan hingga anak berumur dua tahun, merupakan fase krusial yang menentukan pertumbuhan fisik serta perkembangan kognitif. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa program pencegahan stunting dan intervensi edukasi berperan signifikan dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran

masyarakat, khususnya pada ibu yang memiliki balita. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan meningkat secara signifikan setelah penyuluhan; skor pre-test naik dari 71 menjadi 81 poin. Selain itu, ada korelasi yang signifikan dan positif antara pemahaman yang lebih baik tentang periode 1000 HPK oleh ibu balita terhadap penurunan risiko stunting pada balita. Program 1000 HPK, yang mencakup langkah-langkah peningkatan gizi secara langsung serta berbagai pendekatan yang berperan dalam menunjang kondisi gizi, dinilai berhasil dari segi implementasi. Salah satu studi kualitatif di Kabupaten Agam dan di Puskesmas Rias Kabupaten Bangka menunjukkan bahwa pelaksanaan program 1000 HPK dengan dukungan lintas sektoral terbukti efektif dalam pemberian suplemen Vitamin Kapsul A dan menekan angka stunting. Intervensi gizi spesifik yang biasanya dikelola oleh sektor kesehatan, seperti pemberian suplemen.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, 1000 Hari Pertama Kehidupan memainkan peran yang sangat penting dalam menghentikan stunting. Terdapat korelasi positif dan signifikan antara tingkat pemahaman ibu tentang fase ini dan penurunan risiko stunting pada balita. Program pencegahan stunting dan program pendidikan penyuluhan adalah beberapa cara yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat. Walaupun kebijakan dan program 1000 HPK berkontribusi dalam menekan prevalensi stunting di tingkat kabupaten telah dilaksanakan secara optimal dengan melibatkan berbagai sektor, masalah seperti kondisi geografis dan partisipasi masyarakat yang aktif khususnya dalam mematuhi protokol kesehatan dan memenuhi asupan gizi yang disarankan tetap menjadi komponen penting dalam mencapai target penurunan stunting nasional dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Angellina, S., Putri, R. Y., Haninda NR, P., & Indraini, F. (2025). Evaluasi Pelaksanaan Program Pencegahan Stunting Di 1000 Hari Pertama Kehidupan Di Kabupaten Agam. *Journal of Andalas Medica*, 3 (1), 63-71.
- Hasneli, Y., Adipa, M. E., Ramadlani, L. P., Veronika, J., Hasanah, N. S., Annisya, N., Nurwahyuni, Nuryanti, R. A. P., & Khoiriyah, R. (2023). Edukasi Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK) Sebagai Langkah Pencegahan Stunting Di Kelurahan Perawang Kabupaten Siak. *INDONESIAN REDCRESCENT HUMANITARIAN JOURNAL*, 2 (2), 85-94.
- Yani, P., Nirnasari, M., Pujiati, W., & Rahman, Z. (2024). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang 1000 Hari Pertama Kehidupan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia0-59 Bulan Di Daerah Pesisir Puskesmas Kampung Bugis. *Jurnal Ilmiah Cerebral Medika*, 6 (2), 1-10.
- Pakha, Dyonisa Nasirochmi, Alzena Primrose Bevani, Calista Yudhi Artasya, Christopher Bryan, Ersalia Hanannyndito, Izdihar Rahmania Joesan, Muhammad Adib Fajar Anwar et al. (2023). "Edukasi Pencegahan Stunting sebagai Upaya Penekanan Angka Stunting Desa Trombol Sragen." *Smart Society Empowerment Journal* 5, no. 1: 1-9.
- Kementerian Kesehatan RI. (2024). Survei Kesehatan Indonesia 2023 dan Hasil Konsolidasi Data Stunting. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

- Simanjuntak, B. Y., & Wahyudi, A. (2021). Peningkatan pengetahuan dan sikap ibu prakonsepsi melalui edukasi seribu hari pertama kehidupan: Studi Kuasi-Eksperimental. *Jurnal Media Gizi Indonesia*, 16(2), 96-105.
- (TNP2K), T. N. P. P. K. (2018). Strategi Nasional Percepatan Pencegahan Stunting 2018-2024 (National Strategy for Accelerating Stunting Prevention 2018-2024). Tim Nasional Percepatan Penanggulangan Kemiskinan (TNP2K) Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia, November, 1-32. http://tnp2k.go.id/filemanager/files/Rakornis_2018/Sesi_1_01_RakorStunting_TNP2K_Stranas_22Nov2018.pdf
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021). *Stunting*
- Nugroho, A. (2022). Intervensi Kepada Ibu Balita Dan Ibu Hamil Sebagai Ujung Tombak Pencegahan Stunting Di Desa Banjar Mulya Kecamatan Baradatu Kabupaten Way Kanan. *Jompa Abdi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 8-14.
- Dwijayanti, I., Wulandari, C., & Mauhibah, F. U. (2022). Edukasi Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu di Komunitas Kesehatan Keluarga. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3 (3), 509-515).